**N1金质宁夏 驼铃夜宴双飞5日（赏盛典）行程单**

N1金质宁夏 驼铃夜宴双飞5日（赏盛典）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | nx1753866084fo | **出发地** | 深圳市 | **目的地** | 银川市 |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 行程亮点宁夏5日经典线路：银川直飞，5天玩遍宁夏银川+深度腾格里沙漠游，兼顾绝美风景+顶奢沙漠住宿+民族盛宴；高价值景点全囊括：5A镇北堡+5A沙湖+5A沙坡头+4A贺兰山岩画+5A水洞沟+《沙坡头盛典》+宁夏观光夜市；越野车穿3湖·寻觅“地球之心”：领略腾格里旷野风光！探秘腾格里沙漠深处的无人之境；野奢度假·沙海驼铃酒店星空沙景房：夜宿沙漠腹地独栋童话木屋，落地窗+空调+独卫！ 驼铃野宴·星空沙海-篝火音乐趴-烟花秀-BBQ烤肉饮料不限量：抬头便是浩瀚银河，烟花在空中绽放，独享入夜时分的银河盛宴，用篝火点燃荒野叙事，午夜绽放沙漠昙花！“沙漠迪士尼”5A沙坡头：中国十大最好玩儿的地方之一&《爸爸去哪儿》综艺同款拍摄地，黄河边的沙海游乐场；“船遇浪漫”5A沙湖·赏黄沙似绸-芦苇依依-百鸟齐飞：兼顾江南水乡与大漠风光，柔沙似绸，天水一色；“大话西游”5A镇北堡西部影视城：走进《大话西游》《红高粱》拍摄地，解密电影拍摄的乐趣；穿越千年·视听盛宴《沙坡头盛典》：大型沉浸式情景魔幻剧，置身古丝绸之路的传奇故事里！硬件安排尊享3大特色餐：沙漠BBQ¥138（烤肉饮料不限量）+特色铜锅涮羊肉¥68（牛羊肉不限量）+九碗十三花¥50；精选酒店：全程品质四钻酒店住宿，1晚沙漠浪漫沙海驼铃木屋沙景房+3晚银川四钻酒店，方便探索当地；贴心赠送：防沙脖套+矿泉水畅饮； | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **深圳-银川-5A 水洞沟-宁夏观光夜市-银川 【✭ 初见宁夏 · 市井烟火✭】 【✭ 三万年到六百年的时空穿越-水洞沟 ✭】**  ✭ 亮点体验：欢乐抵达日 遇见活色生香的宁夏 三万年到六百年的时空穿越 ✭ 行程玩法：深圳机场集合-抵达银川- 5A水洞沟】-【宁夏观光夜市】- 夜宿银川四钻或同级（网评四钻/星）【“塞上江南”银川】宁夏回族自治区的省会城市，东有黄河穿境而过，西依贺兰山，素有“塞北江南、鱼米之乡”的美誉，2018年荣获全球首批“国际湿地城市”称号，在遥远的塞北，冬日城市的点点灯光，织成一身光彩夺目的黄金霓裳，夜幕下的银川，光影交融、银装素裹，是一道色彩缤纷的风景线，如画般的北国风光令人陶醉。【AAAAA级旅游景区水洞沟】（含大门票+小交通套票：实景体验、张三小店、区间车、藏兵洞、明长城遗址；游览约3小时）水洞沟地区又是我国北方明代古长城、“横城大边”、烽燧墩台、城障堡寨、藏兵洞窟等构成中国保存最为完整的军事防御建筑大观园。水洞沟地处鄂尔多斯台地南缘，大自然造就的雅丹地貌，经历了千万年的风沙雕蚀，这里还集中了魔鬼城、卧驼岭、摩天崖、断云谷、柽柳沟等二十多处土林奇绝景观。【“用美食解读城市”之宁夏观光夜市（自由游览，不少于1小时）】有一千双手，就有一千种味道，中国的烹饪，无比神秘，难以复制，从深山到闹市，厨艺的传授成就着中国本土乡愁的不断延续。一条黄河，见证了宁夏的成长，在这座城市南北杂糅，包容开放的味觉历史中，宁夏味道却自成一家，宁夏观光夜市在宁夏记忆中慢慢走来，马记水饺、辣糊糊、凉皮子、羊肉串、酱羊蹄满足您的味蕾体验。【银川润泽华洋酒店】银川润泽华洋酒店是按照国家星级标准兴建的集商务、会议、住宿于一体的综合性酒店。酒店环境高雅奢华，风格别致，是您选择入住商务酒店的理想下榻之所。 【温馨提示】- 导游员提前一天电话或短信联系客人，请保持手机畅通；- 出行前请再次确认携带有效身份证原件登机，上下飞机携带好行李物品。- 乘坐国内航班的旅客禁止随身携带打火机等物品乘坐飞机。禁止携带液态物品，但可办理托运。允许携带少量旅行自用化妆品，其容积不超过100毫升并置于独立袋内。物品每件体积不超过100毫升，最大容积不超过1 升。托运行李中不允许有锂电池等电子装置（如充电宝等），充电宝只能在手提行李中携带。- 宁夏银川地处祖国西北内陆，早晚温差较大，气候干燥，请带好合适装束，适量饮水。- 夜间自由活动请结伴而行，看管好自己随身携带的物品，所有地方手机均可以支付，外出请带好酒店名片，尽量不要远离酒店商圈。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 银川润泽华洋酒店或沙美假日或同级（四钻/星） |
| **D2** | |
| **行程详情** | **银川-5A镇北堡西部影视城-4A 贺兰山岩画-怀远夜市-银川 【✭ 东方好莱坞-镇北堡影视城 ✭】 【✭ 贺兰山看岩画-寻觅岩羊 ✭】**  ✭ 亮点体验： 走进“东方好莱坞”西部影视城 探寻远古岩画找岩羊 ✭ 行程玩法：【5A镇北堡西部影视城】- 【5A贺兰山岩画】-夜宿银川【AAAAA级旅游景区镇北堡西部影视城】（含门票，参观时间约3小时）西部影视城全称镇北堡西部影视城，距银川市35公里，是在一个原始古堡的基础上修建的。是中国三大影视城之一，也是中国西部唯一著名影视城。拍摄过《大话西游》、《红高粱》、《牧马人》、《方世玉之英雄出少年》、《东邪西毒》、《老人与狗》及《荒原女神》等著名影片。影城可以看到许多耳熟能详的电影场景，投身其中，做到来时是游客，走时是明星！同时还可以了解到民间炕头剪窗花，贴年画，纺线线，等民间非文化物质遗产，让游客仿佛穿越回了明清时期的京城，体验一场民俗盛宴。【AAAA级景区-贺兰山岩画】（参观时间2.5小时）近距离观察：贺兰山上的精灵——岩羊。参观时间2小时“中国游牧民族艺术画廊”之称的【贺兰山岩画】,属于全国重点文物保护单位，集自然景观与人文景观于一体。是中外游客访古探奇、寻幽处静、适闲娱乐的“旅游圣地”。这些刻在石头上的无字天书。数以万计的远古岩画使其具有难以替代的观赏价值，远古人类在贺兰山岩石上绘制和凿刻了近 6000副神秘诡异的岩画，生动的记录了一万年 前远古人类生产、生活等场景。这里山势峥嵘 险峻，清泉四季长流，鹏鸟展翅滑翔，岩羊蹦 跳自如。置身其间，不仅能领略到贺兰山的雄 伟秀美，而且会陶醉于古村落、古遗址原始厚重的文化氛围中。还可以近距离观察贺兰山上的精灵，国家二级保护动物——岩羊。【“用美食解读城市”之怀远夜市】每当夜幕降临，银川怀远夜市便化身美食天堂，升腾起诱人的烟火气。这里汇聚了最地道的西北风味：现烤的怀远一品辣条香气扑鼻，酥脆的牛肉饼咬开满口肉香，甜醅子的酸甜清凉沁人心脾。摊主们吆喝声此起彼伏，铁板上的羊蹄筋滋滋作响，玻璃橱窗里摞着金黄的宫廷酥牛肉饼，空气中弥漫着孜然与辣椒面的热烈交响。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 银川润泽华洋酒店或沙美假日或同级（四钻/星） |
| **D3** | |
| **行程详情** | **银川-三湖穿越-营地活动-沙海驼铃营地 【✭ 三湖穿越-越野车穿越乌兰湖，吉他湖，骆驼湖（含越野车+赠送无人机航拍）✭】 【✭沙海驼铃浪漫星夜：42㎡面积+180°环形落地玻璃幕墙+篝火烟花+璀璨星空✭】**  ✭ 亮点体验：揭开地球之心的神秘面纱 夜晚在沙漠酒店仰望浩瀚银河✭ 行程玩法：【越野车三湖穿越】-【九碗十三花+沙漠BBQ】夜宿沙海驼铃木屋沙景房【✭“三湖穿越+乌兰湖航拍】（含门票，含换乘越野车，游玩约 2 小时）在腾格里深处的无 人之境，有一颗鲜红的，正在跳动的 “地球之心”，这里没有人烟，也没有信号，这是一片炙热的红色湖泊， 在地球上沸腾，就像是地球跳动的脉搏，它最迷人的地方就是，你在地图上也找不到它的位置，所以请记住它 的名字——乌兰湖。还有形状独特的吉他湖，同样位于腾格里沙漠。当你从空中俯瞰，它就如同是一把被大自然遗落在沙漠里的吉他，静静地躺在沙海之中。湖水在阳光的照耀下，波光粼粼，与周边起伏的沙丘共同勾勒出一幅美丽的画卷，给这片荒芜的沙漠增添了别样的风情。每当日出日落时分，金色的光辉洒在吉他湖上，让其更具魅力，也让人们不得不感叹大自然的鬼斧神工。骆驼湖在腾格里沙漠深处，骆驼湖以其梦幻般的粉红色而闻名。阳光的照射让湖水中嗜盐菌释放出的色素绽放出无与伦比的轻盈与柔和，仿佛初春的桃花般温柔动人。来到这里，仿佛置身于一个瑰丽的自然幻境，让人忧伤与沉醉。【✭“用美食解读城市”之非遗九碗十三花】午餐品尝当地回族特色婚宴小吃——九碗十三花，九碗十三花也叫九碗十三行，共9道主菜，每三道菜排成1行，共排列成三行，从东南西北每个方向看过去都是呈现正方形三行、九碗，加上4道面点，共十三个碗，种类繁多犹如鲜花盛开的样子，所以也叫九碗十三花。是宁夏回族结婚时用来宴请最尊贵宾客的宴席。【✭ 夜宿沙海驼铃木屋沙景房 · 腾格里大漠景区营地：42㎡面积+私享双人宇宙+独立卫浴+篝火晚会+烟花秀】坐落于腾格里沙漠腹地，沙海驼铃度假酒店被无垠的沙丘,绚丽的日出与日落环绕，流动的沙漠画卷引入室内，24小时变幻的景色让您与自然融为一体，这里远离城市喧嚣，将奢华与宁静完美融合，为您呈现沙漠独有的自然奇观与人文魅力，无论是独处冥想,还是与挚爱共度浪漫时光，沙海驼铃都将成为您心中难忘的沙漠栖息之地。同时配备了星空之家、太空舱、露天酒吧、自助烧烤、五行沙疗、星咖啡等功能性配套服务除此之外，酒店在软性服务中设计了全日制的免费项目：如沙漠徒走、篝火晚会、K歌大赛、观星讲座等特色好玩的活动，凸显沙漠文旅体验，倡导亲近自然的旅行生活方式为您打造舒适与野趣并存的独特体验。【✭ 沙漠BBQ：一撮孜然、两钱辣椒、三声放肆的笑】今夜我们用银河作顶棚，以篝火为明灯。沙丘的篝火中，宁夏滩羊的油脂滴落炭火的那一瞬间 没有天花板阻挡烟火气，在星空之下连饱嗝都充满诗意！【✭ 沙漠篝火晚会+烟花秀】沙漠篝火+烟花秀-随着火焰的舞动，心情瞬间放松；闪烁的星空，更增添了一份神秘与浪漫；【✭ 沙漠轻徒步】一场与沙海的温柔对话！踏沙而行，赴一场星辰与落日的邀约，不用负重前行，只需带上好奇心——踩过细软的沙丘，看风在沙面刻下流动的纹理，听驼铃在远处轻响，让脚步与沙漠的呼吸同频。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 沙海驼铃木屋沙景房 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **中卫-5A 沙坡头-铜锅涮羊肉-沙坡头盛典-银川 【✭ 宁夏铜锅涮羊肉 ✭】 【✭ 世界垄断性旅游资源 - 沙坡头 ✭】 【✭ 赏沙坡头盛典 ✭】**  ✭ 亮点体验： 雄奇风光与江南秀美的激情碰撞 赏视听盛宴《沙坡头盛典》 品舌尖饕餮宁夏滩羊肉 ✭ 行程玩法：【5A沙坡头】- 赏《沙坡头盛典》-【涮羊肉】- 夜宿银川【沙海日出】早晨起来，在房间的露台上享受着太阳从天边一点点跳出的喜悦，早餐后自由享受来自大漠黄沙的浪漫；当你漫步在天地间，是否被这令人窒息般的美丽所折服？在酒店周围的沙漠活动拍照打卡吧；【AAAAA-级旅游景区沙坡头】（含大门票，参观时间3.5小时）沙坡头集大漠、黄河、高山、绿洲为一处，具西北风光之雄奇，兼江南景色之秀美。有中国最大的天然滑沙场，有横跨黄河的"天下黄河第一索"，有黄河文化代表古老水车，有黄河上最古老的运输工具羊皮筏子，有沙漠中难得一见的海市蜃楼。可以骑骆驼穿越腾格里沙漠，可以乘坐越野车沙海冲浪，咫尺之间可以领略大漠孤烟、长河落日的奇观。热播亲子互动真人秀节目《爸爸去哪儿》第二季节目组就曾在这里录制，使其闻名全国，古老的黄河野马般地奔腾着穿山越谷，经黑山峡一个急转弯流入宁夏的中卫境内。这一个急转弯，使黄河一改往日的汹涌成为文静秀美的少女，平静缓流，滋润两岸沃土。百米沙坡，倾斜60度，天气晴朗，气温升高，人从沙坡向下滑时，沙坡内便发出一种“嗡———嗡———”的轰鸣声，犹如金钟长鸣，悠扬宏亮，故得“沙坡鸣钟”之誉，是中国四大响沙之一。所谓“百米沙坡削如立，碛下鸣钟世传奇，游人俯滑相嬉戏，婆娑舞姿弄清漪。”【✭ 赏《沙坡头盛典》】剧目以中卫 "山河沙" 为灵感，融合丝绸之路与黄河文化，用 360° 旋转观众席、巨型升降舞台和 9D 特效，打造出震撼人心的观演体验。剧情围绕长河公主与沙王子、桂王子的爱情纠葛展开，驼铃声中，舞台化作浩瀚沙漠； 水幕升起时，黄河波涛汹涌。当演员骑着真骆驼从眼前走过，当风沙特效扑面而来，仿佛真的置身于古丝绸之路的传奇故事里。【“用美食解读城市”之宁夏铜锅涮羊肉】宁夏滩羊生活在腾格里沙漠边缘，因吃盐碱地里的草长大，而肉质好驰名于世，是上乘的佳品，营养丰富，并有滋补功效，宁夏的涮羊肉吃起来鲜、嫩、满口生香，没有半点腥臊味。用清水涮之、配以佐料蘸汁，味道更加丰美特别。食用方法独特，是来宁夏不可不吃的一道美食。 【沙漠活动温馨提示】- 沙漠日照比较强，做好防晒工作；- 由于沙漠的沙子很细小，把精密仪器保管好，比如手机、相机、摄相机等，否则沙粒进入后不容易清理而且还会划伤显示屏；- 在沙漠活动一定要听领队的安排，不要离团队太远，如离团一定要和领队打好招呼确保随时能取得联系。- 沙漠中昼夜温差大，要多准备衣服备用；穿浅色的抗紫外线的衣服。- 在沙漠中要注重环保，尽量把垃圾带出沙漠。- 骑骆驼时，要防止骆驼起来和卧倒时将人摔下，在这时要抱紧驼鞍或驼峰；- 要绷着劲，要顺着骆驼的步伐自然骑坐，随时调整坐姿，并适时下来走一段。从骆驼的左边上、左边下，上驼后用脚踩稳驼镫；- 小腿不要夹的太紧，以防擦伤小腿或弄脏裤子；上驼后应扶稳，不要大喊大叫；- 手里尽量不要携带物品，帽子要戴好、戴紧、以防风刮走惊吓到骆驼，更不要在骆驼上交换物品。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 银川润泽华洋酒店或沙美假日或同级（四钻/星） |
| **D5** | |
| **行程详情** | **银川-5A沙湖-银川-深圳 【✭ 水绕沙丘天下绝-沙湖（含游船）✭】**  ✭ 亮点体验：遇见“沙抱翠湖”的神奇景象 结束愉快宁夏之旅 欢乐返程✭ 行程玩法：【5A沙湖】-根据航班时间银川机场送机 【AAAAA沙湖】（含门票，含游船，参观时间约3小时）宁夏必游景区、国家三十五个王牌景点之一、国家首批5A级景区黄沙似绸，芦苇依依宛若画卷，如果没有身临其境，很难想象宁夏的沙湖竟然是这样的美，美得让人沉醉，美得让人不知归路，沙湖以自然景观为主体，沙、水、苇、鸟、山五大景源有机结合，构成了独特秀丽景观，南沙北湖，湖润金沙，沙抱翠湖，湖水如海，柔沙似绸，天水一色，湖水、沙漠、芦苇、荷花、侯鸟、湖鱼把塞外与江南美妙地、珠联璧合地融合了起来，构成了一幅美轮美奂的画面，沙湖是大自然的杰作，湖光沙色，候鸟成群，芦丛如画，风光旖旎。【温馨提示】- 返程前请仔细检查自己的行李物品，不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦。- 针对我们的精心安排的行程和导游的服务，请留下宝贵的意见，签好意见单，感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解，我们会不断的完善自我，提供更优质的服务。交通：大巴飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 费用包含： 往返交通：深圳=银川 往返机票、机场建设费、燃油税；参考航班：深圳-银川 ZH9231 0745- 1110 直飞 / 银川-深圳 ZH9234 1925- 2245直飞当地交通：14人以上安排旅游巴士，成团人数不足10人时，安排19座车， (按人数定车型，保证20%空座率)； 酒店住宿：1晚沙漠浪漫沙海驼铃木屋沙景房、3晚银川四钻，报价含每人每天一张床位；西北大部份酒店没有三人间，单人尽量安排拼房或加床，拼不上或加不了床时请补单人房差；行程门票：行程表内所列景点首道大门票。用餐标准：全程含4个早餐和6个正餐；正餐餐标为40元/人/餐（十人一桌，8菜一汤，如人数不足10人，根据实际人数酌情安排）；3大特色餐：沙漠BBQ138元/人/餐，特色九碗十三花50元/人/餐；宁夏铜锅涮羊肉68元/人/餐（牛羊肉涮菜类不限量）；当地导游：持国导证，宁夏三好优秀导游； | | |
| **费用不包含** | 费用不含： 深圳机场往返机场接送；航空公司临时通知的燃油税涨幅；行程中标明不含的项目和行程以外项目所需的自费项目，酒店餐厅内的酒水饮料、洗衣等一切私人开支；如出现单男单女参团无法安排拼住或加床时需补的单人房差；景点内园中园门票及行程中注明门票不含的景点、全陪费用、旅游意外保险、航空险；儿童收费：2-12周岁以内小童：含往返机票、车位费、半价餐费；不占床位，不含早餐及门票费，如产生门票及其他费用由家长现付；关于小童门票优惠：（暑假期间，部分景区对持学生证学生实行门票优惠政策；1.1-1.4米之间是半票，超1.4米为成人门票价，请自行携带学生证或准考证） | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.失信人请勿报名！国家最高人民法院公布的失信人禁止乘坐飞机、高铁！我司机位为全款买断，失信人如有隐瞒造成空占机位，即使没有出票，机票费已产生，取消只退税，此损失由报名人自行承担！2.此路线为特价打包回馈客户团，凡客人持有长者证、学生证、导游证、记者证、军官证、军人残疾证等均无任何优惠或退票,如有未产生或自愿放弃的当地景点、住宿及赠送的项目，费用概不退还。3. 特价团因客人自身原因提前离团，未产生的费用不退；4.由于此机票的特殊性，不作换人，不退票，不改签，请知悉！报名时请一定仔细核对姓名及证件号码，如若出错因此产生的费用由出错方承担！（报名时请提供证件照片）5.因不可抗力因素造成行程更改、延误、滞留或提前结束时，旅行社可根据实际情况协调处理，如变更后费用发生变化，未发生费用退还游客，超支费用由游客承担。旅行社在不影响原定的接待标准及游览景点的前提下，有权根据实际情况对行程先后顺序作调整；6.如有任何质量问题，请在当地及时跟导游或组团社反馈，以便我们及时配合处理解决！行程结束时请您认真填写意见单，通过您的意见单我们可以更好地监督当地的接待质量，您的意见单也将是行程中发生投诉的处理依据。因是全年切位机票，一经确认则无法变更或退改，请确保提供的名字证件号准确无误，如有错则全损；7.旅游途中游客从事爬山、滑雪、骑马、漂流、游泳、攀岩等具有人身危险性的活动和自由活动时一定要根据自身的健康状况来自主决定，老人和孩子应有家人陪同不能单独活动；游客在活动期间不遵守规定、自身过错、自由活动期间内的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负，旅行社不承担责任；8.出团时请务必带上有效登机证件（需与出票时提供资料一致），穿运动鞋或平底鞋，请自备防晒用品，晕车药，常用药品(预防感冒,腹泻等)等；贵重物品随身携带，以免丢失。旅途中不要过量饮酒，自由活动时，请结伴出行，不去不安全的地方；9.初到异地，因气候、饮食等差异，尤其是老人小孩及胃肠功能较弱者，可能出现腹泄等不适症状，要注意饮食卫生，不吃生冷食物，避免受凉，有不适请及时服用胃肠药，严重者请告知导游；10.出发前2天通知客人准确出团航班及酒店名称，具体行程及景点若有变更，以最后确认及接待社安排为准；11.客人报名时请委托报名处代买旅游意外保险；根据中国保监会规定：意外保险投保承保年龄范围调整为2-75周岁，其中70周岁以上游客出险按保额的50%赔付，属于急性病的只承担医疗费用，不再承担其他保险责任；12.请游客在报名时，准确登记姓名及身份证等号码（小孩出生年月），并在出游时携带有效登机证件，与须与出票时提供的资料一致（身份证、户口本、护照、回乡证等），在办理登机及入住酒店时需提供；如因个人原因导致无法正常出行，责任自负； |
| **温馨提示** | 1、宁夏旅游夏秋最爽。当地昼夜温差大，尤其是沙漠地区。准备夏秋两季衣服十分必要，若10月份则应该携带冬季的服装，需要注意的是各种衣物都应穿脱方便，以便随时添减，颜色鲜艳的防雨绸外衣是一个极好的选择。鲜明的颜色，不但照相时是景色中的点缀，万一迷途，也便于他人寻找。光滑的面料，不着沙尘，易洗易干，即使在十月份，进沙漠防晒也是十分必需的。防晒霜、遮阳帽、墨镜、手套再加上一方大白沙巾是再好不过的了进入沙漠后，水十分宝贵，不能洗澡甚至不能洗脸，漱口。买一罐爽身粉，每天擦在易出汗的部位，能舒适不少。口香糖应该随身携带。外出旅游，保护环境不容忽视，大小各异的塑料袋不仅可以充作垃圾袋，还会给旅途增添不少方便。另外，手电筒、小刀、火柴、望远镜（观景也可观星）、足够的电池、针线、宽胶带、防蚊油，这些小物品可能会帮你的大忙。2、宁夏等西北地区位于我国西北内陆，气候以温带大陆性气候为主，日照强度与昼夜温差较大，紫外线强，日照较长，请游客根据自身情况，带足御寒衣物，水壶、遮阳伞、墨镜、太阳帽和特级防晒油以做外出护肤之用；3、宁夏部门地区风沙比较大，一些景区（如沙湖、沙坡头等）沙子较多，注意保护好照相机，最好随照、随关镜头盖；4、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，让您的心思能够全部放在景点上，感觉好极了；5、宁夏的气候比较干燥，应当及时的补充水分、盐分及维生素，保持身体处于良好状态；6、来到宁夏，特色之一是清真餐多，汉餐少，在饮食口味上您要有心理准备；受旅游地自然条件限制，景点沿途餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从软硬件设施或饭菜质量都有一定的差距，且北方大部分地区口味偏重，喜辛辣；7、到宁夏，忌讳在回族聚集的地方或清真餐厅谈论关于“猪”的话题，这是民族感情问题哦；西北地区受宗教影响，风俗习惯与我们不同，游览时（如进高庙），请谨记地陪宣布有关旅游注意事项，入乡随俗，在任何场合下都不要提及有关少数民族的政治问题，配合好地陪工作；8、穆斯林民族地区：（包括西北地区回、维吾尔、撒拉、哈萨克等民族）忌食猪、狗、马、骡等不反刍动物的肉及一切动物的血，不食自死动物。进入清真寺禁止吸烟、饮酒、在礼拜堂内禁止拍照；9、宁夏位地西北内陆，气候以温带大陆气候为主，日照强度与昼夜温差较大，宁夏气温一般在15—28摄氏度，即使在夏季也建议您带两件较厚的衣物，请游客根据自身情况带足御寒衣服，及时增添衣物，有备无患！10、 宁夏等西北地区由于地域辽阔，景点之间的车程较长，请游客注意休息调配好时间，以充足的体力参加旅游活动。为使大家能更好的参加旅游活动；11、宁夏等西北地区由于地域辽阔，景点之间的车程较长，请游客注意休息调配好时间，以充足的体力参加旅游活动。为使大家能更好的参加旅游活动，特介绍以下几种防治晕车的方法：胃复安：胃复安1片，晕车严重时可服2片，儿童剂量酌减，于上车前10~15分钟吞服，可防晕车。行程2小时以上又出现晕车症状者，可再服1片。途中临时服药者应在服药后站立15~20分钟后坐下，以便药物吸收。12、重要提醒：患有心脏病、高血压、重症感冒、心肌梗塞、中风等重大疾病者以及半年内腰椎做过手术的客人不能参加此行程，如有隐瞒且因自身健康原因造成的损失，由客人自行负责；13、在少数民族地区参观，请尊重当地的生活、宗教习惯，谨记地陪宣布有关旅游注意事项，入乡随俗，在任何场合下都不要提及有关少数民族的宗教和政治敏感问题，配合好地陪工作；14、购物属于个人自愿行为，慎重选择（旅行社不负责退货，为此请慎重考虑是否购买）。警惕上当受骗，注意防盗、防抢。购买工艺品时，请一定要事先了解价位，如无意购买，请不要随意讲价，以免发生不愉快; 在旅游期间要特别注意人身和财产安全，妥善保管好身份证、现金、相机等贵重物品； 15、沙漠景区沙子较多较细，摄影包最好有盖，拉链记得拉上。塑料袋要时常更换，因为不长的时间，袋里就会积存大量沙尘。拍完照片后要立即将相机收好；16、旅游全程请服从导游的安排，牢记导游告知的安全事项，带小孩的请时刻注意小孩的安全，防止走失，爱护文物古迹，保护环境。旅游者每到一地都应自觉爱护当地的文物古迹和景区的自然环境；● 黄河漂流提示：漂流项目在我国许多地区都有，但乘坐羊皮筏子在黄河上漂流就只有宁夏最成规模了。游客在乘坐羊皮筏子时要注意：上下筏子要稳而慢，防止滑倒，要一脚踩几根木杆，不要踩单杆，以免踏空；上筏后坐下时不要过猛，漂流进不要站起来或打闹；须穿戴救生衣，遇到大浪不要惊慌，抓牢木杆坐稳。● 相机拍摄建议：1 .防尘：相机在野外最怕风沙，沙漠中的微尘无孔不入。最好的办法是将镜头调至最短，用塑料袋封好，放在摄影包中备用。摄影包最好有盖，另外，拉链千万不要忘记拉上。塑料袋要时常更换，因为不长的时间，袋里就会积存大量沙尘。拍完照片后要立即将相机收好。2.除尘：一天的拍摄下来，尽管精心保护，相机中也难免有微小沙粒。一个气吹一支羊毛小刷子无疑是十分必需的。千万不要随便用其他东西擦拭镜头。● 宁夏气温一般15—35摄氏度，温差较大，即使在夏季也建议您带两件长袖的衣物. |