**【西北之西】2-8人团青甘大环线双飞8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | LF-QH1720169430mG | **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** | 1、100%纯玩无购物，拒绝猫腻，如进购物店赔付10000元/人；2、坚决守时承诺， 24h专车接送，如有拼车赔付500元/人3、行程中如擅自减少景点，赔付500元/人（不可抗力因素除外）；4、2人起发，保证成团；随停随走，自由舒适；5、目的地48小时无忧退订，无损取消；6、 儿童赠送酒店早餐+赠送沙漠大礼包+无人区“自助餐”；7、严选当地优质酒店，体验官实地试睡，只为您一夜好梦；8、经验司机兼向导，为您合理安排行程，乐享旅途。 | | | | |
| **产品介绍** | 日 期行 程餐住宿D1全宇宙-兰州/西宁无兰州/西宁D2兰州/西宁-门源-张掖七彩丹霞早张掖D3张掖-嘉峪关城楼-敦煌鸣沙山月牙泉-敦煌早敦煌D4敦煌-莫高窟-冷湖五号石油基地-冷湖镇早冷湖镇D5冷湖镇-黑独山-火星营地-俄博梁-茫崖翡翠湖-茫崖早茫崖D6茫崖艾肯泉-东台吉乃尔湖-水上雅丹-U型公路-南八仙雅丹-大柴旦早大柴旦D7大柴旦-翡翠湖-茶卡盐湖-茶卡早茶卡镇D8茶卡-青海湖-塔尔寺-兰州/西宁 早温馨的家 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **全宇宙兰州/西宁**  抵达兰州机场/西宁机场或火车站，免费接站，接站为司机接站，后送至酒店，与兰州的溯缘从一碗牛肉面开始一天的征程；兰州黄河唯一穿城而过的城市，去黄河边散散步，喝一杯三泡台，在华灯初上，人间烟火气开始之时，去南关民俗风情街，正宁路美食街品尝当地特色美食，感受西北汉子的豪迈之情！交通：抵达甘肃首府兰州市。当天无行程，三餐敬请自理！乘坐航班抵达，将由司机接您前往酒店入住休息！请您在12：00以后办理入住。请注意以下接送机/站问题：目的地赠送24小时免费接送机（站），详细说明：1、预订本产品的游客，赠送24小时目的地接送机服务，司机会在您出发的前一天20:00之前，短信方式联系您，请您保持手机畅通，抵达酒店后在前台报“西北之西+姓名”办理入住手续，仅需要自己交押金。2、上述赠送的接送机或接送站服务均支持使用时间和使用日期可任意更改，提前或是延后使用都没有任何限制，但是每个订单抵达和返程只能各免费接送机（站）一次，同时必须提前在使用前一天17:00之前告知工作人员且上述接送机或接送站服务为免费赠送项目，不使用，无任何费用退还。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/西宁-门源（约390KM，行车约5小时）-张掖（约200KM,行车约4小时）**  重要提醒：因是西宁往返，比兰州出发少单边3.5小时车程，所以西宁往返的客人第二天可睡到自然醒（酒店早餐一般9点结束），安心等待兰州客人早上酒店7点出发乘汽车3.5小时左右到达西宁接人（期间导游安排接驳事宜，根据兰州出发是否堵车决定是到酒店接还是安排小车接驳至指定地点等候）早餐后酒店大厅统一出发，途经最美乡村【门源】这里是世界上海拔最高的金色景观之一，远望大地似覆上了一席金色花毯，从眼前奔流至天边，又像太阳神打翻了金盆，倾泻了一地的阳光。走进它，浓郁的甜香弥漫了整个世界，炎炎夏日，身处花海，自有内心的宁静，清凉了世界。继续西行，前往金张掖，游览“世界十大神奇地理奇观”—【张掖丹霞地质公园, 游览约2小时】，它是世间上少有的水色胭脂，没有碧海蓝天、高原绿地那般景致，却有如画般景色。姜文执导的电影《太阳照常升起》、张艺谋的《三枪拍案惊奇》、钱雁秋编导的电视连续剧《神探狄仁杰（第三部）》等影片均把该景区作为外景拍摄地。享有“中国最美的七大丹霞地貌”的美誉。游览结束后入住张掖。舌尖上的张掖：1、张掖饮食以面食为主。比较富有地方特色的有搓鱼面、糍耳子、羊肉粉皮面筋、香饭、羊头汤、鱼儿粉、灰豆汤、鸡肉垫卷子等。2、肉食类中除手抓羊肉和清汤羊肉外，腊羊肉也久享盛名。酒有黄酒、南酒、烧酒，当地素有“无酒不成礼”之俗。3、在位于张掖市民主东街的甘州小吃一条街上，可以品尝到当地的各种美味小吃。友情提示：西部气候干燥，紫外线强，在参观游览丹霞地貌时，因景区没有遮阳物，注意防晒。特别提醒：此天为了在日落之前欣赏到唯美的万亩油菜花海需很早出发哦！请各位小伙伴带好零食变身成为精力充沛的超人哦！门源7-8月是油菜花盛开的季节，这个时间段内我们将停留一下给客人拍照，其他时间不停留哦交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 张掖 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **张掖-嘉峪关（约240KM，行车约3小时）-敦煌（约380KM，行车约5小时）**  早餐后前往明长城的最西端-嘉峪关，游览天下第一雄关—【嘉峪关城楼 ，游览约2小时】，嘉峪关位于茫茫戈壁和苍苍祁连山之间，是举世闻名的万里长城西端险要关隘，在建成后数百年内都是人们心目中文明的尽头，告别中原故土，进入蛮荒之地。它是历史的见证者，它的一砖一瓦，一草一木，无一不在诉说着漠道沧桑。得用自己的脚步去丈量，才能感受古人的智慧和伟大。下午驱车前往敦煌。途径古丝绸之路的商贾重镇--瓜州，游览【鸣沙山、月牙泉 游览约2小时】这对大漠戈壁中的孪生姐妹，千百年来以山泉共处、沙水共生的沙漠奇观著称于世，有“月泉晓澈”“塞外一绝”的美誉。“山以灵而故鸣，水以神而益秀”。游人至此，都会驰怀神往，遐思万千，确有“鸣沙山怡性，月牙泉洗心”之感。抵达敦煌后赠送沙漠大礼包：ATV的体验、滑沙、爬山拍日落、荡桥、海盗船体验，后入住酒店。【关于瓜州旅游服务区】途中会经过带卫生间的休息站—瓜州服务区，有当地商贩在此兜售商品，非我社指定购物店，建议客人不要购买，以免造成不必要的误会温馨提示：1、行车时间较长建议游客自备一些零食在路上用。 2、敦煌市内出租车一般不打表，市内通常5元，偏远一些的需要议价大约10元起。3、因为西北夏季中午天气炎热进入沙漠一定要带上丝巾、帽子、太阳镜、防晒霜、矿泉水。【舌尖上的敦煌】1、中华名美食——敦煌风情宴（雪山驼掌、油爆驼峰、阳关虹鳟鱼、烽火羊排、大漠风沙鸡等）。2、小吃面食——驴肉黄面、肉夹馍、臊子面、泡儿油糕、酿皮等。3、特产干果——鸣山大枣、李广杏干、阳关葡萄干、纸皮核桃等。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **敦煌-冷湖镇（约260KM，行车约4小时 ）**  早起游览“东方卢浮宫“—【莫高窟 ，游览约3小时】，俗称千佛洞，是世界现存佛教艺术宝库，也是世界上最长、规模最大、内容最为丰富的佛教画廊之一。莫高窟属全国重点文物保护单位，被誉为20世纪最有价值的文化发现，坐落在河西走廊西端的敦煌，以精美的壁画和塑像闻名于世。这座古老的石窟中，传说与现实交错，在古今过去中穿梭着。后前往参观【五号石油基地，游览约1小时】，当年因石油而生的小镇，如今因资源的枯竭而荒废，透露着别样的冷寂之美，行走在残垣断壁间，看着那些被遗弃的老物件，墙上那些铿锵有力却又斑驳陆离的标语，仿佛看到了当年热火朝天的采油场面。晚上入住冷湖镇/茫崖酒店。（当天入住酒店条件有限，尽请谅解）。预订须知：1、敦煌莫高窟景区实行实名制预约参观模式。2、此行程4月-6月，10.8日-11月30日莫高窟含正常类票（含8个实体洞窟+2场数字电影+4个博物馆），每天限6000张，正常票售磬我社将安排预约应急票（含4个实体洞窟+3个博物馆）并退差价。3、此行程7月1日-10月7日莫高窟含应急票，如因政策原因仅售正常票或个人需求升级正常票（提前30天提供证件信息）则需补齐票面差价；正常/应急票均已售罄的情况下，我们将给客户现退差额或者安排莫高窟姊妹窟西千佛洞，并退还差价部分。3、莫高窟门票按照您的下单顺序依次进行预约，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致亦或部分团友应急票，甚至个别无票情况。团队参观时间也会严格按照莫高窟预约场次进行。敦煌游玩的景点顺序会根据莫高窟预约时间进行调整或同团客人安排不同时间游览，敬请配合。4、莫高窟是集珍贵性、脆弱性为一体的世界文化遗产，需要我们精心的呵护。在参观过程中遇到因降雨、沙尘天气导致洞窟暂停开放，请您配合工作人员的安排，如延时开放，则推迟参观计划，如无法参观则按莫高窟规定退还门票费用。重要提示：司机或导游，此天行程会根据莫高窟门票的预约情况调整此天的实际游览顺序，敬请见谅！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 冷湖 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **冷湖镇-火星营地（约90KM,行程约2小时）-俄博梁（约25KM,行程约30分钟）-茫崖翡翠湖-茫崖（约290KM,行车约5小时）**  早餐后远眺一个非常像月球地貌的地方【黑独山】它极致荒凉且神秘，后途径看到大片的雅丹群，开车几十分钟见不到一辆车，好像行驶在火星上一样。给你另外一种体验。然后来到【火星营地，游览约1小时（特别安排宇航服拍照）】这里完全模仿人类在太空的空间站一样，让你感觉彷佛穿越到了火星。这里号称是地球上最不像地球的地方。沿着火星一号公路继续出发，途径【俄博梁无人区】的边缘，俄博梁的山梁上往下望，戈壁上有大量的龟背型的雅丹，看上去就像一个个敖包一样，“敖包梁”由此得名，后来逐渐逐渐就叫成“俄博梁”了。柴达木最美的雅丹在这里。后来到【芒崖翡翠湖（游览时间约 1小时）含换乘区间车】（此景点暂时无门票 产生门票客人自理），翡翠湖的颜色是因为光线通过湖中矿物质反射后形成的，所以观赏时间要在有阳光以后。第一眼见到这么碧绿而浩渺的景色，既感觉很新奇也感觉很震撼，碧绿的湖水确实与翡翠湖的形容非常贴切，碧绿的湖水中点缀着各种形状的白色纹路与湖后面红色的英雄山交相辉映，形成一幅美丽的画卷。晚上入住茫崖。温馨提示：1.今天有一段路路况不太好哦，所以晕车的伙伴们请提前喝晕车药哦舌尖上的花土沟花土沟当地多以川菜为主，青海本地面食小炒为辅；请您根据自己的喜好选择，丰俭由己！1、【蓝锦村川菜】地址：青海省海西蒙古族藏族自治州茫崖市茫崖昆仑路66号2、【大胡子餐饮】推荐特色餐炕锅羊肉交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 茫崖 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **茫崖-艾肯泉-水上雅丹（约40KM,约1小时）-东台吉乃尔湖（约320KM,约5.5小时）-U 型公路-南八仙-大柴旦（约200KM,行车约2.5小时）**  早餐后来到【恶魔之眼—艾肯泉（游览时间约1小时 贴心赠送航拍一次）】（不含区间车及观景台），地处阿拉尔草原的深处，青海茫崖市的戈壁滩上，有一处地热喷泉，这便是传闻中骇人的艾肯泉。形状似椭圆的艾肯泉，周围寸草不生且形成了一个红褐色的圆形，艾肯泉的正中央便是汩汩而出的泉水，这便形成了一个巨大的“眼睛”，被人称为“大地之眼”。泉水最终汇入尕斯库勒湖；无人机升起之后，滚滚的泉水，伴随着周边鲜艳又复杂的地道给人一种震撼的感觉，后前往【乌素特水上雅丹，不含区间车60元/人，游览1.5小时】，乌素特水上雅丹地质公园是一处水上雅丹地貌，因为吉乃尔湖面抬升，逐步淹没北缘的雅丹群，形成了独特的水上雅丹。景区内从朝霞满天到日暮垂落都如梦似幻，阳光照在水上雅丹上，颜色金黄，石柱和倒影感觉升到了半空中，像悬浮的魔幻城堡。途经【东台吉乃尔湖，车观】一抹Tiffany蓝，上帝掉落人间的一滴“蓝眼泪”戈壁滩中的源泉，消失很久的它终于又回来了，途径网红【U型公路】（车观）这里如天路一般，跟著名的66号公路一样，一眼望去、直达天际!喜欢这种视觉上的冲击,道路从视觉上给双眼带来的丰富层次感、引人入胜!并在沿途车览神奇的地貌奇观【南八仙，车观】，这里是一片神秘的地貌，人置身于其中仿佛入幻境中一般，能够看到不同的场景。游览结束后前往大柴旦入住酒店。备注：东台吉乃尔湖为免费景点，若后期因景区政策调价，该费用由客人自理。不参观亦无费用可退。特别提示：1、西北地区由于地域辽阔，景点之间车程较长，请游客在来西北旅游时注意休息调配好时间，以充足的体力参加旅游活动，另外穿一双合脚、透气性好的鞋，可以为您的旅途省去不必要的麻烦。2、为了您的安全，U型公路车观不停车。【艾肯泉游览攻略】1请千万不要跨越恶魔之眼边上的安全线，因为这里土质松软，特别容易陷进去，跨越安全线约等于被恶魔“吃”掉啦；2如果要拍出大片的感觉肯定是要用无人机啦，无人机俯拍出来的基本都是大片；3艾肯泉水含硫量高，不要用手触摸泉水；交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 大柴旦 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **大柴旦-翡翠湖（约20KM,约30分钟）-茶卡盐湖-茶卡（约400KM,行车约4.5小时）**  早餐后从大柴旦出发，进入另一处精致的游览【网红地-翡翠湖 不含区间车，游览约1小时】翡翠湖湖水颜色如翡翠般美丽，是上天赐予大自然的一片绿宝石！她安静的像个沉睡的孩子。却又美的端庄、令人感叹！特别是风平浪静的时候，湖水宛若镜面般的散布在四处，倒影着蓝天白云、柴达木山的皑皑雪峰，只有身在其间才能深刻感受人在镜中游的美景。后乘车前往水天一色的【网红地-茶卡盐湖，不含区间车，游览约2小时】被称为“天空之镜”，就像天空的一面镜子，蓝天、白云、船只、人影都可以倒映其中。在这里时间仿佛静止了，给每一个人一场纯净的梦，日落西山，夕阳的余晖便散落在这白色的卷轴之上，湖光山色风光旖旎，景色优美。湖面上，一片洁白，容秀丽、壮美于一体，同时还被国家旅游地理杂志评为“人一生必去的55个地方”之一，在这里尽情拍摄属于你的天空之镜，后入住酒店。温馨提示：进入茶卡盐湖，爱美的姑娘今天一定要记得穿着鲜艳，长裙为易。青海湖边海拔约3200m，可能有团友会出现轻微高反情况。大家根据自身情况，减少剧烈运动，建议多喝水、多吃果，保持愉快心情。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 茶卡 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **茶卡-青海湖-（约150KM,行车约2.5小时）-西宁 （约390KM,行车约5.5小时）-返程**  早餐后茶卡小镇出发，翻越沿途最高的橡皮山垭口，经过黑马河，【青海湖二郎剑景区，游览约2小时】，有着“地球上的一滴眼泪”美誉。蔚蓝的湖水，海天一色，烟波万顷，在水天相接的远方，是白雪皑皑的群山，脚下是碧绿的草地，巧妙地构成了绝色画卷。青海湖一年四季风景各异，每个季节来都能感受到这个高原圣湖不同的美。后抵达藏传佛教黄教创始人宗喀巴大师诞生地【塔尔寺，游览约2小时，不含讲解费和电瓶车费用】塔尔寺为黄教六大寺院之一，它的酥油花、壁画、堆绣组合的“艺术三绝”享誉国内， 也无疑都是塔尔寺的荣耀。至此不为那历经岁月却依旧华美的庙宇，以及庙宇中那气势恢宏的佛像。只为在塔尔寺的晨钟暮鼓里，在红衣僧人的眼眸中，顺着法号触摸，触摸超越尘世的经络，为某一个时刻与你相见...游览结束后前往机场返程，结束愉快的旅程。【塔尔寺参观“十条 禁忌”】此注意事项为塔尔寺管理委员会重要通知，请勿触碰禁忌而被拒绝入寺参观或驱逐出寺。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。2、塔尔寺内很多经院殿堂有禁止拍照的告示牌。3、塔尔寺是藏传佛教，普通人若是去拜佛，不要烧香要点酥油灯。4、在寺院里不能用手指随便的指向里面的佛像，必要时五指并拢，指向佛像。5、自助游时可以像寺院里的阿卡（就是穿红衣服的，不是所有的都叫喇嘛）请教，爬到旁边的班禅行宫上去，可以看塔尔寺全景。6、塔尔寺差不多可以花两个多小时转完，里面的殿堂尤其是大金瓦殿内不许拍照。7、忌大声喧哗；女士不能穿短裙、短裤；8、出入佛殿内时不要踩踏门槛，需脱帽；9、不管是绕寺，绕塔，进入佛堂，转动玛尼经筒，都遵循从左到右的顺序；10、千万不能随便触摸佛像和殿内重要物品，严禁用手指点佛像和喇嘛。塔尔寺管委会郑重声明:如因以上条款引起纠纷责任自负。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** | 大交通 江苏-西宁 往返飞机经济舱，团队机票一经开出不得改签，退票，或换人地接交通 8人以上（不含8人）安排2+1陆地头等舱旅游车，根据实际人数保证每人一个正座。注意：1.参加旅游团在乘坐车辆时，为了您和家人的安全请全程、全员、规范系好安全带！2.因沿线有行车公里数限制及部分路段维修，易发生堵车，发车时间均较早，行程内标注出发及行车时间均为预计具体情况可能略有不同；行程内所有自由活动期间及行程外均不含用车。请予以理解。门票 含景点首道大门票及行程中注明的区间车，特殊优惠证件与年龄优惠不重复退费！特价班期不退费！注意：部分景点为提前预约的电子票，景点不去将不退还任何费用！住宿 全程安排当地准四标准酒店+升级四晚高端4钻(星)酒店（不指定地区），在旅游旺季等特殊情况下，因房源紧张或政府征用，在参考酒店都不能确保入住的情况下，旅行社可能会安排其它但不低于以下住宿标准的住房（部分地区无三人间，青海、德令哈酒店无空调）单人保拼房！参考酒店（包含但不限于）如安排参考酒店同等级之外的酒店所产生的投诉不受理张 掖：张掖铭嘉乐国际/西遇国际/鼎和国际/山水源/绿洲/都城假日/丝路悦港酒店或同级嘉峪关：嘉峪关麗枫/景都假日/聚德宾馆/珠城/金华宾馆/万辉假日/凯鼎大酒店/浙商公寓酒店或同级敦 煌：敦煌桓宇/锦轩/锦都/滨河国际/瀚海国际/安和/玺迎缘/方舟/天沁云水/祥云酒店或同级德令哈：德令哈云湖/星空之城/德都/洲龙国际/蓝天品质/德瑞驿汽车/东方凯悦/丽晶/森元品质或同级西 宁：白云翔羚/祥云山水/柒星/景翔假日/海悦/中鹏/冬宝/佳和/万祥精品/齐鲁/自然里酒店或同级注意：1.单人报名如同意拼住，不论拼住成功与否，我社均不收单房差；拼住者为本团游客或他团游客或司机，如不同意，则补足单房差。2.德令哈、西宁等地酒店均无空调，因处于偏远小镇，经济条件落后，请做好心理准备。3.产品所含升级四晚4钻酒店，均不指定地区，参考酒店随机安排不指定！用餐 西宁进出7早5正，早餐为酒店配送，不吃不退早餐为酒店配送不吃不退；正餐标40元/人/正，升级三大特色餐（七彩宴+汽锅鸡+驴肉黄面），正餐十人一桌、八菜一汤，一桌不足十人菜量会根据实际人数安排。注意：1.客人自行取消用餐，餐费不退，因特殊情况整团取消，餐费全部现退。2.汗蒸羊上菜标准：10人以下4-6斤手抓、11人-16人（半只羊8-10斤）、17人以上（15斤以上）以上数量只供参考，如人数增加实际情况安排，请知悉！行程导游 当地优秀持证中文导游服务。10人及以下我社不安排导游，司机为辅助工作人员，不做讲解，景区参观不陪同等相关事宜。 | | |
| **费用不包含** | 自费项目一览表（以下自费均为推荐自费，完全根据采取游客自愿原则，绝无强制，请游客根据自身情况选择）地区 项 目 价格 内容/备注塔尔寺 区间车 35元/人 区间车 讲解费 1-5人，160/团；6-10,200人/团；11-15人，240/团；16-20人，280/团；20人以上15元/人茶卡盐湖 区间车 60元/人 天空壹号全程 区间车 50元/人 茶卡天空之境小火车单程水上雅丹 区间车 60元/人 大柴旦翡翠湖 区间车 60元/人 艾肯泉 区间车 30元/人 往返 观景台 20元/人 观景台嘉峪关 城楼区间车 10元/人 入口---参观—返回 敦 煌 鸣沙山骆驼 100元-120元 在骆驼的背上感受漫漫丝绸之路。08:00之前乘坐骆驼为120元/位 鸣沙山鞋套 15元/双 防止砂砾落入鞋内，保持鞋内清洁 鸣沙山滑沙 25元/人 感受在沙丘顶部一滑而下的快感 烤全羊 1800元/只起 品尝舌尖美味推荐餐厅：龙凤苑、齿留香、纪家庄、陇鑫园、傅晨生态园 又见敦煌 298元/人起/368元/人起（6月21日起） 歌舞表演：普通票 建议表演根据自身喜好四者选一 乐动敦煌 298元/人起 歌舞表演：普通票 千手千眼 298/元人起 歌舞表演：普通票 敦煌盛典 238元/人起 大型沙漠实景演出 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 注意事项：1、西北风沙大，昼夜温差大，注意穿衣；青海境内5/6/9/10月请准备抓绒冲锋衣或棉衣、薄羽绒衣，甘肃境内秋季外套即可；青海境内7/8月份早晚温差大需准备秋季外套，甘肃境内夏装即可。11月-次年4月建议准备厚羽绒服。2、沿途紫外线强，注意防晒，涂抹防晒霜，着防晒服。多饮水，夏季吃完水果后不要喝开水，以免腹泻；旅游车上每天都会提供矿泉水，每人一瓶，习惯喝热水的游客朋友建议携带一个保温杯。3、所有大陆籍的游客建议携带二代身份证出行，如需携带护照，请同时开具户籍证明出行，儿童请携带户口本出行，否则酒店无法办理入住，敬请谅解。请携带并妥善保管好个人有效证件、往返车票及其它个人财物。4、西北旅行景点之间距离较长，乘车时间较长，建议您携带好移动电源、常用药和感冒药以及雨具、备点小零食；穿舒适合脚、透气性较好的鞋。5、此线路平均海拔2000—4000之间，身体状况正常的内地游客一般不会出现高原反应，如实在担心可提前一周左右服用红景天；初到高原切勿激动，勿剧烈运动，勿暴饮暴食，勿过量饮酒或吸烟，请多饮水。6、西北地区的油菜花最佳观赏时间一般在7月下旬-8月上旬，每年随着气候变化会有所变化，请以当地实际开放时间为准。7、保证行程描述景点不减少的情况下旅行社及导游有权根据实际情况调整景点的先后游览顺序！敬请您知晓并谅解！8、外出旅游，安全第一，旅游途中请听从导游人员安排，配合司机、导游工作。团友之间相互关照，少数服从多数。自由活动，请注意人身及财产安全。9、在藏区转经请按照顺时针的方向。对于随处可见的长跪朝圣者，请勿围观、拍照。10、初入藏区，尽管海拔较低，但因为早晚温差较大，晚上尽量不要洗澡，以防感冒。11、青海属经济欠发达地区，当地酒店均无空调设备，请不要用内地标准星级酒店来衡量西北的酒店；提示：行程中有任何问题都可以直接电话我方，祝您旅途愉快！！！ |
| **退改规则** | 提前咨询 |