**【梵音锦瑟】青甘大环双飞8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | LF-QH17200020342h | **出发地** | 全国联运 | **目的地** | 西宁市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **客源地—兰州新区/西宁**  飞机抵达兰州新区或西宁，兰州是甘肃省省会，在大西北处于座中四联的位置。建国50多年，特别是改革开放以米，兰州经济和社会各项事业蓬勃发展，各项经济实力进入全国大会中城市50强，成为黄河上游重要的经济中心，西陇海兰新线经济带的重要支撑点和辐射源，为甘肃和我国的现代化建设做出了重要历献。后入住酒店。温馨提示：客人可兰州进出或西宁进出，西宁抵达客人因要等兰州抵达的客人，故会晚点出发，会等候，望谅解。1、出发前一天，我们会以短信或打电话方式与您联系，手机一定要保持畅通。2、因为散拼客人，到站后可能稍微会有等待，我们会及时与您联系，免费接送您到酒店。3、今日不含餐、无导游，到酒店后若需交押金，需您前台现付，退房时在无损坏和其他消费的情系会如数退回。4、来兰州后，早晚温差会有所变化，建议带好合适衣物，西北气候干燥，一定要多喝水。5、兰州是享有盛名的瓜果城，白兰瓜、黄河密瓜、西瓜、籽瓜等瓜果久负盛名，百合、玫瑰、黑瓜子、水烟等土特产品蜚声中外。特色小吃：兰州牛肉拉面 灰豆子 酿皮子 甜醅子。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 西宁 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **兰州新区/西宁—祁连—张掖**  早餐后出发前往祁连（420KM 约5小时）,途经祁连草原，位于青海甘肃交界处的祁连山山脉，平均海拔在4000米～5000米之间，高山积雪形成的硕长而宽阔的冰川地貌奇丽壮观，像一条横亘的银色巨龙属于高海拔草原。草原、白云、牛羊群、雪山、牧民和冒着炊烟的帐篷构成了它绝美的画卷。抵达后在达坂山观景台观百亩油菜花海（游览时间约30分钟）一望无际的黄色花海让人陶醉。这里的油菜花不仅让人心旷神怡，更体现了大自然的神奇和美妙。金黄色的花海覆盖了大地，宛如一幅大自然的绝美画卷。在这里，仿佛听到了花开的声音，看到了光线在花瓣上跳跃的轨迹，感受到了大自然赋予我们的那份纯粹与美好。后出发前往张掖丹霞（200KM 约3小时），抵达后参观七彩丹霞地貌景区（不含区间车、游览时间约1-2小时），张掖丹霞地貌在方圆五十平方公里山地丘陵地带，有造型奇特，色彩斑斓，气势磅礴的丹霞地貌。丹霞是指红色砂砾岩经长期风化剥离和流水侵蚀，形成的孤立的山峰和陡峭的奇岩怪石，这里的丹霞地貌发育于距今约2亿年的前侏罗纪至第三纪。观大型实景沙秀-《回道张掖》，道不尽古丝绸之路的繁华，讲不完多民族融合的历史，一场还原张掖两千多年沧桑变化的秀。后入住酒店。温馨提示：1、赠送项目若因特殊原因无法赠送，不退不换。2、七彩丹霞参观时，由景区北门进出，请在景区中乘车时注意景区交通车标识牌。3、清晨和傍晚是拍摄丹霞最佳的时间，金色的朝阳与落日的余晖洒在彩色的沙丘之上，会让丹霞的色彩更加艳丽。4、张掖特有的搓鱼面、羊肉粉皮面筋、香饭、小饭、煎血肠、羊头汤、鱼儿粉、灰豆汤、鸡肉垫卷子、山丹油果等各种风味小吃。其中鸡肉垫卷子最为有名，鸡肉垫卷子将薄面皮抹油撒葱花成卷，切段入嫩鸡肉汤蒸煮，汤煮尽出锅即可食5、张掖属于我国的大西北，这里气候相对比较干燥，紫外线比较强，所以到张掖旅游除了按季节携带相应的衣物之外，补充水分、防晒是重中之重，帽子、防晒霜、墨镜、防晒衣等必不可少。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 张掖 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **张掖—嘉峪关—敦煌**  早餐后出发前往嘉峪关，（230KM 约3小时），嘉峪关关城（门票+电瓶车自理），戈壁千里风犹在，浩气长存嘉峪关。在凌冽的寒风中，嘉峪关高高耸立在大漠戈壁之中，尽显雄伟巍峨。明长城绵延万里，站在万里长城的起点，站在这祖国的脊梁之上，感受着金戈铁马的狼烟和血气，遥望历史的长河，山河依旧，“天下第一雄关”的威严体现出了我们的大国之气势，穿越千年，带我们了解属于我们的“丝路文明”。后乘车赴瓜州，（260KM 约3小时），抵达后参观荒漠艺术基地（游览时间约15分钟），“万物有所生，而独知守其根”，我们的“大地之子”安稳地在大地母亲的怀抱中沉睡，漫天星河是他的被子，无边荒漠是他的母亲。无论在外漂泊多久，总是回到母亲的怀抱最令人心安。后乘车赴敦煌（110KM 约2小时），抵达后入住酒店。特别提醒：途中会经过高速休息站瓜州服务区，内有当地商贩在此兜售特产和瓜果，请您谨慎选择，此处非本产品指定购物店。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **敦煌全天**  早餐后，前往莫高窟（12KM，需20分钟），抵达后参观莫高窟（B票，游览时间约2小时） ， “敦煌定若远，一心动经年”，一眼如梦的敦煌，霞光万丈；一眼万年的莫高窟，满怀信仰；历史文化源远流长，绝美飞天灿若星光。这里的雕塑似有呼吸脉搏，这里的壁画仿佛暗含佛光；千年的文化在时间的长河中流淌。来到莫高窟，感受传承千年的信仰的力量。后参观鸣沙山月牙泉（游览时间约2小时） ，大漠孤烟，古道驼铃，满天星辰与一湾泉水相映。“山以灵而故名，水以神而益秀”，鸣沙山似张开臂膀护住千年不曾干涸的月牙泉，两者相互依偎，在漫无边际的大漠中仿佛一对孪生姐妹。后入住酒店。特别提示：此天行程以莫高窟预约时间为准！此行程莫高窟实行B类票，2021年4月1日起，莫高窟执行新的门票政策，首先售卖A类门票(238元，包含数字观影、8洞窟)限额6000张。参观当天A类门票发售完毕之后才开始售卖B类门票(100元，包含4洞窟)。故根据行程安排，参观当日如遇景区A类门票仍有名额，则需游客补交门票差价138元/人；如遇A类门票已经发售完毕，则无需补交门票差价。因莫高窟A类门票需提前30天以上网上实名预约，团队参观时间会按照订单签约时间依次进行预约，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的问题，甚至个别无票情况，我社会安排西千佛洞及敦煌博物馆代替。给您带来不便，敬请谅解！鸣沙山月牙泉必看贴士1. 欣赏或拍摄月牙泉有两个最好的角度：一是爬上沙山顶，俯瞰月牙泉；二是近距离的平视月牙泉。2. 爬沙山时，请按照景区的指示牌，在本景区规定的登山范围内进行活动，千万别独自在区域外玩“探险”，以免危害到自身安全。3. 若有人想骑骆驼时，应听从牵驼人员或导游的安排，不要随意给骆驼喂食或逗弄，防止发生意外。不要靠近骆驼的后脚或头部，以防止其踢你和用嘴喷你。4. 在景区的游客中心有小件寄存处，大的物品可以寄存到景区咨询台处。5. 这里的阳光辐射很大， 紫外线超强，任何时候去都需要注意防晒防紫外线。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **敦煌—黑独山—大柴旦**  早餐后乘车前往黑独山（260KM，约3.5小时），途经南八仙雅丹，这里是一眼望不到边的无人区，有令人难以想象的荒凉和寂寞，天上无飞鸟，地上不长草，沙丘面目各异，千姿百态。抵达后前往黑独山（需步行进入，大约30分钟，游览时间约40分钟），荒凉，沉寂，冷艳，静默，这里是青海芒崖市的黑色戈壁——黑独山。黑独山的山体呈现出浓重的黑墨色，沙山表面覆盖了一层黑色的碎石和沙体形成一副黑白画色的水墨净土。如果你的内心足够强大，一定要去一趟。这苍凉悲壮的江山，会让你无比震撼。目睹大自然的鬼斧神工。后前往大柴旦（310KM，约3.5小时）抵达后前往翡翠湖景区（不含区间车，游览时间约40分钟-1小时），如果上帝曾经真的留下过泪水，那翡翠湖的这一滴，一定时饱含情感。金色的阳光洒在碧绿的湖面上，犹如一块块晶莹剔透的翡翠。雪白的结晶盐像是美丽的碎钻点缀在翡翠湖中，让原本就美丽的翡翠湖看起来更久精致而有层次。后入住大柴旦酒店。温馨提示：青海省地处青藏高原，是高海拔地区，我们在青海段的行程海拔基本在2200-3000米之间，个人体质不同感受也不同。偶见头痛、胸闷等反应，均属正常，切记不要剧烈运动；初到高原，建议第一晚不要洗澡，避免着凉，尽量放慢语速步速，注意休息。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 大柴旦 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **大柴旦—茶卡——青海湖周边**  早餐后前往茶卡（400KM，约5小时），抵达后参观茶卡盐湖/茶卡壹号·盐湖景区（不含区间车，游览时间约1.5-2小时），茶卡盐湖，四周雪山环绕，平静的湖面就像是一面巨大的镜子，倒映着蔚蓝的天空，也被人们称为“天空之境”。漫步在湖面之上，就如同行走在云端一般梦幻。在这里，仿佛置身梦境，清澈的湖水洗去心中的浮尘，穿上雪白的衣裙，成为湖面上翩翩起舞的小精灵。后前往青海湖周边（150KM，约2.5小时），抵达后前往青海湖景区（游览时间约1-2小时），是我国第一大内陆湖泊，也是我国最大的咸水湖。湖面纯净深湛、温柔恬雅的湖水，满载着古老而优美的传说，夹带着文成公主的相思，是如此的波澜壮阔、恢宏磅礴，漫步清海湖畔，拥一抹晨曦在心，握一缕格桑花的明艳于手，不思前尘，不念过往，心中，只存世事通透的安然。后入住青海湖周边酒店。温馨提示：由于盐层比较粗糙，赤脚走路时会有些痛，如想进入湖中拍照，尽量带上鞋套或自备拖鞋。湖中有大小不等的溶洞深不见底，进入湖中请注意小心失足落入，不建议走的太深。天气晴朗时紫外线强，且还有湖面的反射，需做好皮肤的防晒，保护眼睛的墨镜也是必备品。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 青海湖周边 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **青海湖周边—塔尔寺—西宁/兰州市区**  早餐后前往参观藏寨（90-120分钟），领略青海藏族的风土人情，参观神秘的藏族部落，感受汉藏结合地区的茶马互市。后前往塔尔寺（150KM，约2.5小时），抵达后参观塔尔寺景区（不含区间车/讲解费，游览时间约1-2小时），先有塔，而后有寺，跪拜万次的信徒，虔诚祈祷的藏民。塔尔寺作为全国重点文物保护单位，酥油花、壁画和堆绣是这里的艺术三绝。来这里感受信仰的力量，沉下心来，找寻自己人生的方向。后体验网红打卡--青海百年黑帐篷拍照。体验画唐卡或写心经（活动二选一）：是一种信仰，也是文化的传承，布帛之上一笔一绘，是最具震撼的宗义表达！写心经：手抄心经，是对生活压力的宣泄，也是身处浮世最优雅的修行!后前往西宁入住酒店，或前往兰州市区（250KM，约3.5小时），抵达后入住酒店。温馨提示：1、在寺院里，不能用手摸佛经、佛像、法器等，更不能跨越；转经轮时，一定是从左向右，不要乱摸藏族人的头和帽子；塔尔寺内不允许游客拍照；2、晚上可自行前往正宁路夜市：（营业时间 19:00-凌晨 24:00）品尝老马牛奶鸡蛋醪糟、酿皮、 烤黄河鲤鱼、菠菜面、灰豆子、甜胚子、羊肠面 、炙子马特色烧烤、嘉峪关烤肉、羊杂碎、羊脖子、羊肉泡馍！交通：旅游大巴购物点：藏寨（银器） |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 西宁 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **西宁/兰州市区—客源地**  早餐后根据航班时间结束此次行程。 请合理安排时间，检查随身物品，提前3小时抵达机场。温馨提示：请合理安排时间，检查随身物品，提前3小时抵达机场。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 交通：12人以上升级2+1陆地头等舱。1-3人安排5座车，4-5人安排7座车、6-7人安排9座车、8-9人安排14座车、10-12人安排19座车、每人确保正座。行程内所有自由活动期间及行程外均不含用车。请望理解。用餐：全程5个特色餐，1个商务餐，早餐有酒店免费提供，商务餐餐标30元/人，八菜一汤，十人一桌，特色餐50元/人，自愿放弃不吃不退，若人数不够可适当减菜品，望理解。住宿：全程当地四星酒店、大柴旦/张掖/兰州升级一晚四钻酒店，青海湖周边当地舒适型。每人一床位，儿童不占床需自理早餐，单人报名，公司安排拼房，若不愿需补房差，自愿放弃住宿者，则费用不用退。西北经济条件有限，青海部分酒店无空调，请知晓。门票：只含景区首道门票和标注的区间车，不含景区其他自费项目及自费景点项目。我们会根据当地实际情况，在景点数量不变的情况下，对行程做相应调整。此行程已打包特价优惠，故无门票优惠退费。导游：全程优秀中文带团导游服务。儿童价：只含旅游车车位费、导游服务费 、餐费、其余费用均不含，如超高发生费用（如火车票、门票、占床等），费用自理。购物：含一个景中店，藏寨：银饰（90-120分钟）保险：航空险、旅游人身意外保险，请自行购买。备注：接送站免费赠送，无导游、自愿取消安排接送机服务费用不退！ | | |
| **费用不包含** | 旅游意外伤害保险。单间差或加床费用，酒店房间个人消费物品。行程景区不包含的自费项目，行程之外活动所产生的任何费用。旅游者违约，自身过失、自身疾病导致的额外费用。可能产生的自费预览表、客人自由选择，绝无强迫消费： 供参考嘉峪关城楼：门票：110元/人，电瓶车20元/人。鸣沙山：电瓶车 单程10元/人，往返20元/人。骑骆驼100-120元/人，滑沙25元/人，鞋套15元/人《敦煌盛典》：238元/人起 《丝路花雨》238元/人起 《又见敦煌》298元/人起、秘境敦煌演出219元/人起敦煌大漠风情宴：1880元/桌 烤全羊1980元/只起茶卡壹号·盐湖景区：小火车环线60、观光陀车30、越野卡丁车100、骆驼骑行80、环湖巴士80、竹排筏60元/人、观光吉普车150（元/人）茶卡盐湖：往返电瓶车10元/人、单程小火车50元/人、往返108元/人翡翠湖：区间车60元/人青海湖：小火车120元/人，游船140-180元/人塔尔寺：区间车35元/人，讲解费15元/人起（根据人数核算）特别提醒：旅行过程中景区内、停留点等配套自营或衍生设置的含有购物可能的场所，均非属于旅行社安排的单独购物环节， 请您特别注意甄选，谨慎选择。在付款前务必仔细检查，确保商品完好无损、配件齐全并具备相应的鉴定证书，明确了解商品售后服务流程；因个人购买非行程中的商品、我社不承担任何责任。特殊限制：为了确保旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，请旅游者在出行前做一次必要的身体检查，如存在下列情况，因服务能力所限无法接待：1、传染性疾病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人。2、心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗塞等病人，3、呼吸系统疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人；4、大中型手术的恢复期病患者；孕妇及行动不便者。5、精神病患者，如癫痫及各种精神病人；6、脑血管疾病患者，如脑栓塞、脑出血、脑肿瘤等病人；7、严重贫血病患者，如血红蛋白量水平在50克/升以下的病人； | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 参观藏寨（90-120分钟）银器购物店 |
| **温馨提示** | 大西北属于我国相对边远的地区，自然环境、经济基础、接待条件相比内地可能会存在一定差距。（例如住宿标准方面，不宜用华东沿海 地区的标准去衡量西北的酒店）大家出门在外，请抱有一颗平常心，外出旅游肯定不如在家一般的舒适温暖，一旦遭遇问题请不要急躁，以相互体谅、互帮互助为先。西北旅游的车程普遍较长，相对其他地区的旅行会比较艰苦，请大家注意好休息，保持充沛的精力，以便尽兴地游玩。整个旅途中，各位游客要注意保管好各自的贵重财物：不要轻易将手提电脑、照相机等贵重物品留在房间里，建议寄存在酒店总台。在游览途中或晚上结伴出行时，请注意保管好随身携带的证件、现金、手机等等，以免造成不必要的损失，影响之后的行程。青海旅游高原反应1、本次行程最高海拔3800米左右，其余均在2000多米，乘车翻越部分垭口海拔3000多米，整体海拔还不是很高。即便有轻微反应，也是人体为适应自然环境而出现的自然现象，千万不要因此过度担忧和紧张，以免加重身体的不适症状。2、症状：主要表现为头痛、失眠、多梦等，呼吸深、频率增加、心动过速。3、预防：进入高原前，多了解高原的气候特点及有关高原反应的知识，消除对高原环境的恐惧心理。出发前，注意休息，将身体调整到最佳状态。初到时，应多休息，多喝水，多吃水果，补充维生素。也可以喝红景天口服液消除高原反应。 |
| **退改规则** | 提前咨询 |
| **保险信息** | 参考酒店兰州新区：贝舒酒店、华茂酒店、曼哈顿酒店、兰州翰东酒店、华纳精选、格林豪泰、飞天空港、润东酒店、奥莱阳光、逸华酒店、遇见悦酒店 、瑞岭雅苑、星程酒店、尚客优悦、希曼酒店或同级别张掖：宏鼎商务宾馆（丹霞）、盛华文化酒店（丹霞）、七彩丹霞曼舟大酒店、多彩酒店（丹霞景区）、彩虹湾酒店（丹霞）、 崇文酒店、丹霞彩虹湾、中祁酒店、喜来顺酒店、临松酒店、柏菲酒店、尚景智能健康酒店、华侨酒店、天鸿酒店、凯利酒店、美联假日、隆盛假日酒店或同级张掖升级：张掖七彩宾馆、张掖丹霞摄影国际酒店、张掖嘉亨大酒店、张掖铭邦国际、张掖尚景国际酒店、张掖智选假日、张掖凯瑞、张掖铭嘉乐国际、丝路悦港酒店(张掖高铁站店)、张掖西遇国际酒店、张掖山水源酒店、绿洲假日酒店、嘉亨酒店、张掖锐驰国际酒店、张掖丝路瑞华酒店、丹霞湾田园酒店、张掖建诚假日、张掖都城假日、张掖维景、张掖宜尚酒店、张掖鼎和国际、张掖鑫盛悦、张掖天域绿尔佳酒店、张掖品尊国际、张掖富来登温泉假日酒店或同级敦煌：敦煌桓宇酒店、慕礼酒店、锦轩酒店、敦煌安和大酒店、石油大厦、敦煌玺迎客、敦煌茉雅庄、敦煌兰新、敦煌嘉锦、滨河国际酒店、丽都国际大酒店、华荣大酒店、敦煌祥云宾馆、天河湾酒店、嘉锦酒店、金润大酒店、天宇大酒店、丝路皇冠大酒店、古郡雯华酒店、敦煌嘉瑞美华（夜市店）或同级别大柴旦：红崖酒店、黎明假日酒店、慕山丽璟假日宾馆、杞园驿站、万和馨悦、西海宾馆、天成大酒店、首兴商务宾馆、像雅酒店、 浩宇酒店、梦之旅酒店、大柴旦华庭商务、华顺酒店、大柴旦聚鑫商务酒店、大柴旦高原蓝、梦之旅酒店、像素酒店或同级别大柴旦升级：金陵雅丹大酒店、大柴旦凤之韵酒店、聚鑫源酒店、翡翠湖酒店、光岳酒店、美豪酒店、西海明珠、大柴旦天空维景酒店、大柴旦柴达木花园酒店、守信龙之梦酒店或同级青海湖：嫦娥酒店、龙马避暑山庄、良宿客栈、望阁1-4号店 青海湖甲乙赛钦、黑马河西海酒店、黑马河旺湖酒店、天湖大酒店、天路藏式心灵树生活艺术客栈、格桑梅朵酒店、格日酒店、青海湖蓝天宾馆、青海湖旅游之家、青海湖水月亮、青海湖西海酒店（原璀璨）、湖缘金湖酒店或同级 西宁：西宁佳和酒店 西宁豪龙酒店 西宁合和酒店 西宁云辉酒店 西宁荣熙 西宁中鹏酒店 西宁坤逸精品酒店或同级 兰州市区：金澳宾馆、蓝莓精品（上西园店）、 兰州大学火车站全季酒店、兰州职工大厦、庆阳大厦、金兰州维也纳智好、 河湾丽景酒店、途窝假日雁滩店、兰州云宾馆、兰州星美华辰宾馆、新德丽宾馆、兰州三新怡家、速8精选酒店（红星巷店）、兰州盛合苑酒店、坤逸精品（西客站）、星程（西客站店）或同级兰州市区升级： 兰州长信国际、兰州兰博梁山酒店、兰州丽怡酒店、兰州晋坤酒店、兰州凯里亚德、兰州华联宾馆、兰苑宾馆、兰州甘肃国际大酒店、兰州兰苑宾馆、兰州蓝宝石、兰州和颐酒店、兰州飞天大酒店、甘肃万寿宫大酒店、安盛国际酒店、兰州西北师大学术交流中心、奥体中心酒店、 兰州维也纳国际武威路店、兰州奥美得国际大酒店或同级 |