

# 汽车检测与维修实践报告 汽车检测维修 实习报告(模板5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 滑雪的心得体会篇一

最近，我到西双版纳旅游。为了感受傣家的文化风情，我们来到遐迩闻名的曼景兰。

当我们来到时，晚霞已经挂在天边，夕阳的余辉在傣家那精巧美丽、极富民族特色的竹楼建筑上相映成趣，我忍不住走近前去端详这傣家民居。

所谓竹楼，实际上现在大部分人家已全部用木板代替了。竹楼是典型的干栏式建筑，一家一座，围有小院。楼近似方形。一般都是上下两层，几乎都是上层住人，下层煮饭做菜和舂米或圈养牛鸡猪狗。每家的竹楼都用竹篱笆和木柱围住，形成小院。院内种植着香蕉、柚子、木瓜等。上楼之后，先见一凉台，摆着盆花、水罐、器皿、小凳子等什物，供家人在此洗漱冲凉。到了晚上，一家人可以坐在这里纳凉。凉台里面是宽敞的正屋，中间有个火塘，是主人做饭、吃饭和会客的地方。正房的两边又用木板隔成若干小间，作为卧室或库房。

我们漫步在曼景兰的街道上，一边饶有兴味地观看傣家的民居，一边注视着过往的傣家妇女的打扮。只见她们大都穿着无领的浅色紧身短上衣和色彩绚丽的各色长筒裙，显得那么清秀、轻盈、文静。

傣家美食令人眼花缭乱，什么“好冬”、“考劳苏”、“好磅”、“改义”、什么“剁生”、“南秘”……只见一盘盘、一碗碗地端上来，好客的主人一边热情地招呼我们品尝，一边还忙着给我们介绍。当然，归纳起来还是烤、剁、炸、腌、蒸之类，只是原料、佐料和做法不同罢了，给人的感觉是酸、辣、香的特殊风味。印象最深的要数那用紫糯米蒸熟的米饭了，因为吃这种米饭时，要用手抓起一些后，再在手里捏成一个小饭团，然后才送入口中，吃起来香甜可口。据说，傣家人特别喜欢吃糯米饭，这是他们的主食。傣家人上山下田劳动时，抓起一团糯米饭再搁上一些腌菜、辣椒、烤肉之类的菜肴、用芭蕉叶包起来，吃起来十分方便。

我们还吃到一种据说是用青苔丝炸制的菜肴，既香又脆，十分可口。据主人介绍，傣家人喜欢食用水生藻类植物，每年初春，傣家妇女走下水去，把那生长在江河里的鹅卵石上的丝状绿色青苔捞上来，把沙子和其他杂物洗净，加工成干青苔片，食用时或炸或蒸、或烤或炒，营养丰富，味道特别，是傣家人待客的特色食品。油炸牛皮的做法是将牛皮煮熟、刮净，用刀划成半尺长、二寸宽的若干块。

漫步在曼景兰，品尝着傣家人风味，我深深感到了傣家风情多姿多彩、傣家的美食风味独特。

## 滑雪的心得体会篇二

今天，结束了为期一周多的暑假旅游，我们从上海回到深圳。

这次旅行，时间很长，到的地方很多，收获也很多：

二是看到了著名的西湖美景和上海的黄浦江夜景，这都是深圳没有的景色；

三是吃了杭州楼外楼有名的菜，有美味的叫花童鸡、甜甜的西湖蜜藕，还有宋嫂鱼羹，这些是我们在深圳很少吃到的东

西。我们还去上海的城隍庙吃了上海的特色小吃，也是在深圳很少吃到的，感受到了跟深圳不一样的生活。

四、学习和了解了一些知识，比如雷峰塔的名字来历、苏东坡的故事、杭州丝绸的种类、楼外楼餐馆名字的来历、上海第一高楼的变化等等。

五、参观了一直想去看的世博会，在中国看到了清明上河图，里面讲了以前老百姓的生活，还有国之瑰宝，里面有三匹马。

六、看到了欧式和美式的建筑，老爸说以前欧洲和美国人来上海，把欧式和美式的建筑全搬到这里来了。

虽然收获很多，但是也有遗憾，就是东方明珠塔没有进去看。我希望下次可以上东方明珠电视塔去看。

这次旅游，我感觉很开心，谢谢老爸这次辛苦的带我们去玩。但是老爸对我们说，其实我们的每一份快乐，都有父母、亲人、老师和其他人的默默付出，所以要珍惜生活中的每一个机会，学会关心别人和感恩，所以我需要感谢的人很多很多。

## 滑雪的心得体会篇三

20xx年5月11日至16日，我们一行8人赴华东五市(杭州、无锡、苏州、上海和南京)旅游。一路上的所见所闻，使我们感受颇多、收获很大，触动很深。

### 一、华东五市旅游发展的概况

华东五市旅游资源丰富，人文景观独特，是江南鱼米之乡，山清水秀之处，历史文物之都，名人荟萃之地。华东五市(苏州，无锡，南京，杭州，上海)这条旅游线将都市风光线与名山名水融为一体，是集风景名胜游，文物古迹游、佛教文化游为一线。华东五市地区的经济社会快速发展，其中一个重

要的原因就是该地区把旅游业作为支柱产业、因地制宜的把其他重点产业和主导产业以旅游产业为龙头，链条式的生机勃勃的进行有序运作发展，作为拉动内需、刺激消费、发展经济、改善环境的助推器。近几年来，华东五市先后确定了大旅游发展战略，坚持政府主导型旅游业发展思路，在旅游产业定位、旅游规划、资源开发、市场管理、市场促销等方面摸索出一些可借鉴的经验[]20xx年,上海、苏州、杭州、南京、无锡旅游总收入分别是1958、735.06、707.2、714.69、520.30亿元，占gdp的比重分别是2.6%、11%、14.8%、18.9%、11.8%，今年金融危机以来，华东五市旅游收入仍然有大幅度的提升。

## 二、一路感受

5月11日，抵达西安，5月12日我们飞达的第一站——南京市，直接乘车到无锡无锡的三国影视城、紫砂艺术馆；夜宿苏州滨河皇冠酒店。5月13日参观了苏州的太湖珍珠馆、狮子林、感受了锦溪水乡风情；车游了上海南浦大桥、浦东新区、浦江隧道、人民主场，外观上海十大建筑(金茂大厦88层、东方明珠高468米、环球国际金融中兴110层)、南京路步行街(徐汇区以闻名于世的南京路上好八连的故事为依托所开辟的)购物；聆听导游讲述的农民福士朋喜来登自由宾馆的故事(当时浦东还未开发，先富裕起来的农民为了招得凤凰来必先栽下梧桐树，为发展平浦东做贡献，率先建起当时最豪华的宾馆)夜观上海外滩，登上东方明珠大厦眺望上海夜景；夜宿浦西的莫泰168酒店。

5月14日品桐乡杭白菊、船游西湖、万松书院(梁祝故事发源地)、乌镇(中国最后的枕水人家)、参观了宋城、观看宋城千古情(“给我一天，还你千年”大型歌舞表演)；夜宿杭州沈塘湾大酒店。5月15日品尝梅花坞龙井茶、主要参观了长江大桥、总统府、夫子庙、乌衣巷、秦淮河，品尝南京小吃，夜宿金陵五星级酒店(八一村)。5月16日早南京雨花台(爱国教育基地)，中午从南京飞回西安乘车回家。6日游所到之处，到处

是生机勃勃的繁荣景象，新式样的小洋楼在农村比比皆是，显示了华东五市农村的富裕。进入城市，无论是在南京、无锡、苏州、杭州还是上海，都感受到了深化改革，加快发展的气息，新建的高楼鳞次栉比，城市街道洁净，高速公路上车水马龙。每个城市都有每个城市的特点，南京的六朝古都、十朝都会；无锡的太湖山水，紫砂瑰宝；苏州的古典园林和水乡千年古镇；杭州的西湖美景和龙井茶；上海的城隍庙和国际大都会等，均极具特色魅力，加之地处长江三角洲及毗邻而居，吸引着全世界各地的人们来到这里旅游或来这里进行商务活动，极大地促进着华东一带旅游及相关产业的发展，使“东方明珠”更加闪耀明亮。

## 博爱之都南京

第一站,我们一行来到了江苏省南京市,呈现眼前的是一派生机勃勃的都市气息,环行的林荫道树木比20多年前长高了许多,纵横交错;高楼大厦比比皆是,错落有致。市场繁荣景象让人看都看不过来,文明的社会风尚抚慰着人们的心灵。玄武湖似明镜镶嵌在博爱之都中,真是美丽极了!古色古香的夫子庙留下难忘的记忆,参观“总统府”,使人永远不会忘记蒋家王朝失败的历史。瞻仰中山陵,让我们永远纪念孙中山先生“天下为公”的博爱之情。

## 温情如水的无锡

第二站,我们一行高兴地来到了无锡。无锡这座闻名遐迩美丽的中等城市,就座落在太湖边上。城中五条主干道两旁镶嵌着名木花草,交通快捷,高楼大厦错落有致;二泉映月、东林书院、薛家花园、灵山大佛、万顷堂、梅园、锦园、鼋头渚……人文景观众多,山川秀美,古运河穿城市而过,构成一幅让人陶醉的江南国色的山水画。中央电视台在城中建设落成的影视基地——“水浒城、三国城”,显得古色古香,气势宏大,更是锦上添花,美丽极了!还有那烟波浩渺的太湖明珠,让人倾慕,使人们的视野更加开阔,胸怀更加坦荡,

周边的美景使人留连忘返，一句话就是山青、水秀、人更好！无锡国民经济发展迅速，到20xx年城镇居民人均可支配收入16005元，农民纯收入可达8004元，这是他们开拓创新、共同努力的结晶。

## 风景如画的园林名城苏州

第三站，我们一行踏入苏州，犹如进入了大观园。名城苏州亦称江南“小家碧玉”，又称东方“威尼斯”。苏州园林众多，不计其数，有拙政园、艺圃、沧浪亭、耦园、网师园、狮子林、虎丘、怡园、寒山寺、留园、北寺塔、盘门……，其中有七处已列入世界文化遗产名录。苏州最大看点之一：河流水网密度大，纵横交错，小桥流水贯穿全城，与众多园林中的亭宇楼台、古宅民居、名木郁林，形成园林秀美、人文景观和谐的动人格局，巧妙地构成一幅小江南的美丽画卷。苏州最大的看点之二：自改革开放以来，国民经济迅猛发展，蒸蒸日上。世界500强企业就有16家落居苏州高新工业园区。1995年国民经济生产总值(gdp)仅为903亿元，到20xx年高达4037亿元，人平生产总值超过8000美元。

## 时尚新潮的国际都市上海

第四站，我们一行跨入大上海，不加夸张地说，我们进入了另一个世界，感到震撼！与20多年前相比发生了翻天覆地的变化。20多年前就只有锦江饭店和外滩原外国租界的房子有较大的名气，而今不仅是浦西遍地都是高楼耸立，而且在浦东金融新区楼群全都是高耸入云的摩天大厦，看上去与电影画面中美国纽约的楼房格外相似，毫不逊色。1990年国民生产总值、人均工资分别为756.45亿元、2917元，到20xx年分别增长到7450.27亿元和24398元，增长速度之快，令人无法想象。城隍庙亭宇楼台金壁辉煌与黄浦江两岸的雄伟建筑楼群遥相呼应，耸入蓝天的东方明珠塔与雄伟的南浦大桥相映生辉，凸显出一派国际大都市的气派，让“做可爱的上海人”理念得到充分的展示，见证了今日上海巨变的沧桑。

行进的路上，听导游介绍，感受特深的还是共同致富的江苏省江阴市华西村，这个社会主义新农村。百米金塔览胜大华西；小华西普通农家；走华西路参观展览；在华西村吴仁宝老书记的事迹；华西村文艺演出；天下第一村的待客饭菜——特色餐厅……耳闻让我们怦然心动，华西农庄赛天堂！

### 三、 几点体会

(一)在市场经济条件下，一个城区的精神文明程度已成为一种可以转化的生产力要素，成为促进城区经济持续、快速、健康发展的重要“资本”。加强精神文明建设，不仅是代表人民群众的根本利益、造福于民的德政工程，而且是传播先进文化的重要载体，是提高城区文化品位，有效改善软环境的有效途径。

(二)特色是一个城市的灵魂，品位是一个城市文化底蕴的体现。华东五市均突出了自身的特色和品位。南京市以六朝古都为依托，以名人效应为卖点，注入浓烈的现代意识，突出江南都市特点，给人以人在城中、城在林中的贴近大自然的亲切感。无锡市笔直的大道、绿树鲜花、亮丽的楼房，更多的展示了现代文明的成果。苏州、杭州是人间佳境，“上有天堂，下有苏杭”足以佐证。两个城市的共同点就是以湖为依托，城市布局突出江南水乡特色，桥、水、房融为一体，浑然成趣，堪称东方威尼斯。仔细分辨，又有所异。园林是苏州的灵魂，亭台楼榭是它的杰作。杭州则突出了山、水、林、石，更多的显示了它的灵秀。上海市充分利用高科技手段，特别突出了作为世界大都市的功能特色，体现了全国经济中心的特点，给人的印象就是大。

华东五市在突出特色建设大城市、打造城市精品的同时，加大了小城镇开发建设力度，推进了城镇化进程。整个沪宁线和沪惠杭线连为一体，基本实现了真正意义上的乡村城市化、农业产业化、农民市民化、城市现代化，社会经济全面发展。

华东五市的旅游业总的印象是井然有序。整个行程真实地再现了江南水乡的特色，并把长三角文明充分地融入其中，展示了华东地区的悠久历史和深厚的文化底蕴。如无锡市引进中央电视台投资创建的“三国城”、“水浒城”，较真实地再现了历史原貌，既打造了旅游业新卖点，又极大地提升了这座历史名城的品位，拉动了社会经济的快速发展。浙江省嘉兴市整体开发的乌镇旅游则集中体现了华东地区在推动中华民族现代文明进程中所做出的历史贡献。因其独特，吸引了来自世界各地的游客，推动了当地经济的快速发展。上海市则充分利用其世界大都市的效应，不断打造旅游产业新亮点。如徐汇区以闻名于世的南京路上好八连的故事为依托，开辟南京路步行街，集物流、休闲娱乐、餐饮、夜总会为一体，广纳天下客商，尽显其国际大都市的繁荣与魅力，以东方明珠、国贸大厦、外滩为标志，向世界展示了上海改革开放取得的新成就以及开发浦东，再造一个新上海的奇迹。

华东五市的农业产业化是以乡镇企业的发展密切相关的，可以肯定地说，华东地区，尤其是江浙两省的迅猛发展，就是得力于乡镇企业的快速健康发展。江浙两省的绝大部分市、县、区实现了“一镇一特、一村一品”的乡镇企业发展格局。乡镇企业的快速健康发展，为大农业的发展奠定了基础，为工业化积累了雄厚的资本，加快了农业产业化的建设步伐。目前华东五市的农业生产基本实现了生产产业化、产品集约化、销售经纪化的目标，农业抵御风险的能力大大加强。如江苏省的桑蚕生产，造就了闻名世界的苏州丝绸产业，可谓农业与工业相得益彰，互惠互利，共同发展。

上规模上档次、创名牌讲效益是以上海为龙头的华东地区工业生产的基本理念。在完成资本的原始积累后，华东地区以上海为依托，基本完成了对乡镇工业企业的改造重组，正在向规模化、集团化、国际化、现代化的目标迈进。

1、每天早上只有一个餐厅提供自助早餐。这些酒店各自均有五、六个大大小小的餐厅，但不是每个餐厅都提供早餐，而



只是在咖啡开设自助早餐。这样一来，酒店可以减少一部分不必要的开支和能源消耗，有利于酒店节约成本。反观海南的酒店，绝大部分都是几个餐厅同时提供早餐，如咖啡厅开设自助早餐，中餐厅还要开设中式早餐，结果是酒店的收益不甚理想，反而增加了一些无谓的开支和能源消耗。

2、酒店在公共区域摆放的宣传资料齐全。这些酒店在大堂显眼处摆放一台电视机，里面播放的全都是有关酒店服务设施和服务项目，同时也播放一些当地的旅游景点信息，给客人在最短的时间内能够很直观的了解信息。与此同时，酒店还会在大堂放置很多对住店客人来说颇具吸引力的宣传资料，有介绍本酒店或是其它连锁店设施、服务项目的宣传资料，也有当地及周边地区的旅游综合信息宣传资料，住客可以随意翻阅或取用。另外，无论是在餐厅还是商务中心等公共区域，均在显眼的地方摆放着酒店的宣传资料，客人无论在什么地方消费，均能够很方便的拿到相关宣传资料。

3、酒店高科技产品含量高。在我们所考察的这些酒店中，将高科技产品引入酒店，使酒店增色不少，尤其是体现在电梯方面更为明显。比如我们前往上海浦东参观金茂君悦酒店时，由于大堂设在54层，那就要求电梯的运行必须快捷，我们从一楼到达54层大堂也不过就约一分钟时间。在销售代表陈小姐引领我们上楼参观客房的过程中，我们发现她用前台给她发的钥匙卡在电梯控制键处刷了一下，然后才能选择房间所在楼层，上到房间后再用这把钥匙卡开房门。这样一来，大大降低了闲人窜楼骚扰住客的可能性，也大大提高了酒店住客的人身安全。

4、外国客人多，酒店房价及餐饮消费高。这些酒店一方面由于装修富丽堂皇、设施设备完善，加以优质的服务及地理位置的优越性，吸引了众多客人，尤其是外国客人的光顾。在我们考察这些酒店的过程中，无论是在餐厅用餐，还是在大堂办理入住或退房的客人，几乎全部都是“老外”，服务人员的外语水平也让我们大加赞叹，当然这些酒店的房价或是

自助早餐价格也是高得惊人的。以杭州假日酒店为例，该酒店是一家四星级酒店，我们通过人事部汪经理找到了该酒店行政楼层主管张先生，向其询问酒店的商务协议房价大概在多少钱左右，张先生告诉我们，酒店的商务协议房价最低的在七百元以上，行政楼层则在九百元以上。而我们在咖啡厅看到自助餐的价格是98元/位，另外还需加收15%服务费，以上这些都让我们咋舌！

## 滑雪的心得体会篇四

一直觉得家长干家务是应该的，直到有一天我心血来潮干了一次家务，这才体会到家务劳动的辛苦。

一个星期天，爸爸妈妈没在家，我写完作业后，无聊的在家里转了两圈，实在没什么事儿干，不如打扫卫生打发时间，说不定还能得到爸妈的表扬。说干就干，我回忆起爸、妈每次打扫卫生的程序：先扫地，再把拖把弄湿后拖地。我找来笤帚，卖力的扫着，从沙发底下扫出来的几张纸被我扫的一会儿飞到这儿一会儿飞到那儿，为了把他们扫到一起我费了半天的劲儿。地扫干净了，我又洗了拖把开始拖地，湿拖把真沉，没拖几下我就腰酸背痛，休息了一小会儿，我继续拖地，终于把几个房间都拖完了，我长长地喘了一口气。

从远处看，地是干净了，可是我拖的地却湿淋淋的。接着，我朝四周观望了一下，发现电视柜上落了一层灰，我找了抹布，把电视柜、茶几、还有我的书桌、电脑桌都擦了一遍。终于大功告成，屋内基本干净了，我也已经腰酸背疼、满头大汗，并且两个袖子都湿了半截。

正在这时，爸妈回来了，看着湿漉漉的地还有狼狈的我，妈妈惊奇地说：“你打扫为什了？”我自豪地说：“我拖了地还擦了桌子。”爸爸妈妈异口同声地夸我：“你真的长大了，知道干家务活了，太好了！”妈妈又补充说：“下次把拖把拧干点地就不会这么湿了！”听了爸爸妈妈的话我心里可高兴了。

这次家务劳动让我充分地领略了爸妈平时的辛苦，的确，他们既要上班还要做这繁杂的家务，真是太不易了，今后，我一定要多干力所能及的事，尽量减轻他们的负担。

滑雪研学心得体会劳动教育4

## 滑雪的心得体会篇五

在张家界如何花最少的钱，满最大的意呢?不急，请看下文，本文综合了各方面的知识，一定会让你找到你所想要的东西。

### 一、参团和自助的对比?

客观地讲，张家界的风景在桂林和黄山之上，而且接待设施相当齐全，旅游市场比较成熟，操作相对而言也是比较规范的。

参团可以省下你不少的事和麻烦，一心只管玩就是了，但是自助的乐趣却是每个驴友所梦寐的，相信各位ggjjddmm都不是省油的灯，况且游张家界参团是玩不到好的景点的。所以我开的这个帖子主要讲讲如何自助玩转张家界。

### 二、在张家界市区注意的地方

如果乘火车来的话，一下火车你就得下一个很陡的台阶，让你觉得真来到山区了，嘻嘻。麻烦你高抬贵脚，悠着下吧!

下到底部，见一巨大广场。会有许多女人或者男人围过来，口吐白沫热情似火给你推荐如何旅游。如果你是四川或者重庆人，只管讲川话，这些人顿时会做鸟兽散，因为张家界的口音属四川语系。这些人会误认为你是本地人而对你失去兴趣。如果你只会说普通话，就告诉他们，俺是来投亲的，有

人接。哗，同样，鸟兽散！

往出站口向左走20米，看见广场上的的士在热情地招呼你。告诉你行情吧，谢谢我哦，去市内的话，是15大洋，不管去市区哪里。还是在市区先找个地方歇歇吧。张家界市区到处是宾馆和小的招待所，慢慢找吧，推荐你到北正街和环城路去找宾馆。紫舞环城路上，从凤湾路口到三角坪，一水全是宾馆，找个看上去新一点的。。如果司机帮着你推荐，小心了，他会拿回扣的，回扣自然是你出喽。印象中武装部的酒店，建银酒店、闽南酒店(4星)宾朋酒店，金都酒店(银行办，对外营业)，市委一招等等。。。价格还算公道。价格160到220搞定，自己砍吧，它就值这个价，否则你就走人，大部分三星的也就180可以拿下。二星的在70---120也就可以了。

如果你在火车站就犯困了，想休息一下，你就朝前方走出广场，看见广场边上有个邮政酒店吗？不错，推荐，价格双标160，三星标准。

如果你连打的的15大洋不舍得出，乘公共汽车吧，那种绿色的要1块，兰色的只要5毛，嘻嘻，全过最低了，速度不比的士差，推荐。还是坐兰色的那辆大巴吧，告诉卖票的到文昌阁下。到了文昌阁后，往那个坡走上去，慢慢找宾馆吧，坡的尽头就是紫舞环城路了。要不就告诉卖票的，到凤湾路口下，这个凤湾路口就是那个坡的尽头，也是紫舞环城路的起点。

最好，你是乘这辆5毛的兰色公共到紫舞公园下，好一点的宾馆就集中在这里，慢慢找吧。

如果你是坐飞机来的话，出口处就有一民航大巴在等着你，花5元钱就可以带你到市区大桥路的民航大酒店。如果觉得它的线路太单一了，也可以在出口处对面花30元左右坐text到市区的任意一角，觉得太贵了？那就不坐，五分钟时间走出机场大门口，外面的15元就够了。

### 三、市区的吃和玩

张家界市区不大。但是商业比较发达。

比较大型和齐全的购物场所是广和购物中心和梅尼超市。推荐这两个场所。广和购物中心比较大，窗明几净的，推荐。不管你住在哪个宾馆，出门坐面的，告诉司机去广和购物，都只要1块钱的车费。广和一楼值得一逛，有卖苗家银饰的，价格不贵，有特色，一般不讲价，比较公道。一楼的角上，有卖特色物品的地方，看看无妨。

二楼你可以买生活必需品，应有尽有。

出广和后，你看见对面山上有一座纪念塔，免费公园，登上可以去一看市区景色，推荐。山上景色不错，郁郁葱葱。

再推荐一个地方：土家风情园，里面有世界最高的一幢吊脚楼，极具观赏价值。

另，张家界的的士起步价为3元，巨便宜。

距离广和不远的地方，有个人民广场，大。广场对面是一个寺庙，叫普光寺，但是门口挂的牌子叫白羊古刹，票价20元，内有奇景，推荐。

肚子饿了？早说嘛，害我罗嗦了半天。

继续面的1块搞定。打的？最多3块！到人民电影院那里下，夜市一路子排开，全街都是，拣人多的地方吧，没错的。

电影院对门有个小摊是卖泡菜的地方，认准了，背靠一个门面的就是，几盆酸黄瓜，又脆又开胃，酸萝卜，啊，口水都流啊。

如果是中午或者黄昏，不想吃大排挡，又不想吃宾馆菜，去

一个叫银满斗的地方吃酸菜牛肉，好吃得不行，25一个火锅，够吃三人。地点在航校下来的那个巷子里面，紧挨着步行街。实在找不到的话，去凤湾大桥边上的胡师傅三下锅吃顿张家界特色菜--干煸肠子和核桃肉火锅，10元一份，味道盖世，来了不吃?白来张家界了!

喜欢吃鱼?打的5块到桥南加油站附近吃桂花鱼吧，店名叫岩泊渡鱼馆，好象叫这个名字，就这一家。好吃之极，紫苏叶飘着，哎呀，。。。

喜欢吃鱼头?去三角坪。到了三角坪，随便问谁都知道那个吃鱼头的地方，汤是用张家界本地产的小樱桃西红柿炖的，颇有贵州酸汤风味。

#### 四：如何去张家界国家森林公园

如果你奢侈呢，包一辆的士去森林公园要80到100大洋，看你本事了。如果你舍不得银子呢，就去汽车站(就一个汽车站)乘bus喽，记住是去森林公园，不是别的地方哦，人民币8元搞定。

40分钟后，到了景区，别晕车了，赶快去买进山的票。张家界是通票，要248，可以用二天的，具体的说是二天内可以自由进出大门口n多次，你想要多玩几天?没关系的，住在景区内不出来别人拿你没办法。

#### 五：如何在景区内游玩

所谓的“不上黄石寨，枉到张家界”千万别信，骗人的，上面的景色一般，一上一下浪费时间和体力不要紧，再浪费你点坐索道的银子别人可就要大呼“广告成功了”!

你可以取道金鞭溪，很美的峡谷，一定得走走，全长7公里，你可以沿着这条溪一直走下去，直到走到一个叫水绕四门的

地方，那里是抹杀胶卷的地方之一，还有个非常不错的地方叫百龙电梯也在那儿，绝对推荐。乘电梯到了顶上后就有天梯的车接送去袁家界景区。偶认为张家界的精华就在这里，所以千万别错过这条路线。电梯上行53。如有人自认为体力不错，也可以不花这53银子，还有二条路可以直接登上袁家界，砂刀沟和乱窜坡，砂刀沟人迹罕至，如就你一个人千万别走，不说被鬼挟死，也得被它吓死！建议你走乱窜坡，中间偶尔还可以碰到几人。

下午袁家界的风景可是迷人极了，景点很多，迷魂台、后花园视野开阔得不得了，看迷魂台时一定要记得回去，把魂丢在那儿就有点愤憾了，后面还有更好看的呢！记住一定要去一个叫“望桥台”的地方，那里是观看天下第一桥的最佳位置，但不是很好找，没有路牌的，可以叫吴宪忠带你们去。首先要坐环保车五分钟下，再走十多分钟就到了（记住！一定得去，否则你还真不知道它天下第一在哪儿呢）。游完这个后就回旅馆吃饭睡觉为明天的行程补充体力吧。

第二天起床，一般的小腿肚都会有点酸，不过没关系，继续训练下去你就会适应了，今天去的地方是旅行团不去的地方，人烟稀少，很多地方是没有路标的，但景色绝对可以在你脑海里缠绕十年以上，最好叫上吴宪忠带你们去，先坐环保车二十五分钟左右在一三岔路口处下车，往东南方向走十分钟可到达大观台，喜欢摄影的朋友们可以在此呆上半小时了，不过别偷懒，你得继续往下走，下面的仙人桥，一步难行，天子座等景点更是迷人，游完后返回到大观台，该进午餐了，正好你看到一农家餐馆，那里的土豆腊肉一定要尝尝哟！此时大观台由于光线的问题显得更加好看了，趁着别人为你做饭的时机赶紧补拍几张吧！

下午去杨家界，知道北宋杨家将的故事吧？听说这里是因当年他们的后人曾在这一带居住过而得名的，不过里面的景色可是和他们没什么关连哟！跟这里有关的是[乌龙山剿匪记]这部电影，其中的乌龙寨据说是以前土匪活动的重要场所，当年

解放军费了很大的劲才把他们给歼灭的。里面的地势非常险要，天波府的风景更是别具一格，另如果你还没累的话，再回来花个二个半小时去看看一步登天和空中走廊吧。但你也得看看时间是否够，别搞到六点钟以后回来环保车下班了就得走着回袁家界了。

转眼到了第三天了，也就是在张家界景区的最后一天了，早点起床，坐环保车前往天子山风景区，记得在有个地方一定得下车去看看，那就是极具神秘色彩的神堂湾了，明朝初这一带的土家族起义领袖向大坤失败后就是在这地方跳崖自尽的，自那以后这里就再也没有敢下去了，每当在下雨的时候，下面可听到人喊马嘶的声音，当地人知道很多有关他们的传说，问问吴宪忠吧。在离神堂湾不远处还有一有名的点将台，下面的四十八将军岩虎虎生风，犹如一个个整装待发的将兵们。游完这两个景点以后就可以去贺龙公园和索溪峪的十里画廊去看看了，这两处景色一般，由于又是团队去的地方，给人感觉不怎么样。没时间的不去也罢！

从天子山下山有两条路，一条是花42元坐索道到山下，再坐车去武陵源门票站或十里画廊，另一条不花钱的路就得具备很好的体力了，五上五下花个差不多三小时也能到达十里画廊观光。从武陵源汽车站到张家界市区很方便，十分钟一班巴士车8元40分钟可到达市汽车。

六：如何从张家界抵达凤凰：

大多数人都会选择花47元坐直达汽车去，因为很方便，省掉转车的很多麻烦，四小时可以到达，不过车次比较少，一天就两班车，早上8：30和下午14：30，如果你的时间刚好赶不上这两班，可以选择在市里住一晚或坐火车先到吉首再转车去凤凰，去吉首的火车下午比较多，17：28、18：30、17：30都有。但可能也只能在吉首住一晚了，因从吉首到凤凰的汽车只开到六点钟就没了。当然有银子的朋友可以花80---100包车前去。



累了休息下再写

接上文：

七：凤凰游玩：

到达凤凰汽车站后，花3元钱打个text到虹桥下车即到沱江镇，游凤凰两天即够，一天可以花在古城里，一天用在去老洞苗寨，当然如果你是不急之人，也可以花点时间去附近的苗族集市赶赶集。古城里不大，如果全走起来，不到二小时可以走遍它的大街小箱，但真正体会起来，就要看各位的欣赏角度了。

凤凰八大景点(南方长城、奇梁洞、黄丝桥古城、沱江泛舟、沈从文故居、熊希龄故居、杨家祠堂、东门城楼等通票168元/人。

城内景点：如沈从文故居、熊希龄故居、杨家祠堂、沱江河、吊脚楼、虹桥、万名塔等完全可以以步代车；沱江泛舟：在北门码头坐游船至沈从文墓地，中途在江中欣赏沱江风光。再告诉大家一个小秘密：如果大家不想买通票又想泛舟的话，可以去沈从文墓地坐一些私人的船只。

溶洞奇观——奇梁洞(50元)凤凰汽车站坐中巴(2元/人)，较远的景点如南长城(45元)、黄丝桥古城(20元)等可乘中巴前往。去南长城和黄丝桥古城乘到阿拉营的中巴，3-4元到南长城(30分钟左右)；从南长城坐中巴到阿拉营2元(20分钟)，再坐三轮摩托(2元)即到黄丝桥古城。

以上这些景点只当是介绍一下，不建议去。那些专门是为旅行团所准备的，自助的就免了，在城里逛逛都一样。

不过可以选择去一苗寨，凤凰苗寨很多，现开发的有天龙峡、雷家寨苗寨、都落寨、老洞苗寨、岩板堰苗寨、茶坪苗寨、

老家寨、山江苗寨，还有吉首附近的德夯苗寨等，其中以老洞比较好，属最晚开发的，想去那里可以参加一日游的团，70---85元之间，看你们的砍价能力了，找个当地人一问都知道电话。

八：吃、宿在凤凰：

总体来说在凤凰吃住可真叫物美价廉了，素菜3-5元、荤菜5-10元、汤圆1元1碗(20多个呢)、罐罐菌炒肉(10元)、血粑鸭(20-40元)、酸菜鱼等是比较有名的菜。小吃有冰米虾(1元)、凉粉(0.5-1元)、炸小龙虾(1元1只)、苗家泡菜(1元)等，都是很有特色的地方风味；在夏季，还可以吃到这里的冰汤圆(0.5-1元/碗)，酸酸甜甜很好吃。在建设路上的“大使饭店”和老街上作家马蹄声的“老街饭馆”不可错过。虽然当地人的口味偏重，但是由于旅游客人越来越多，他们做菜都会考虑客人口味，服务热情、周到。

凤凰国际青年旅舍；

沱江人家客栈；

古城江边客栈；

东门井客栈；

望江楼客栈；

翠翠客栈；

东门长青客栈；

苗家客栈；

九：购在张家界

这儿的土特产特多，尤以猕猴桃、青岩茗翠茶、龙虾花茶、松菌等较为著名，原汁原味，价廉物美；桑植盐豆腐干是清朝贡品，三宝一绝中的葛根粉、蕨根粉、石耳、杜仲茶都是纯天然绿色系列饮品，集保健益寿于一体，茅坪毛尖茶清香扑鼻，味醇色美，饮后润肺提神，都是不错的特产；此外还可以买些土家风味的“辣妹子辣腊”系列食品带回家去。

## 十：购在凤凰

在古城里你可以选购到蜡染、扎染、牛角制品、老布、苗族刺绣和银饰等手工艺品。老街上的“六色坊”就很有特色。也可去印染工艺师(刘大炮)、蜡染工艺师(熊承早)、扎染工艺师(张桂英、吴花花)、织锦工艺师(叶水云)处都可去看看。哪怕不买也可以饱饱眼福。如果去苗镇集市你会发现那里的物价较便宜，而且有机会花小钱买到好东西，例如竹编、银器等。阿拉营的赶集日逢阴历的二、七；山江集市是逢阴历的三、八。其中阿拉的集市规模较大；山江镇是苗集，可见到身着盛装的苗族妇女。