**8人半自由行小团-【禅静色达】色达+鱼子西+四姑山双飞6天行程单**

禅静色达

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | LT-sc17498689563H | **出发地** | 深圳市 | **目的地** | 四川省 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 8人拼团，半自由行 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **D1 深圳-成都**  专车接机/火车、自由活动、美丽成都1、旅游者持有效身份证件自行前往出发地机场； 航班信息以出团通知为准。出发地无送机（站）服务，请自行办理登机手续。2、乘机抵达成都双流国际机场，出站后专车接机前往酒店入住，后自由活动至次日出发； 机场或火车站接送：我社将提供专车机场接送服务。3、我社工作人员会于当晚 21 点左右电话通知明天的集合时间（晚班机有可能延后通知），请保 持手机畅通，此日无导游服务；4、酒店押金 200--300 元不等，入住时请自付前台，第二天退房时酒店凭押金条退还；请次日早 晨离开酒店时将房卡以及所有行李物品一并带走，房卡交回前台。交通：自理景点：自由活动到达城市：成都市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 成都 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **Day2：成都--甘孜康定--折多山---鱼子西---新都桥**  行驶里程：约 361km行车时间：约 6H住宿海拔：约 220007:30：成都三环内酒店上门接，集合完毕（因为成都市区交通比较拥堵，为保证 行程顺利进行，请按照师傅约定时间集合，如不愿配合师傅早起请自行 8 点在成雅高速路口集合， 给你带来的不便敬请谅解）；集合完毕后出发前往甘孜康定市，里程约 270KM，行车约 4 小时；在康定用完午餐后做简单的休整继续出发，途径折多山；前往鱼子西，天气好时能观看到日照金山，【鱼子西，海拔约 4200m，游玩时间约 1 小时】可 360 度遥望藏区四大神山之一藏区“第二香巴拉”的雅拉神山全貌，和木雅贡嘎大雪山山系全貌，为 贡嘎西坡地区难得的观景摄影点；(清洁费 20-50 元/人，当地人视情况收取)；结束后出发前往 新都桥酒店休息。注意：冬季 11 月-次年 3 月如因鱼子西无法前往，则将鱼子西景点换为八郎生都。交通：7座商务车/9座商务车，根据人数安排车型 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 新都桥 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **Day3：新都桥--塔公草原--墨石公园--色达**  行驶里程：约 361km行车时间：约 6H住宿海拔：约 3500 米早餐后乘车前往【塔公草原】游玩，塔公沿线的河流、草原、森林、山体、寺庙、藏房建筑和浓 郁的藏乡风情构成该景区，是甘孜州最著名的草原‘；而后前往【墨石公园】国家 4A 级旅游景 区，地质科普中心，格萨尔王发祥地之一，道孚八美之一。世界地质奇观，中国的高原石林景观 之一，集观光、体验、科考、科普价值于一体的多元化景区，被誉为“中国最美景观大道第八美”；随后前往色达县城安排酒店入住、交通：7座商务车/9座商务车，根据人数安排车型 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 色达 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **Day4：色达--远观亚拉雪山--丹巴**  行驶里程：约 360km行车时间：约 6H30min住宿海拔：约 1860 米早餐后，从色达县城出发，前往色达喇荣五明佛学院，色达县喇荣寺五明佛学院座落在色达县洛 若乡喇荣沟内，平均海拔 3900 米，占地面积 4 平方公里，寺院建筑群占地 2.35 平方公里，建筑 面积约 1.7 平方公里。是世界上最大的藏传佛学院之一，这里的僧舍很壮观，连绵数公里的山谷 布满了密密麻麻的小木棚屋。谷底和山梁上分布着几座寺庙和佛堂，建筑规模虽都不很大，但装 饰考究而辉煌；身披桨红色僧袍的喇嘛和尼姑来来往往，空气中充满生机和祥和气氛。游览时间 约 3.5 小时。晚上入住丹巴城酒店休息。交通：7座商务车/9座商务车，根据人数安排车型 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 丹巴 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **Day5：丹巴--四姑娘山双桥沟景区--成都**  行驶里程：约 340km行车时间：约 6h30min住宿海拔：约 500 米酒店用早后，出发前往【四姑娘山双桥沟景区】是四姑娘山景区三沟之一沟内山势陡峭，曲折幽深， 山水相依，草木相间，云遮雾绕，宛若仙境。人参果坪、隆珠措、五色山、撵鱼坝、日月宝镜、 猎人峰、鹰嘴岩、红杉林冰川等景致如锦簇画廊，令人流连忘返这些奇装异特的山石，在飘动着 的蓝天白云下，显露着独有的灵性。随后乘车返回到成都市区，入住酒店休息；交通：7座商务车/9座商务车，根据人数安排车型 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 成都 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **Day6 成都-深圳**  根据航班时间合理安排，适时专车送机前往机场或者火车站，返回出发地，结束所有行程。交通：自理 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1 交通：2-8 人团，根据人数安排 5 座 SUV/7 座商务车/9 座商务车，保证一人一正座）； 2 住宿：全程 5 晚酒店标间，单人报名如无法拼房成功，请自理单房差，单房差费用请与客服联系；3 领队：2-8 人团全程无专业导游，司机兼职领队；不提供专业讲解服务持。 4 保险：保额为 50w 的旅游意外险； 特别赠送 旅游三宝 1 套/人+氧气 1 瓶/人 撒龙达祈福 （赠送项目不用不退） | | |
| **费用不包含** | 费用不含 1 餐费自理（可 AA/独用）；领队随客吃，如需单独用餐，则需补助领队 80/天餐补（大型节假日 餐补调整为 100/天），费用由团上客人 AA； 2 门票/观光车/电瓶车/骑马等自理；可能涉及到的门票费用（此处列举门票费用为官网挂牌价， 仅供参考，请以景区实际执行价格为准）：四姑娘山双桥沟约 150/人，墨石公园门票+观光车 80/ 人；鱼子西清洁费 20 元/人、鱼子西中转车 60 元/人，塔公草原 30 元/人，色达喇荣沟+东嘎寺+ 金马草原摆渡车 168 元/人，行程途径色达，是否能进佛学院及天葬台都属于个人行为，与我社无关！我社只是途径色达，游客自由行半日。 3 个人消费及其他行程中未涉及费用4 往返机票 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 川西色达线路条件艰苦，车程时间长，且淡季时间长，所以沿途的酒店标准都比较低。当地条件有限，吃住预期不要太高海报中的品质，就是当地的2钻或准三，豪华标准就是当地的3钻或准四标准。深圳客人，我们都建议客人报豪华，一定要提前跟客人说明情况。收客前，请告知一下客人，本线路因是涉及高原线路，有心、肺、脑和血液系统疾病患者和65岁以上老人，不宜进入高原地区。有高血压 心脏病，内腔做过大手术等是不接受报名的，出发前请注意不要感冒发烧.禅静色达不含门票、不含正餐，司兼导（司机不陪同进景区），请知晓 |
| **温馨提示** | 友情提示1、关于车辆交通：长时间高原行车，途中车辆负荷较重，可能会遇到汽车抛锚并影响行程的情况,请游客做好心理准备。2、进藏区前睡眠和休息要充足，有条件者可适当饮用红景天等饮料，凡有高血压、心脏病、脑溢血、冠心病等病情，为了你的安全请勿隐瞒病情，你可另择它线路或请提前告知旅行社。如隐瞒病情我方有权遣退，所有团款不退，因此产生的其它费用如交通住宿餐费等游客自理，我方不承担一切责任，年龄太大年龄太小都不建议这条旅游线路。3、保持乐观情绪，如有心理负担会加重高原反应，并延缓人体适应高原气候。进入高原每个人都会感到不同程度的高原反应，如头痛、胸闷、呼吸急促、恶心、呕吐、失眠等，一般来说来 1—2 天后，人体会有一个自动调节过程，以上症状都会逐步减轻或消失。饮食宜有节制，不可暴饮暴食，以免增加肠胃负担。高原地区不要奔跑和剧烈运动，请尽量不洗澡洗头以避免感冒和耗体力，若有感冒，咳嗽、发烧 等症况，请及时吃药和看医生，否则很容易转化成肺气肿。4、高原海拔高，日照强烈，早晚温差大，需准备长袖衣裤、羊毛衫、夹克衫、羽绒服等，同时建议带好墨镜、太阳帽太阳镜、防晒霜、润唇膏，并配备红景天、肌肝口服液、感冒药、肠胃药、阿斯匹林、安定、头痛粉等预防高原反应药品5、沿途系藏族地区，请游客尊重当地宗教信仰、民俗民风，不要以城市人的心态及标准去衡量当地条件。请宽容和接纳旅途中接待条件的不足。遵守旅行社的安排，不能擅自离团，否则造成的损伤请游客自理。6、有些地方需骑马，需注意安全，必须由马夫牵方能骑，不能独自骑马，更不能骑马奔跑，险路和下坡路必须下马步行，否则造成损伤，概由游客自理，旅行社不予任何赔偿。贴心提示1、出行前一天 21:00 前师傅电话告知游客第二天接人出行时间，如果没有及时告知，请及时联 系报名处，成都三环内酒店上门接，请按时与师傅约定好的时间在酒店等待出发； 2、第一天早上出发时间较早（大约早上 07:00-08:00），如果成都入住酒店包含早餐，可提前一 天与前台沟通安排路早（可供客人携带,路途中吃的早餐，一般是牛奶、面包等食物，具体内容 由所住酒店决定）； 3、本线路地处偏远，有时因道路维修，部分路段实行交通管制，容易堵车不能准点用餐，且部 分行程开车时间较长，可提前准备适量食物充饥（面包、巧克力、饼干等），以备不时之需； 4、出行前和途中尽量少吃辛辣食物、吸烟和不要饮酒、注意休息调整，切忌不要感冒； 5、本线路行程海拔高度较高，落差大，部分客人可能会有身体不适情况，为此我们行程中为每 个游客赠送了一瓶氧气，以供游客使用，如果担心自己身体高原反应，可以提前服用预防高原反 应药物，行程中身体如有不适请及时与师傅沟通； 6、本线路地处偏远，住宿条件和数量均非常有限，与城市不能相比，旅游旺季出游人较多，如 套餐内酒店入住满了我社则安排其它同级酒店，且旅行社默认安排双床房，如需大床，旅行社尽 量安排但不保证，请以实际入住的为准，敬请理解！ 7、请尊重少数民族风俗习惯，不要与当地人争吵及发生冲突，夜间尽量不要独自外出，需要帮 助请及时在群里反馈或与师傅联系； 8、沿途洗手间，多数需要收费（1-5 元/次），请自备零钱； 装备提示 1、服装鞋帽 （1）服装：防寒保暖衣物（抓绒衣、冲锋衣、速干衣裤等）及备换衣物 ； （2）鞋子：防滑保暖高邦登山鞋或运动鞋（坚决杜绝穿高跟鞋）； （3）其他：帽子、手套、墨镜、头巾、口罩，如有洁癖请自备睡袋； 2、日常用品 （1）洗漱护肤：洗漱用品、防晒霜（建议 50 倍以上，重要、必备）、唇膏（重要、必备）、护手 霜。（2）其他：保温杯、雨具（雨伞和雨衣）； 3、药品 （1）备用药品：个人常用药（根据个人的身体状况，酌情携带，高原上医药条件落后，请备足 所需剂量）；（2）建议自备：感冒药、肠胃药、晕车药、散列通或头疼粉、葡萄糖（粉剂或者口服液）、创可 贴、风油精、驱蚊水，红景天以及抗高原反应药物； 4、食物 （1）能量类：巧克力、牛肉棒等； （2）充饥类：饼干、面包、蛋糕等； 5、证件 （1）身份证、护照； （2）其它证件：导游证、学生证、军官证、士兵证、残疾症，老年证等可能减免门票证件； 6、其他 （1）双肩包：建议携带一个双肩小背包，可以在景区使用，背一些零食和水； （2）腰包：建议携带一个腰包，放随身物品以及贵重物品。 |