

蚂蜂窝旅游攻略 中国系列
www.mafengwo.cn

西岭雪山



窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船



西岭雪山速览 Introducing Xiling Snow Mountain

西岭雪山位于四川省成都市大邑县西岭镇境内，距成都仅 95 公里，乘车 2 小时可达。因唐代大诗人杜甫的千古绝句“窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船”而得名。

景区内终年积雪的大雪山，海拔 5364 米，为成都第一峰。“春赏杜鹃，夏避暑，秋观红叶，冬滑雪”是西岭雪山的四季格局，还可赏云海、日出、森林佛光、日照金山、阴阳界等变幻莫测的高山气象景观。

眼睛想旅行 当脚真真切切地踩在雪地上，眼前呈现茫茫的一片雪白的时候，我们的心各种的雀跃~



眼睛想旅行 西岭雪山

© 北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站用户共同拥有本攻略的内容版权和其他相关知识产权；除法律另有规定，未经本公司明确书面许可，任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。

目录 Catalogue

- 02 西岭雪山速览
- 03 地图
- 05 亮点 / 景点
- 07 住宿
- 09 餐饮
- 10 娱乐
- 11 行程推荐
- 12 实用信息
- 13 外部交通

最佳旅游时间 西岭雪山一年四季都可游玩。春天可赏花，三十多种杜鹃绵延数十里，每年 4-8 月随高差的不同先后开放，漫山遍野；夏天气候凉爽，最高气温不超过 25°C，是成都近郊避暑度假、徒步露营的首选之地；9-11 月的秋季最适合登山赏红叶；冬季积雪期为 11 月底至次年 3 月底，西岭雪山滑雪场也在此时开放，迎来四季中的旅行旺季。

穿衣指南 西岭雪山夏无酷暑冬无严寒，7 月平均气温为 23°C，穿短袖或长袖 T 恤即可；春秋山里早晚温差会比较大，建议穿抓绒加薄的外套。冬季白天气温约零下 6-7°C，需要穿羽绒服或其他防寒保暖的衣服。

喜欢拍照的可着色彩鲜艳的；墨镜（防止雪盲）、暖宝宝、口罩、围巾、手套等也不可缺少；最好带上保温杯，在雪山上可随时喝上热水。还可准备雪铲、滑雪板等游玩小工具。更具体的装备详见第 10 页。

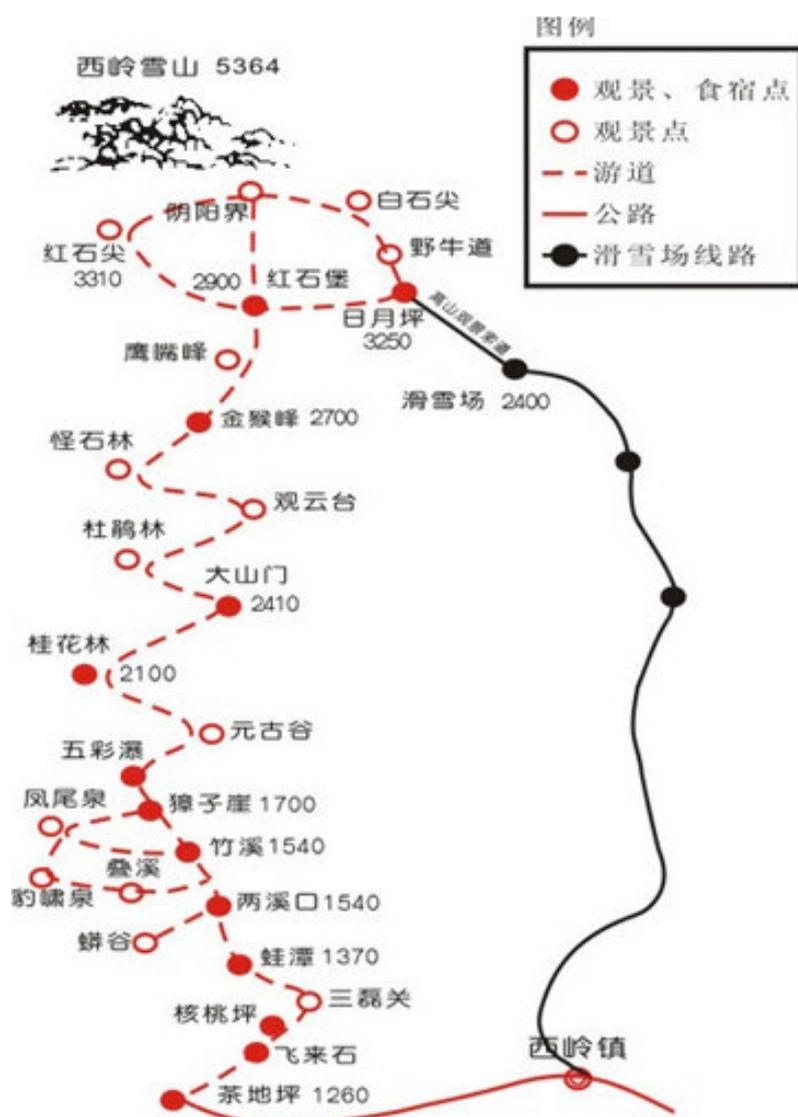
消费水平 游玩西岭雪山，不同的旅行方式，消费的差别也较大。如果是驴友去西岭雪山徒步露营，主要花费在往返车费、门票及吃饭方面，2 日行程，人均消费可以控制在 400 元左右。

但如果是去滑雪度假，门票加上滑雪费用至少约 480 元，且冬季正值旺季，在山上住宿吃饭开销不小，还有索道及往返交通，如此，去西岭雪山滑雪 2 日游，至少也需要 1000 元 / 人。

致谢

封面提供: 追梦人
图文提供: 眼睛想旅行 岁月的某方 层林尽染 真嗣、微凉 追梦人 木屋里的人 力拓香奈儿 这一世的界 疯魔狂爱旅行 HCH
J... Mr chen 爱吃番茄鸡蛋面的猫 白菜

西岭雪山及周边景点地图



成都西岭雪山导游图



亮点 Highlights

阴阳界体验阴阳两重天

四川盆地的暖湿气流上升到白沙岗时，就会遭遇来自青藏高原的强气流阻挡，因此雾霾总是过不了山脊，“阴阳”奇观就此形成。

日月坪赏绝美日出云海

早早地起床，站在被森林环抱的日月坪观景台，可以观赏到宇宙间移星换斗的壮景。太阳从地平线一点点升起，染红了天际，烧红了一片“海”。

同样在日月坪，还可以看到云海胜景——崇山峻岭被“淹没”得只剩下几座小岛，“海浪”缓慢地拍打着岛屿，然后向着某个方向流动着。



岁月的某方 6点整起来看云海日出

成都近郊观“日照金山”

“日照金山”是四川雪域的奇景。阳光下，雪峰金光闪烁，恍若圣殿。成都近郊，唯西岭雪山可见此景。

景点 Sights

西岭雪山分为前山、后山，从地图可见前山和后山实际是连为一体的，但只是在山脚的登山起点不同。

通常所说游客玩西岭雪山，都是指后山，因精华景点——日月坪、阴阳界等均集中在后山，风景秀美，还有漂亮的滑雪场（冬季）和滑草场（夏季），滑雪场更是冬季的滑雪胜地，老少皆可游玩，因此门票也是最贵的。后山由山脚的游客中心向上，可以搭乘交通索道或徒步爬山到达鸳鸯池接待中心，再转乘景区免费公交，约10分钟可达映雪广场（也可步行，约1小时），即可正式开启冰雪王国之旅；如果时间充裕，可继续经映雪广场在日月坪索道下站搭乘索道至日月坪索道上站，徒步到达阴阳界，最后与前山在阴阳界会合。

前山即大飞水景区，通常是在西岭镇下车，再自行包车前往。原线路经大飞水、茶地坪、两溪口、长空瀑布、大山门等景点，最后到达红石堡，全山路只能徒步。目前，按景区规定游客至五彩瀑须原路返回，不可由此“强行穿越”至后山。相对后山，前山更适合喜好徒步攀登的驴友，不过前山范围内无住宿和接待站，比较艰辛，但历经千辛万苦凌绝顶，云海在脚下飘荡之时，其乐趣和快感是索道所无法体验的。

层林尽染 我们平时所说的西岭雪山滑雪、滑草等游乐设施都在后山的映雪广场。来过西岭雪山的人都说，前山以风景优美著称，而后山则主要是休闲度假。西岭雪山前山的门票是全年30元，后山的门票虽然是120元，但从4月1日至11月30日期间是免门票的。所以如果想全方位的玩转西岭雪山，可以在免票期从后山上山，从前山下山。

- 1、西岭雪山从山脚下爬到日月坪大概要一天时间，这是在你身体条件不错的情况下，一天之内海拔高度上升2000多米，对普通人来说有点够呛。如果负重过多，上升较快，身体容易出现体力透支的情况。一般的情况下最好在中途住宿，如獐子崖、大山门等地；
- 2、如果没有极为特殊的情况，最好不要夜间登山，在路况较差，道路不明，灯光不好的情况下上山，非常容易出事；
- 3、西岭雪山山上气温较低，请备防寒衣物，当地也可租防寒服；或带些暖宝宝，身上前后各贴一张，脚底也贴上，就能较好地保暖了；
- 4、天气寒冷，不要让相机裸露在外，及时保暖；
- 5、由于茶地坪停车场以上区域暂无接待服务站，因此游客务必在下午6:00以前返回茶地坪停车场区域，景区将在5:00开始从五彩瀑实施清山工作，请游客予以配合；
- 6、自2013年7月官方宣布封山后，已拆除了五彩瀑到日月坪的服务站点，所以前山内基本没有住宿；
- 7、现在还是可以游览前山，买票时会告诉你只能步行到五彩瀑。五彩瀑有围栏，但有些资深驴友会翻过去继续往上走。在此要注意冬季下雪，积雪遮盖道路走起很危险，也无接待站可补给，加上山中手机没有信号，若不能在17:00前到达日月坪乘缆车下山，就会陷入进退两难境地。所以不建议在冬季强行穿越前往后山；
- 8、景区内可能会遇见野猴及小松鼠，请勿挑逗和伤害动物，文明观赏。



眼睛想旅行 路遇一些徒步的背包客，对他们致以崇高敬仰！

门票

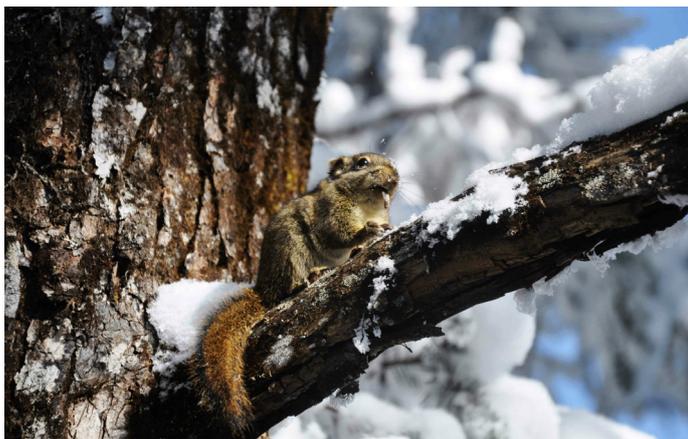
进入游客中心后，右边是徒步登山（后山）的通道。徒步的游客需要在通道左侧的玻璃门处领取门票方能爬山。若处在免票阶段不领取门票也无所谓，门票权当纪念了。但在非免票期，工作人员是当然不会让你逃票的。而从游客中心大门直接进入的大厅，就是售票大厅。门票和第一段索道的票都是在这里购买。



项目	价格	开放时间
后山(滑雪场)门票	120元/人(3月31日)	12月1日至3月31日 9:00-18:00
	160元/人(元旦3天、春节7天)	
前山(大飞水景区)门票	30元/人(全年)	9:00-17:00
交通索道	往返120元/人, 单程70元/人	9:00-17:30
观景索道	往返80元/人, 单程50元/人	9:00-16:00
登山卡	一年360元/人(免一年内西岭雪山景区门票)	咨询电话: 028-87397903

1、后山11月中旬至30日这段时间, 红叶红得最彻底, 又可能会迎来第一场降雪, 可免费感受一半是冬一半是秋的神奇景观, 享受雪中红叶的浪漫景色。

2、其他滑雪场体验项目费用详见第11页



 **真嗣** 走在栈道上, 你会不时发现路边的松鼠, 它们都不怕人

西岭雪山主要景点

映雪广场(滑雪场)

映雪广场是西岭雪山后山、甚至是整个西岭雪山最核心的景区, 也是景区活动的中心地带。广场以映雪湖为中心, 不同区域分散在四周, 如滑雪场、游乐设施、餐厅、服务、商店全部集中在这里。夏天还可在映雪湖划船。要想继续向上登顶, 也要到映雪广场搭乘第二段索道。

人气最旺的滑雪(草)场正是在映雪广场中, 位于占地7平方公里的高山台地, 海拔2200-2400米。每年12-3月有积雪, 滑雪场才会开放。详情见第11页。

日月坪

乘坐滑雪场内的观景索道(见第14页), 40分钟即达主景区——日月坪。杜甫的诗句“荡胸生层云, 决眦入归鸟”, 似乎是对此处美景的最佳写照。来到海拔3250多米高的日月坪, 如果天气晴朗, 站在观景台上, 极目远眺, 峨眉山、贡嘎山、大雪塘, 这些难得一见的高山均尽收眼底。若住在景区, 一大早乘索道来此看日出, 也是很多游客游西岭雪山不可或缺的一环。

日月坪有服务站, 目前正修建餐馆、酒店等设施, 环境较杂乱, 提供的餐饮较少, 只有火烧、撒尿牛丸、麻辣粉和烤肠等小吃, 没有水买, 也不提供热水, 因此, 上山一定要记得带足饮用水。

阴阳界

从日月坪过了白沙岗之后, 就来到一个观景台。这里距离阴阳界就只有咫尺之遥了。仅从名字就可以感觉到阴阳界的奇特, 是西岭雪山上最值得一看的景点。

阴阳界是一条仅容两人并肩行走的狭长山脊, 脊顶仅2米宽。其之所以有名, 一来是因为它是前山与后山的连接处; 二来这里是四川盆地和青藏高原的分界线, 如果赶上好天气, 能看到山两侧不同的景象, 一边是晴空万里, 湛湛蓝天; 一边是云蒸雾涌, 朦朦胧胧。游客站在阴阳界之上, 据说身体被冷暖两股气流包裹, 就会有“一山隔阴阳”的独特之感。

眼睛想旅行 乘坐观景索道缆车到达“日月坪”, 必须徒步两千三百多米山路才能到达“阴阳界”, 山路是修建相对完善的木阶梯, 两边还有护栏保护, 但在海拔三千两百多米高的雪天这么徒步, 加上被雪打过的阶梯有些地方因结成冰面而变得相当的湿滑, 务必小心慢行, 稍不留神就有四脚朝天的可能。所以这往返不到五公里的山路, 也得花上两三个小时的时间, 耗费一些体力。



 **、微凉** 这里就是闻名的阴阳界, 可惜雾太大了

红石尖

红石尖位于海拔3310米处, 是由三四百个柱状红色花岗岩组成的三座山峰。红石尖的最大特色是其为西岭雪山景区能够登上的最高点, 也是距西岭雪山主峰——“大雪塘”最近的观景点, 这里是一个天然的观景台, 向西可看绵延数百里的大雪山, 而每当旭日东升, 亦可见“日照金山”的奇观; 东则可望成都平原一泻千里。

晴朗时, 在红石尖远眺西岭主峰“大雪塘”, 最为奇丽壮美, 很多人不辞辛苦来到这里, 只为一览“成都第一峰”的真容。

层林尽染 大雪塘是西岭雪山的主峰, 也是大成都范围内的海拔最高点。只不过大雪塘并没有向游人开放。游客所能到达的最高点也就是日月坪到阴阳界一段了。目前另一个海拔更高一点的景点——红石尖, 正在重修山路。估计以后会向游客开放的。



五彩瀑

五彩瀑位于离獐子崖不远的树林之中，最特别的是此处花岗岩呈红色，瀑布从岩石上流过，会在光影作用下呈现出缤纷色彩。夏天时，瀑布蒸腾，水气弥漫，十分凉爽；冬天时，五彩瀑会结成冰瀑，两种场景都能让人印象深刻。

獐子崖

獐子崖是一道巨型的绿色屏障，过去由于苍翠的灌木丛中常有獐子出没而得名。獐子崖的惊奇之处在于从崖顶有一条细流飞下，形成一道飘渺的水帘，故又名“飞帘洞”，除此之外，獐子崖也是前后山的分界点，同时也是前山上条件最好的接待站了，可以休息。

追梦人 天黑前到达獐子崖，夜宿此地。这里也是半山腰上最大接待点。再往上就是真正的登山路了，悬崖峭壁，没有溪流，住宿点也相当简陋而且无水无电。没有帐篷的朋友就最好选择这里！



追梦人 獐子崖接待站

瀑布群

由两溪口沿竹溪登獐子崖，一路上就进入了“瀑布群景区”。溪流源头十余支，形成重叠的跌瀑流泉 30 处，瀑布高 30-70 余米，大都隐藏在云雾缭绕的幽谷密林之中，行走期间，会听到隆隆的瀑布水声演奏的“交响乐”，十分震撼。

住宿 Hotel

西岭雪山的住宿选择还是非常多的（均指后山，五彩瀑到日月坪的服务站点已拆除，所以前山基本没有了住宿），滑雪场景区内多为高档度假酒店，条件好，游玩方便，但酒店数量少，比较紧俏，价格也较贵，一晚约 300 元至上千元不等，一般都需要提前预定；滑雪场门口外及山脚下多为农家乐和一般宾馆，除了春节、元旦等黄金大假，基本住不满，且价格实惠，一两百元可住得不错的了。

若不考虑在景区内住宿，周边的西岭镇、花水湾等地都有不少酒店分布，游完西岭雪山再顺道到花水湾舒服地泡温泉，轻松住上一晚也是热门的行程安排。

此外，有不少驴友会选择在山上露营，可看西岭日出。不过一定要提前关注天气，且装备要准备充足，以免发生意外。

景区内住宿

这类住宿均为比较高档的度假型酒店，地处西岭雪山半山腰上的映雪广场一带，也近景区大巴的终点站，下车后步行一小段即到。入住此地，出门即可滑雪，也可及时回房间，方便又享受。要注意的是，上山索道于 17:30 关闭，最好在 17:00 前就到达酒店办理入住手续，尤其是带老人孩子的游客一定要安排好时间。

- 1、冬季里，热水不太稳定，且为限时供应，要安排好时间；
- 2、景区内有些酒店会提供地暖，但晚上地暖可能会太热，空气较闷干燥；但有些酒店仅有电热毯，会视寒冷程度开放空调，但也会有时间限制，怕冷的游客预订房间时最好电询清楚；
- 3、有些宾馆不可刷卡消费，需带现金，预订时要问清楚。

眼睛想旅行 由于是黄金周出行，各方面消费要比平时高几倍，特别是住宿，从平时的两三百元涨到七八百至几千元不等，所以建议要前往的童鞋最好不要选择黄金周哦。

斯堪的纳度假酒店

滑雪场边上最高档的酒店，由 8 栋如童话般的别墅群组成，位置醒目易寻。酒店房间较大，有些浴缸靠窗，可边泡澡边赏雪；还有 SPA 水疗中心，但池子小，水温冷热不定。酒店无空调，仅在 12-2 月提供地暖。不足的是早餐品种和餐厅座位均较少，且小孩要加收费用，相对不太划算。整体服务一般。

地址：成都市大邑县西岭雪山景区（半山）

联系方式：028-88302422/88302199

参考价格：标间 900 元 / 晚起，早餐（儿童 1.2 米以上 120 元 / 人，1.2 米以下 60 元 / 人）

映雪酒店

酒店为四星配置，也会在 12-2 月开放地暖，有 24 小时的空调和热水。房间干净宽敞，在阳台上就能欣赏映雪湖等美景，但隔音效果一般，只有二楼茶坊提供 WIFI。酒店还有游客餐厅，较物美价廉。

地址：成都市大邑县西岭雪山风景区（半山）

联系方式：028-88302199

参考价格：标间 480 元 / 晚起



木屋里的人 映雪酒店



雪花酒店

这家是滑雪场边上相对最经济的酒店之一，但无地暖，仅有电热毯全天提供。此外，空调暖气视天气寒冷程度开放（19:00-次日2:00），热水则限时供应，不过白天在外玩耍也基本无影响。

地址：成都市大邑县西岭雪山滑雪场景区内
联系方式：028-88302150/89994022
参考价格：100-400元/晚

力拓香奈儿 酒店就在滑雪场那里，很好找。热水供应时间为7:00-9:00，19:00-23:00，要赞一下这儿的热水，很不错的。

景区门口外住宿

在进入后山游客中心前的山坡下，有个硕大的木质大牌写着“西岭雪山度假休闲中心”。右手边的小桥过去是后山山脚下的农家乐聚集区，从这里步行至后山的山门（即游客中心）仅十来分钟，有些店家还会开车接送住客，不仅方便，且房间相对便宜（80-150元/晚，还可包餐），但条件很一般。

如果想住酒店，仅有一家山地度假酒店在游客中心后面。酒店条件要比农家乐好，入住后在门票等方面有一定优惠，但房价相对较高。由此乘坐索道或步行上山方可至滑雪场。

预算不充裕的游客可选择住在这里，一大早上山，可玩一整天。但若打算玩两天，来回乘索道就比较耗时且增加花费。

层林尽染 大大小小的农家乐沿河而建。真正可供游客选择的并不多，家家户户的条件基本差不多，都包吃住、免费停车、提供wifi、24小时热水、免费接送游客至游客中心（即后山山门）。同时由于山里环境气候的原因，所有被褥都有点潮，不过保暖效果尚好。还有电热毯。这一区域群山环抱，河流在旁，空气清新。

西岭雪山山地度假酒店

西岭雪山山脚下唯一一家酒店，房间设施齐全但较老旧，会在12-2月提供地暖，但无电梯；限时供应热水。提供收费停车位。整体价格相对实惠，位置方便。

地址：成都市大邑县西岭雪山景区门口（近交通索道下站）
联系方式：028-88309066
参考价格：标间180元/晚起

疯癫狂爱旅行 山地度假酒店就在景区下面，很近也很方便，就是贵。房间环境各方面都不错，就是有点闷，感觉透不过气，有人说是地热，应该是吧~还有免费早餐。

西岭镇住宿

西岭镇距离西岭雪山景区约9公里，距后山约12公里，驱车约10分钟可达，适合自驾的游客。客栈多为农家乐，选择多，且价格实惠。但最好自带洗漱用品，开空调需加收费用；且因地处山里，蚊虫较多，最好带驱蚊水。

这一世的界 想要省钱的同学完全可以在西岭镇下车，这里有比较充足的民宿。特别是在春节期间，山上的酒店至少都在350以上。同时你还可以品尝到美味的老腊肉，真是不错的选择。

西岭雪山后山西岭绿苑农家乐

房间干净，设施一般，有空调，需自带洗漱用品。早餐有面条，晚餐味道也不错。整体服务态度好，提供接送服务。

地址：成都市大邑县西岭镇镇云华村5组
联系方式：13980700690
参考价格：标间100-120元/晚

后山月宇客栈

这个农家乐为两层木制小楼，房间设施简单，配有空调和电热毯，但隔音一般，热水不太稳定。可在客栈就餐，川菜味道不错。老板方便时还会开车接送住客。

地址：成都市大邑县西岭镇镇云华村5组
联系方式：13708064708
参考价格：标间100元/晚

花水湾镇住宿

花水湾是成都近郊的著名度假胜地，其距离西岭雪山约18公里，车程约30分钟。乘坐私人面包车单程约15元/人，或乘坐往返于西岭雪山与大邑的中巴车中途下车，票价9元。

花水湾几乎成了成都温泉的代名词，镇上有许多温泉酒店，几乎每家宾馆都有自己的温泉中心，对外售票，价格从88-168元均有，房间价格一般都在500元以上，可以免费泡温泉；也有配套餐饮。最老牌的是温泉第一村，还有温泉酒店、樱花宾馆、花水湾名人度假酒店、映雪酒店、大邑花水湾温泉宾馆等，收费根据星级及设施不同而不同，根据个人情况挑选即可。如果不介意住宿条件的，可选择一家农家乐或家庭客栈住宿（60-150元/晚），从店家手上买打折的温泉门票，会比较划算。

但整体不足在于温泉里的硫磺味道偏重，稍影响感受。

花水湾名人度假酒店

为五星级酒店，是西南地区最大的温泉水会酒店。酒店位于花水湾的深处，初次去的一般要沿途耐心打探寻找；其实只要方向对头，沿着进山的路直走就可找到。酒店内外装修豪华，房间干净，温泉区是露天的，给予人与大自然融为一体之感。整体消费也相对较高。



HCH 名人度假酒店的床很大



地址：成都市大邑县花水湾镇武城街 174 号（近西岭雪山）
联系方式：4009988414
参考价格：1000 元 / 晚起

HCH 房间是提前 2 周在网上预订的，周天至周四入住房价比平时便宜 400 多。房间床很大。有室内人工温泉和室外天然温泉，室外的有点淡淡的矿臭味，但他们说要的就是这个味！

花水湾梦海湾度假客栈

这是花水湾最具特色的客栈，装潢为地中海风格，房间舒适温馨，适合喜欢小清新文艺范儿的游客。老板也很热情。

地址：成都市大邑县花水湾温泉小镇水秀六巷 9-11 号
联系方式：15198193930
参考价格：300 元 / 晚

餐饮 Eat

西岭山上山下都有很成熟的商业配套，在滑雪场景区内的商业区及酒店可提供餐饮服务，从中式快餐到川菜大餐都有，费用从几十元到数百元不等。一般游客在西岭雪山游玩过后，也会选择在附近农家品尝一顿新鲜的山野佳肴，如野蒜苗、折耳根等。西岭镇上也有不少餐馆和超市，但价格相对较贵，可多备些干粮再上山游玩。

此外，成都到西岭雪山会途经大邑县、悦来镇、花水湾镇，集中了不少川菜馆，菜品丰富，价格也更实惠。

登山徒步的游客要注意带足饮用水和高能食品；

景区内有一排欧洲小镇风情的建筑唯一的饮食区，有一些小饭馆，卖馄饨米线粉面之类的，一碗 15+ 元（蜂蜂 [木屋里的人](#) 提供）



景区内的美食小镇

层林尽染 在商业区最左边，有一家被多篇游记提及的红旗超市。对的，就是和成都市区里普通红旗超市一样的红旗超市！里面商品的价格和成都市区大体相当，相当值得！听农家乐的老板介绍说，西岭雪山经营商铺店家的价格有相关机构进行把关的检查，所以红旗超市的出现是穷游一族的一大福音！超市里虽没有热腾腾的饭菜，但面包、蛋糕、火腿等零食应有尽有，价格也很公道。爬山的朋友可以在这里进行补给。

特色美食

冰粉

大邑县的冰粉晶莹剔透，很好吃，这里的火锅粉号称是最好吃的，油多，味重，辣味足，绝对称得上经典小吃。

推荐店家：晶冰粉（地址：成都市大邑县横东街 5 号）

烧烤

大邑的烧烤据说是全成都最好吃的，在西桥桥头、东壕沟菜市场旁边都有多家烧烤店，每晚都人满为患，热闹非常。推荐品尝特色冷水鱼，肉质鲜嫩，爽辣带劲，不能吃辣的要提前说少放辣椒。

豆花

豆花也是当地颇受欢迎的美食之一，有荤豆花和素豆花，二者区别就是荤豆花里有肉馅等。豆花色白质嫩，融合特有酱汁，口味偏鲜酸麻辣，让人欲罢不能。小份 40 元。

推荐店家：夜不收荤豆花（地址：成都市大邑县大双公路龙门坎坡顶）

西岭炖肘子

西岭炖肘子是当地最有名的特色美食，肘子炖得浓烂醇香，富含胶原蛋白，特别美容，不过汤料里也是有花椒的，吃时小心。

西岭五香豆腐乳

西岭五香豆腐乳的制作极为复杂，需历经 20 天发酵方成。当地的习惯是把底层的黄豆拿来作酱黄豆吃或炖菜。而吃豆腐乳时淋上一点香油，更是绝配。推荐餐厅：豆腐王（地址：成都市大邑县迎春道 212 号）

虹鳟鱼

虹鳟鱼是到西岭雪山不得不吃的冷水鱼，吃法多样，红烧最常见，肉质细腻鲜美。值得一提的是，虹鳟鱼不易碎，肉质完整，可作为验证是否为假货的方法。推荐餐厅：笑口鱼庄（地址：成都市大邑县体育场西路 28 号）

景区餐厅

西岭雪山景区内，主要是滑雪场餐馆及酒店餐厅提供餐饮。其中映雪酒店可提供中式套餐、桌餐和点餐等服务，价格从 30 余元到数百元不等；还有山地酒店、枫叶酒店、阳光酒店、雪儿酒店、杜鹃酒店也提供用餐，以中餐为主，菜品以老腊肉、连锅汤等当地菜肴为特色，人均消费为 50-70 元。

滑雪大厅二楼

滑雪大厅二楼配备有餐厅，提供 28 元 / 份的快餐，味道一般，分量一般。但对于在此滑雪的游客来说，快餐是最经济实惠的了。餐厅也提供方便面、面包等速食，10 元 / 份。

元旦、春节等节假日时，游客较多，经常需要排队，最好能避开高峰用餐时间，以免等久饿肚子。



大邑县餐馆

大口巴肥肠血旺

在当地人气颇高，环境卫生比其它同类的店好很多。每天的血旺都是新鲜供应的，大肠也洗得很干净，出品的肥肠血旺入口微麻，香辣够劲，越吃越麻辣，越辣越想吃，巴适得很。

地址：成都市大邑县晋原镇长春西路 60 号

参考价格：人均 25 元

雪山银庭冷水鱼庄

这家规模在西岭镇算得上较大的一家，所吃的冷水鱼（金鳊和虹鳊）是从自家养殖池就地取材的，比较新鲜；一鱼三吃（生鱼片、汤锅、煎烤）也很有特色。由于此店靠山沿河修建，在此吃饭颇有“世外桃源”之感。一楼有大阳台和机麻室，还可上二楼阳台喝茶观景。

地址：成都市大邑县西岭镇沙坪村 1 组（大桥至任湾村 100 米）

联系方式：13540101176

参考价格：人均 60 元

茂盛饭店

主营四川家常菜，还有特色的火锅鱼和火锅兔，味道香浓，鱼肉鲜嫩，兔肉也嚼劲十足。如果路过或在花水湾停留一晚，可以去尝尝。

地址：成都市大邑县花水湾路边

参考价格：人均 35 元

娱乐 Entertainment

滑雪

因地处南方，西岭雪山每年雪量不一定，在雪少的年份主要依靠人工造雪，所以这的雪比较薄、硬，滑起来会感觉没有北方的要好。不过西岭雪山已是成都周边设施最好，规模最大的滑雪场了；还有个最大的优点是这里冬天最低气温仅 -6°C，发生冻伤等伤害的几率较小，也极少有大风天气，还是非常适合滑雪的。

所以雪季每逢节假日来这里的人都会特别多，等待魔毯的时间也会比较长，可能会稍影响滑雪体验。建议大家最好避免节假日或周末前往，不仅消费会降不少，还可玩得更自由欢畅。

西岭雪山拥有 7 条国际标准滑雪道，两条魔毯，雪道的坡度和长短各有不同，最缓的坡度在 20 度左右，可满足初学者的需求；而坡度最大的雪道可达到 70 度左右，提供给专业滑雪运动员使用。同时雪道还能同时满足单板、双板滑雪的不同需求，在雪道上设有雪包，滑雪板的雪友可以在那里飞腾跳跃。

在滑雪场上，除了滑雪，还有雪地摩托、雪上飞碟、蛇形雪橇、狗拉雪橇、雪地越野车等诸多雪地项目，可尽情地在雪地撒欢，真是诱惑挡不住。

滑雪装备

到西岭雪山滑雪，对装备是有一定要求的。

衣服

外套方面，有专业的滑雪服当然最好，防风防水带抓绒的冲锋衣次之，但对于一般的业余爱好者来说，普通的羽绒服也没什么不可以的，但要记住一点，要尽量保暖、宽松、轻便、柔软，厚重的大衣以及质地较硬的外套最好留着其他时候穿了（若有合适衣服就没有必要再去租滑雪服了）。

同时，滑雪不宜穿得太多、太紧，滑两个小时雪的运动量和打一个小时的羽毛球差不多，出汗是肯定的，穿得太多太紧会让人感觉闷热不舒服，同时脱下来的衣服也不方便随处摆放。

裤子

专业的雪裤是首选，带抓绒的冲锋裤次之，其中冲锋裤最好是两层压胶，能够很好地防风防水防雪，另外裤子裤脚处要有防风裙，较专业的还可以购买雪套，以免脚踝部分进雪把袜子弄湿。而作为一般的爱好者来说，宽松柔软的裤子即可，面料能够防水防风为佳（推荐雨衣套装），当然前提条件是要准备两条裤子，因为滑雪过程中摔跤是难免的，裤子不弄湿基本上不可能，所以另备一条裤子，滑完雪后及时换上，会舒服许多。

帽子 / 手套 / 鞋子

专业的选手首选是滑雪头盔，而对于一般人来说一顶普通的帽子即可，质地可为毛线或抓绒等，保暖透气即可，切忌有帽檐。

手套也是必须的，且最好是防水面料耐滑、抓绒内里，面质稍硬一点的手套。

鞋子最好选择防水防滑鞋，如防水雪地靴等。



爱吃番茄鸡蛋面的猫 滑雪

滑雪镜

雪地是反射阳光最强的介质之一，阳光照射在雪地上格外刺眼，有一副滑雪镜当是首选。当然对于业余爱好者来说，有一副墨镜即可，镜架以塑胶制品较为安全，可以牢牢地固定在脸上。长时间滑雪一定要准备一副墨镜，防止雪盲。

这一世的界 雪镜可买可不买，如果你不滑一天雪的话，根本用不上。不过带上拍照还是很漂亮。雪山也有很多卖雪镜的，应该不会卖太贵（可能二三十元能买到吧），我在网上买的进口的都才一百来块。如果只是照相用的话，不用买太好的。



西岭雪山滑雪场项目价格参考表：

项目	平时价格	节假日价格 (元旦 3 天, 春节 7 天)
滑雪 (押金 400 元, 需自带滑雪装备)	120 元 / 人 / 1 小时	160 元 / 人 · 2 小时, 240 元 / 人 · 3 小时, 360 元 / 人 · 全天
	160 元 / 人 / 1 小时	200 元 / 人 · 2 小时, 280 元 / 人 · 3 小时, 400 元 / 人 · 全天
雪地摩托	成人 100 元 / 人 / 10 分钟 儿童 60 元 / 人 / 10 分钟	成人 120 元 / 人 · 10 分钟 (周末同样)
雪上飞碟	20 元 / 人 / 次	
蛇形雪橇	10 元 / 人 / 次	
雪上飞片	40 元 / 人 / 15 分钟	
滑雪车	40 元 / 人 / 次	50 元 / 人 / 次
冰雕长城雪地冲锋舟	30 元 / 人 / 次	
雪地自行车弹跳飞人	20 元 / 人 / 次	
滑索	40 元 / 人 / 次	
四轮越野车	30 元 / 车 / 圈	50 元 / 车 / 圈
吉普越野车	100 元 / 车 / 圈	150 元 / 车 / 圈
空中热气球 (视天气情况开放)	50 元 / 人 / 次	
	60 元 / 人 / 次	
高山滑道	40 元 / 人 / 次	
CS 彩弹枪对抗	50 元 / 人 / 次	含枪、服装及 30 发子弹, 增加子弹 1 元 / 发
卡丁车	30 元 / 圈 (单座位)	40 元 / 圈 (单座位)
	50 元 / 圈 (双座位)	60 元 / 圈 (双座位)
森林狩猎	20 元 / 车 / 圈	30 元 / 人 / 圈
射箭	20 元 / 人 / 次	含 10 支箭

买滑雪充值卡的时候, 记得拿好付款收据, 因为退卡的时候, 营业员会又向你耍。(蜂蜂 [这一世的界](#) 提供)

热气球

在西岭雪山内的滑雪场上, 雪地热气球也颇受欢迎, 可在冬季俯瞰白雪皑皑的全景, 老少皆宜。费用参考上述列表, 每次可以乘坐 2-3 人, 升空高度近百米, 升降和空中停留的时间约 10 分钟。

天晴时可以俯瞰西岭雪山, 山脉起伏让人心旷神怡, 所以建议想体验热气球的一定挑个好天气上山哟。



白菜 西岭雪山热气球

篝火晚会

除了滑雪, 西岭雪山的夜晚也不寂寞, 幸运的话, 还能碰上一些酒店举办的篝火晚会。晚上也许会有充满古蜀风味的民族舞蹈、香喷喷的烤羊肉等, 即便没有, 但众人围在篝火旁一起唱歌跳舞, 也是其乐融融, 让你在冬天雪地里也能享受别样的温暖。

泡温泉

游完西岭雪山之后不少人选择去泡温泉, 全身轻松, 非常解乏, 而最佳地在相距不远的花水湾镇。具体见第 8 页。

线路推荐 Routes

登山滑雪一日自驾游

线路设计: 成都——西岭雪山——成都

线路详情: 早晨从成都出发, 前往西岭雪山滑雪场, 体验这里最有特色的滑雪运动。如果您有勇气又感兴趣的话, 可以尝试其他丰富多彩的雪上活动, 比如雪上飞伞、高空热气球、雪地摩托等, 绝对会让您大呼过瘾。

下午回程时选择乘坐观景索道, 大约需 40 分钟回到景区大门。

一天内游西岭雪山, 时间很紧迫, 建议索道均购买往返套票。其次, 运动量也会很大, 如果体力不支的话, 千万不要勉强。

西岭雪山滑雪场二日游

线路设计: D1: 成都——西岭雪山——滑雪场——山上住宿;

D2: 日月坪——阴阳界——原路返回回成都

线路详情:

D1: 早晨从成都出发, 既可以直达, 也可以经大邑、西岭镇再到西岭雪山景区, 或者自驾前往。2 小时左右就能抵达景区, 然后在山下好好地



吃一顿午饭。然后进山，坐缆车前往滑雪场，换上雪具开始滑雪的娱乐时光。滑雪结束你一定饿了，你可以选择去滑雪场二楼的餐厅吃一顿简单的快餐，也可以去下榻的酒店吃一顿美味。

D2: 如果你选择的酒店位置不错，可以选择早起看日出，如果昨天滑雪太累，那么就好好睡个懒觉。中午乘缆车下山，然后乘车返回成都。

西岭雪山登山露营 2 日游

线路设计: D1: 成都——大邑——西岭雪山——鸳鸯池——滑雪场——日月坪;

D2: 日月坪——阴阳界——日月坪——滑雪场——景区大门——大邑——成都

线路详情

D1: 早晨从成都大邑车站出发，最好能坐上直达西岭雪山的班车，如果没坐上就先乘车前往西岭镇，然后乘面包车过去。早晨 8、9 点从成都出发，中午就可以到达西岭雪山了，可以在这里吃个午饭。午饭后可以开始登山了（在后山的售票大厅可以免费灌水），一路步行至鸳鸯池，在这里可以乘摆渡车至滑雪场，然后乘索道上山。下了索道继续步行，到达日月坪，这里有一大片露营的地方，选择合适的地方扎营，吃晚饭，如果带的干粮就直接吃干粮。

D2: 6 点起床（根据日出时间而定），起来看日出。看完日出开始做早饭，吃完早餐后收拾东西可以步行至阴阳界游玩，然后返回日月坪，原路返回下山。在西岭雪山乘坐去大邑的班车，再从大邑返回成都。下午 19:00 前可到达成都。

以上线路由**蜂蜂 Lee** 提供，详情可参考游记：《八月西岭雪山露营、日出、云海、彩虹、人品好到爆》

西岭雪山及周边自驾两日游

线路设计: D1: 成都——花水湾——西岭雪山滑雪场——日月坪——阴阳界——花水湾;

D2: 花水湾——鹤鸣山——安仁古镇——成都

线路详情:

D1: 早上 8:00 乘车经成温邛高速到达大邑后前往花水湾地区; 11:30 在花水湾旺盛餐厅用餐; 12:30 用餐后乘车前往西岭雪山（车程约 30 分钟，此段路多为盘山公路，路况不是特别好），13:00 乘坐景区索道上达西岭雪山滑雪场，自费参加雪上娱乐项目，或者乘坐观景索道沿途观赏自然风光到达日月坪，还可以继续前行 30 分钟到达阴阳界景区，观赏西岭雪山独特的奇景——阴阳界; 18:00 乘车返回花水湾，用晚餐后入住酒店;

D2: 早上 8:30 在酒店用早餐后，自由活动，可自行前往花水湾小镇拍照留恋; 11:30 在花水湾旺盛餐厅用午餐; 13:00 参观道教发源地——鹤鸣山后可前往安仁古镇，到达安仁古镇后自费参观刘氏庄园或是建川博物馆; 18:00 返回成都。

西岭雪山两日完全自助游

线路特色: 这是最经典的“强穿”线路，即从后山强行穿越到前山，不走回头路。但因唐嘴峰至五彩瀑段的道路危险等原因，内部旅游设施已被拆除，无接待站，当地有关部门也已在路段两头设立了警告牌，所以

还是不建议强穿。

线路设计: D1: 成都——西岭雪山——后山——红石堡;

D2: 红石堡——前山——西岭镇——成都

线路详情:

D1: 上午从成都到西岭雪山，午餐可在后山山门解决，有不少小摊贩卖油炸土豆、烧烤等小吃，建议在此简单饱腹，因为上了山，很难找到吃饭的地方，也非常贵。吃完后，下午开始爬山。

(1) 西岭雪山门口——鸳鸯池

全程 3300 米，步行，通常要 2.5-3 小时。因为这段路上风景不是很好，行走此段目的只为锻炼身体，体力较弱的游客也可选择乘缆车上山。

(2) 鸳鸯池——映雪广场: 乘免费班车

(3) 映雪广场——日月坪

这段只能坐索道上，单程索道全程需约 40 分钟，性价比极好，可在索道上俯瞰欣赏原始森林的别样风情，视线下方有枫叶和房屋，还能清楚地看到山间的云雾，特别是中间有一段还能清楚地看到松树上有冰晶；同时也可以利用这段时间好好休整。下索道后，还得步行一段时间才能到达日月坪。

(4) 日月坪——白石尖——野牛道——阴阳界——红石尖——红石堡

又是一段暴走，从缆车上下来正常的话大概在 16:00，最后得在 18:00 之前赶到红石堡，所以时间很紧；另外需要注意的是，鞋子一定要穿防滑的，如果是冬天，最好带一个冰爪。

不过这段路程的风景算是全程最好的，阴阳界既是山峰，又是两种截然不同气候的分水岭。一边是晴空万里，湛蓝蓝天；一边是云蒸雾涌，朦朦胧胧；日月坪以日出与佛光闻名，都是很神奇的自然现象，一道白色的雾气横贯云海，在山顶的小平台往下看，幸运的话就能看到七色彩虹和佛光。天气好的话还可以看到贡嘎雪山和峨眉山。

过了阴阳界，往上走就是红石尖，一个具有挑战性的山头，海拔 3300 米以上，纯粹的山路，登得人气喘吁吁，20 分钟就到山顶，能看到最为壮观的云海，颇有一览众山小的气势，自己仿佛置身于天地间，悬浮在飘渺的仙境中。之后尽量在 18:00 左右到达红石堡，入住订好的酒店。

D2: 上午从前山沿唐嘴峰、金猴峰、大山门、獐子崖一路往下走，沿途赏风景。下午坐车回成都——可在前山门坐个野车到西岭镇，然后乘汽车回大邑，再转车回成都。

实用信息 Practical Information

语言

当地以四川话为主，大多数人都能够用“川普”进行交流，所以交流上不会有什么问题。

银行

西岭雪山既没有银行，也没有 ATM 机，部分酒店也不能刷卡消费，所以去西岭雪山游玩最好提前准备好充足的现金。



邮局

西岭镇以及西岭雪山并没有邮局，最近的邮局位于西岭镇东部的天官庙镇。

电话

西岭雪山滑雪场景区咨询：028-88302036/88309080

西岭雪山滑雪场景区救援：028-88302010

西岭雪山大飞水景区咨询：028-88300002

投诉电话：028-88302036

医院

西岭镇卫生院

地址：四川省成都市大邑县

联系方式：028-88303120

摄影贴士

冬季山顶气温较低，通常相机采用的5号电池和纽扣电池都不耐低温，所以这类电池最好有备用。如果相机采用的是容量大低温性能好的锂电池，情况会好得多。如果出现快门无法按下的情况，将相机搁在怀里暖和一阵再拿出来，或许又能用上。在寒冷天气下，准备一双轻薄保暖的手套是必要的，直接手持相机也许连一分钟都无法坚持下来。但也不能是厚实的手套，那会让你找不到快门的。拍摄雪景需要注意曝光补偿。具体补偿值需要根据经验调整，通常在0.5-2.0档之间。

外部交通 Getting There

西岭雪山距成都仅95公里，因此游客一般都会从成都出发前往西岭雪山。而西岭雪山没有飞机场、火车站，不论乘飞机还是火车到达成都的游客，都必须转乘汽车前往西岭雪山。

成都茶店子客运站和新南门车站每天到西岭雪山的直达车，在成都火车站旁也有直达景区的旅游专车。但直达车的班次通常很少，如果赶不上，可先坐车到大邑县，再转车到西岭镇，西岭镇距西岭雪山景区仅7公里，可再乘当地面包车前往。

此外，有条件的游客，自驾去西岭雪山最好不过。从成都出发，路况良好，进山路段稍窄；冬季进山路有积雪，需要注意行车安全。

飞机

距离西岭雪山最近的机场为成都双流机场，下机后去西岭雪山有三种方法。第一种方法最普遍，即在机场乘车到茶店子汽车站，再搭乘大巴前往西岭雪山；第二种，可在机场客运站乘坐发往大邑的班车，再转车前往西岭雪山（具体参看汽车部分），但机场班车较少，得合理安排时间；第三种需要经济预算充足的，即可直接包车、自驾前往西岭雪山景区。

成都双流机场

地址：四川省成都市双流县北部（距成都市中心西南约16km）

网址：www.cdairport.com

联系方式：028-85205555

到达交通：

机场交通：（1）飞机场——茶店子汽车站（约27公里，时程约1.5小时）在机场乘坐机场5号线可直达茶店子汽车站；或乘机场2号线在天府广场东下车，再到天府广场站，乘地铁2号线（犀浦方向），在茶店子汽车站下车

（2）飞机场——大邑县

双流机场客运站每天有五班发往大邑县的班车，发车时间为8:40、10:50、14:00、16:20、17:40，票价19元，全程需2小时。

候车地点：在1号航站楼与2号航站楼之间（原支线航站楼出港厅）

联系方式：028-85205360

汽车

乘汽车去西岭雪山是最主要的方式，通常从成都出发，在茶店子汽车站或新南门汽车站乘车，但直达班次较少。

如果赶不上直达车，可先乘至大邑县的班车，再在大邑县汽车站转乘汽车直达西岭雪山（去滑雪场）或到西岭镇（去前山），这一路线的车次会比较充足。具体车次如下：

暖暖小木子 提醒亲们，一定要提前购票，以免耽误行程，可提前一天在四川汽车票务网（链接：<http://www.scqcp.com/>）预订车票

成都茶店子客运站——西岭雪山 / 大邑县

茶店子汽车站每天仅有两趟直接到西岭雪山后山山底的班车，发车时间为9:00、9:30，时程约2.5小时，票价33元/人；遇旺季会有加班车，但车少人多，建议提前一天到车站买好票。

若错过此车，只能坐车到大邑县再转车去西岭雪山。至大邑县的班车，发车时间为7:20开始滚动发车，每隔1小时一班，票价20元/人。

成都茶店子汽车站

地址：成都市金牛区三环北路羊犀立交桥

联系方式：028-87506610

到达交通：乘机场专线5号线、地铁2号线或663、749、762、822、844、846路等公交车可达

大邑县——西岭雪山

在大邑县汽车站乘车，买票说明要直达西岭雪山后山山脚（滑雪场）的，每天四趟为7:00、9:00、11:00发车，节假日会增加车辆，全程1.5小时，票价17元/人（保险2元）。

大邑县——西岭镇——西岭雪山

大邑县至西岭镇50公里，在大邑县汽车站乘车，发车时间为6:00-18:00，每10分钟一班，票价9.5元/人。

而从西岭镇到西岭雪山约9公里，此段必须自助乘车，搭乘当地私人的小面包车，包车单程约50元/车（可议价），也可拼车15元/人。回程时，在西岭雪山景区门口也有面包车直接回成都，费用约60元/人，可议价。

大邑县汽车站

地址：成都市近郊大邑县西岭大道166号

联系方式：028-88294217



成都新南门车站——西岭雪山

成都新南门车站每天仅有一趟班车直达西岭雪山滑雪场（途经花水湾景区），发车时间为9:30（每天发车时间不同，最好提前电询），周末会加2-3个班次，票价33-35元，车程2.5小时。

成都新南门汽车站

地址：成都市新南路2号
联系方式：028-85433609
到达交通：乘21、28、48、237路公交车可达

自驾

成都至西岭雪山的路段良好，全程约2小时。走成温邛高速，在“大邑”下高速，然后按照路标指示走即可，途中不经过大邑市区。从下高速到西岭雪山约需1小时，沿主路一直走即可。其中在西岭镇公路出现分叉，直走的是去前山，而右转弯的是去后山。

停车只能停在山脚下的西岭雪山停车场、山地大酒店停车场，再换成索道或步行上山。

公里数参考

成温邛高速公路段：20公里
大邑县南至花水湾段：40公里
花水湾至西岭镇：6公里
西岭镇至西岭雪山：9公里

过路费：川A、川O牌照车辆免过路费；
外地车辆（小车），成温邛高速段，20元；
成温邛高速往大邑方向走，22公里处有摄像头；
下成温邛高速，向西岭雪山方向行驶5公里，有摄像头（限速60km/h）

内部交通 Getting Around

索道

西岭雪山共有三条主要索道，乘坐索道观赏西岭雪山的风光也是一大乐趣。因此晴天乘索道最佳，下雪时会白茫茫一片什么都看不清。

交通索道

也称“鸳鸯池索道”，从山脚下游客中心至滑雪场。单程需10分钟，往返120元/人，单程70元/人，每厢容6-8人。沿途会经过有客崖、苦竹林、香杉林、子美树、云雾林、鸳鸯池等小景点。此段风景一般，不限制必须乘索道，但若想一日游滑雪，乘索道会比较能节省时间和精力。

营业时间：9:00-17:30

高山观光索道

从滑雪场至日月坪（此段必须乘索道，不可徒步）。全程需40分钟，单程50元/人，往返80元/人。这是通往阴阳界，观赏西岭雪山林海雪原，优美自然风光的必经之路。时间充裕，还是建议乘此索道上日月坪看看，

呼吸一下新鲜空气，迈步原始森林，享受冬季雪景。

营业时间：9:00-16:00

- 1、观光索道每厢只容2人，旺季时人多需排队较久；
- 2、厢门是人工手动门，需工作人员在外部打开或关闭，请勿自行开门急于上下。

滑雪场索道

在滑雪场主雪道上配备的索道，是露天观光型索道，安全舒适，速度适中，能够俯瞰整个滑雪场。免费，但处于安全考虑只有滑雪会员、技术达到一定水平的雪友才能乘坐。



爱吃番茄鸡蛋面的猫 滑雪场索道

景区公交车

红色车身，免费乘坐，从鸳鸯池索道上站至映雪广场，车程约10分钟。旺季时人多排队较久。



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

