**甘肃 青海双飞8天跟团游 【盛夏青甘】行程单**

兰州往返

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | FXZL-qh17189606870k | **出发地** | 深圳市 | **目的地** | 甘肃省-青海省 |
| **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** | 【舒适出行】深圳出发，独立成团；14人以上安排2+1座旅游巴，一排三座，舒适座椅、宽敞空间；【西北味道】正餐35元每人每餐起，升级 2大60元特色餐：裕固族风味餐，藏族家宴；【贴心赠送】每人每天矿泉水；每人一条敦煌元素丝巾或百变魔术头巾；【三专导游】专业、专职、专心，多年西北线路带团经验； |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **深圳-兰州-西宁**【参考航班】深圳-兰州（航班待定）【行程安排】深圳宝安机场集合，乘飞机赴甘肃省会【兰州】。兰州是历史上的军事要塞，又是丝绸之路上的重镇之一，也是河西走廊的起点，距今已有1400年历史……接机后，乘车前往游览【水车园】水车历史悠久，外形奇特，起源于明朝，是兰州市古代黄河沿岸最古老的提灌工具。参观【中山铁桥】、【黄河母亲像】是目前全国诸多表现中华民族的母亲河--黄河的雕塑艺术品中最漂亮的一尊，观黄河风情线......下午前往青海省会城市【西宁】，素有”西海锁钥“、“海藏咽喉”之称，是世界高海拔城市之一……晚上可自行前往【莫家街】，西宁最古老的街道之一，迄今已经有六百年的历史了，这里的美食数不胜数，叫人垂涎欲滴。除了马忠酿皮、羊肠面、酸奶、甜醅等西宁特色美食外，还有全国各地美食，瓜果梨桃、蔬菜肉食、干果调料、生猛海鲜，应有尽有。夜晚闲暇的时候和朋友一起来这里吃吃美食，喝喝小酒，轻松惬意……交通：飞机/旅游巴 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：团队餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 西宁凯槟国际\自然里\果洛\宝丰国际酒店或同级 |
| **D2** |
| **行程详情** | **西宁-张掖**【行程安排】酒店早餐后，乘车前往参观【门源油菜花】（含观花台，不含电瓶车30元，如油菜花花季已过，将取消参观，退门票60元/人）。青海门源，进入七月中旬后，正是观赏百万亩油菜花盛开的最佳时期，极目远眺，沁人心脾，景色陶醉，美景如画......乘车途经【祁连山草原】，与草原相接的祁连山依旧银装素裹，而草原上却碧波万顷，马、牛、羊群点缀其中。天高云淡夏如春，巍峨的雪峰捧起洁白的哈达，广袤的草原铺展开千里碧毯，让祁连山的情怀深藏在每个人的心间……途经【扁都口】位于祁连山脚下，张骞出使西域经过此地、隋炀帝召开“万国大会”也曾经由此地进入西北。这里自古就是交通要塞，成为旅游者最喜爱的地方之一……下午抵达【张掖七丹霞】（含大门票+区间车），红、灰、白、青、紫、灰黑、灰蓝，曼妙的丹霞色彩就在你的脚下，左脚踩着红色，右脚竟然下面是青色。同一座山上，岩土如一条条彩虹般星罗分布，在阳光的照耀下更是绚烂多彩，精彩纷呈。西部特有的荒凉和壮美，连同七彩的山峦一定会冲击你的视觉……晚上【张掖市】享用【裕固族特色餐】，后入住酒店。交通：旅游巴/飞机 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：团队餐  |
| **住宿** | 张掖尚景国际\瑞驰国际\西遇国际\丝路悦港\富来登温泉酒店或同级 |
| **D3** |
| **行程详情** | **张掖-敦煌**【行程安排】早餐后，乘车前往游览“天下第一雄关”【嘉峪关城楼】（含大门票+区间车）。嘉峪关城楼与河北山海关东西相望，同称“天下第一雄关”。是万里长城西端终点。长城与丝路的交汇，凝结了嘉峪关。站在嘉峪关城楼上放眼望去，祁连山脉绵绵不绝，落日为终年不化的雪峰抹上了一缕淡淡的玫红，散发出一种意味悠长难以言表的柔和。几千年的烽火狼烟、几千年的世事沧桑，都溶进了这梦幻般的玫红之中……下午抵达沙洲【敦煌】，游览【鸣沙山·月牙泉】（含大门票），鸣沙山沙岭起伏，绵延40多公里，整个山体由细沙积聚而成，山形美观，峰如刀刃。远远地望去，鸣沙山蓝黄分明，曲线优美，蜿蜒有致。骆驼队穿行于沙山之间，耳边传来阵阵驼铃，随风飘来格外清新悦耳，仿佛时间倒流，看到了千年以前的骆驼商队，正是他们创造了一个辉煌，正是骆驼的脚印，见证丝绸之路的繁荣一片西域风光。鸣沙山将风蚀刻成五线谱，【月牙泉】是跌落的音符，。隐于沙漠中，千年不干涸，在黄沙与碧水的褶皱间，写就一首大地的歌谣……入住酒店。交通：旅游巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 敦煌沙洲景华\柏文\阑珊牧\川渝\尚和颐景\天润国际\天润颐泊\桓栋国际酒店或同级 |
| **D4** |
| **行程详情** | **敦煌-大柴旦**【行程安排】早餐后，参观有“东方卢浮宫”之称的世界文化遗产【莫高窟】（含大门票B票），莫高窟，俗称千佛洞，坐落在河西走廊西端的敦煌。它始建于十六国的前秦时期，历经十六国、北朝、隋、唐、五代、西夏、元等历代的兴建，形成巨大的规模。也是举世闻名的佛教艺术中心。莫高窟是古建筑、雕塑、壁画三者相结合的艺术宫殿，尤以丰富多彩的壁画著称于世……下午乘车前往中国聚宝盆之称的【柴达木盆地】，茫茫荒漠戈壁景色，无边的荒漠让人感慨不已……打卡【黑独山】（不含摆渡车60元，如遇景区因环保等问题临时关闭，则只能远观，无费用可退），位于青海省海西蒙古族藏族自治州茫崖市冷湖镇约13公里。因独特的黑色雅丹地貌而闻名。这里的原始沉积物呈灰黑色，经过风的长期磨蚀，以及昼夜温差和偶尔暴雨等因素促进风化，上部松散的岩层垮塌形成陡壁，造就了这一独特景观。一眼望去，大小山包皆被黑色、灰色砂石覆盖，与周边黄褐色的荒漠戈壁形成鲜明对比，远远望去仿佛一幅壮美的水墨画，也因此被称为“人间月球”“地球上最像月球的地方”......晚抵【大柴旦镇】。作为一个高原小镇，寂寞、孤独是有的，但是这并不影响它的美……晚餐后，入住酒店。【温馨提示】1、敦煌莫高窟，旺季门票分为A类全价票238元/人（含8个洞窟+数展中心+景区小交通），每天仅售6000张，旺季需要提前一个月开始预约。B类应急票100元/人（含4个洞窟+景区小交通），每天可售12000张，A类票预约完后，即只能购买B类票。如能有幸预约到A类票，需要收取差价138元/人，敬请知晓！2、莫高窟洞窟内禁止拍照。交通：旅游巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：团队餐  |
| **住宿** | 大柴旦云海天衢\西海明珠\聚鑫源\万泰\悦豪尚怡\柴达木花园酒店或同级 |
| **D5** |
| **行程详情** | **大柴旦-德令哈**【行程安排】早餐后，前往游览【翡翠湖】（含大门票，不含电瓶车），属硫酸镁亚型盐湖，是海西州第三大人工湖，面积达26多平方公里，出产品质好的钾、镁、锂等多种元素，由于盐床由淡青、翠绿以及深蓝的湖水辉映交替、晶莹剔透，当地人称之为“翡翠湖”。天气晴好时，宛若翡翠般的湖面倒映着蓝天白云和皑皑雪峰，宛如置身于仙境之...... 后途经网红公路，有着“中国版66号公路”之称的G315【U型公路】（根据当地相关部门规定，此处不能停车）……乘车前往中国最大、世界第二大【察尔汗盐湖】（含大门票+区间车），位于青海西部的柴达木盆地，是中国最大的盐湖，也是世界上最著名的内陆盐湖之一。这里的盐丰富得难以想象。盐湖周围地势平坦，沙漠无边，但风景独特。风平浪静的时候，浩瀚的湖面像一面巨大的宝镜，放出银光，热气腾腾，波光粼粼，恰似碧绿万顷的大海。景区内有一条由盐晶铺设通向昆仑山的道路【万丈盐桥】，远处的蓝绿渐变，千里白盐花静静盛开，亦幻亦梦，说是人间天堂也不为过……后乘车前往【德令哈市】，一座遥远的戈壁新城。它地处青藏高原交通要津，不仅是历史上著名的南丝绸之路主要驿站，更是柴达木盆地生态绿洲农牧业的一颗璀璨明珠……抵达后，入住酒店。交通：旅游巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 德令哈云湖\星空K\天空之城\聚龙\龙恒酒店或同级 |
| **D6** |
| **行程详情** | **德令哈-青海湖**【行程安排】早餐后，乘车前往游览【茶卡盐湖】（含大门票，不含小火车）。柴达木盆地是盐的世界，30多个盐湖是柴达木盆地的明珠。盐湖中虽没有亭榭荷花和绿柳青松，然而盐湖之美，却是千恣百态，奇特多彩，别具一格。这里被列为《中国国家旅游地》，杂志选的“人一生要去的55个地方之一”。 离我们最近的天空之镜……后乘车前往【青海湖】。途经【黑马河】，是青海湖环湖公路的起点，不少“暴走族”驴友或自行车迷，都选择从黑马河开始他们的环湖梦幻之旅……抵达后，晚餐享用【藏族家宴】，洁白的哈达，欢乐的气氛让您马上就融入到草原的天地中。晚上入住【青海湖文迦牧场·星空秘境酒店】，位于青海湖畔的文迦牧场，远离光污染，这里是离银河最近的地方。藏式风情与现代美学交融的星空酒店，以全景玻璃穹顶、独栋木屋为媒，邀你躺观浩瀚星海，邂逅流星划破夜幕的浪漫。360°星空房：抬头即见璀璨银河，穹顶之下与星光共眠……交通：旅游巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：团队餐  |
| **住宿** | 青海湖文迦牧场·星空秘境酒店 |
| **D7** |
| **行程详情** | **青海湖-西宁**【行程安排】早餐后，游览【青海湖二郎剑景区】（含大门票，不含景区内游船等）。青海湖面积有4300平方公里，是我国第一大内陆湖泊，也是我国最大的咸水湖。它浩瀚缥缈，波澜壮阔，是大自然赐与青海高原的一面巨大的宝镜。碧波连天的湖水，在艳阳下清彻透亮，比天空蓝的纯粹，蓝的清澈，蓝的静谧，仿佛能涤荡人的灵魂，洗尽俗人的眼……乘车前往【藏族村寨】（内有藏饰银器制品售卖，自愿消费），藏寨被称为高原第一美村，在历史上就是内地和西藏联系的主要通道，让远方的客人来到这里体验藏族民俗风情，了解真正的藏族文化……后乘车返回【西宁】，途经湟源峡谷、文成公主进藏眼泪幻化而成的【倒淌河】。途中车览【金银滩大草原】风光……抵达后，入住酒店。交通：旅游巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 西宁自然里\凯槟国际\皓铭饭店\美锦假日\宜彩青航酒店或同级 |
| **D8** |
| **行程详情** | **西宁-兰州-深圳**【参考航班】兰州-深圳（航班待定）【行程安排】早餐后，前往参观藏传佛教六大宗主寺之一的【塔尔寺】（含大门票，不含电瓶车+讲解费），塔尔寺与西藏的甘丹、哲蚌、色拉、扎什伦布寺和甘南的拉卜楞寺并称为我国藏传佛教格鲁派六大寺，是格鲁派创始人宗咯巴诞生的地方。整座寺依山叠砌、蜿蜒起伏、错落有致、气势磅礴，寺内古树参天，佛塔林立，景色壮丽非凡。塔尔寺的壁画、酥油花、雕塑也是栩栩如生，远近闻名……下午乘车前往【兰州机场】，乘航班返回深圳，全程结束！【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；2、转经轮时，一定是从左向右，不要乱摸藏族人的头和帽子；3、塔尔寺内不允许游客拍照；4、青海较为干燥，请随时注意补充水分，多饮水。紫外线强烈，请备口罩，防晒霜，太阳眼镜等物品。交通：旅游巴/飞机 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 机票：深圳-兰州往返机票（含机场建设费和燃油税）；用车：14人以上安排2+1座空调旅游车，不足14人按人数定车型，保证一定空座率；住宿：行程简表所列7晚住宿；报价含每人每天一张床位，报名时如出现单人，酒店又不能加床或无三人间时，请补齐单房差 ；用餐：全程7早11正餐（正餐餐标：￥35元每人每餐\*9正，风味餐：青海湖藏族家宴60元/人\*1正，张掖裕固族风味餐60元/人\*1正；如人数不足十人，将根据实际人数酌情安排用餐）；门票：行程标明已含的景点首道门票；导游：当地挂牌导游服务；深圳机场安排送机导游； |
| **费用不包含** | 1、深圳市区-机场往返接送；2、行程中景区内的自费娱乐项目等，和行程以外私人产生的费用、酒店内标明收费的酒水饮料、洗衣等一切私人消费；3、不安排全陪、不含航空险等；4、如报名时出现单男或单女，要补单房差； |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 藏族村寨 |  | 120 分钟 |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 2周岁以上，不足12周岁儿童报价含往返机票+当地旅游车费+正餐费+导游服务费，如超高产生门票及酒店早餐费，以及其他费用由家长现付；1、因不可抗力因素造成团队行程更改、延误、滞留或提前结束时，旅行社可根据当时的情况协调处理，如发生费用加减，按未发生费用退还游客，超支费用由游客承担的办法处理。旅行社在旅途中有权根据实际情况对行程先后顺序作调整，但不影响原定的接待标准及游览景点；2、团队机票出票后不能换人，不能改签，不能只要单程，必须往返使用，退票将根据航空公司规定收取相应损失，敬请知晓！此团为整团核算的打包优惠价，行程中自愿放弃的项目不退费用！3、如有任何质量问题，请在当地第一时间提出来，以便我们积极配合处理解决！团结束时请您认真填 写意见单，希望通过您的意见单我们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。4、报名时请确保自己身体是否合适出游！因西北路途遥远，孕妇、身体有慢性疾病的，如心脏病、高血压、糖尿病等慢性病，报名前请先问询主治医生是否可以前往，如有隐瞒自身健康状况而发生意外导致损失的，概由游客承担，旅行社不承担责任；另外65 岁以上游客参团，需有家属或亲友陪同。5、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。我社机位为全款买断，失信人如有隐瞒造成空占机位，即使没有出票，但机票费已产生，此损失由报名人自行承担！6、为了您的出行安全，开车前请系好安全带。7、进入少数民族地区游玩时，请尊重当地少数民族的风俗和信仰,避免与当地居民发生冲突！ |
| **温馨提示** | 一、关于海拔：1、青海属于高原地区，不同地方海拔相差较大。我们此次旅游行程去到地方：西宁海拔约2261米、青海湖和茶卡盐湖海拔约3200米、德令哈和大柴旦约海拔约2980米、祁连县海拔约2800米；甘肃敦煌、嘉峪关、张掖海拔约1000-1500米左右。2、传染性疾病、心血管疾病、脑血管疾病、呼吸系统疾病、精神病、糖尿病、严重贫血病、大中型手术的恢复期病患者、孕妇及行动不便者以及其他不适宜出行者，出于旅游安全考虑，建议旅游者在出行前做一次必要的身体检查，并咨询主治医生，是否可以报名出游，听取主治医生的意见，不得隐瞒人个身体的真实状况！3、初抵高原者，有或轻或重的高山反应，多饮开水，多休息，服用红景天、螺旋藻、单晶冰糖和葡萄糖，症状会逐渐消失，无需过分担心和恐惧。在高原行动切忌过剧、不跑步，不闭气，不着凉，不吸烟，不饮酒，防感冒，平时多喝水，睡眠充足，注意保暖。进入高原之前，避免过于劳累，要养精蓄锐充分休息好。良好的心理素质是克服和战胜高原反应的灵丹妙药。4、 初到高原的前几天，不要频频洗浴，以免受凉引起感冒。感冒常常是急性高原肺水肿的主要诱因（在缺氧状态下不易痊愈）。5、 如果感到头疼、浑身酸痛，甚至连睡觉都困难，应立即前往当地医院进行相关检查。6、 高原天气干燥。会造成部分游客易流鼻血和嘴唇干裂，一定要准备唇膏，防晒露以及护肤用品。高原强烈的阳光和紫外线会伤害你的眼睛，应准备太阳帽和墨镜。7、 在高原，保持皮肤一定要多吃水果和蔬菜。另一个偏方是：晚上睡觉前一定要洗脸，早上起床最好不要洗脸。超过10天的长时间野外活动，如果没有良好的卫生条件，最好就不要洗脸，灰扑扑的一般对皮肤有保护作用，当然，涂一点酥油会效果更好。有点脏不怕，怕的是洗得太干净很容易晒脱皮的。二、关于气候： 西北地区日夜温差很大，早晚温差在10摄氏度上下。尤其在景区和郊县，夏季晚间气温可能会降至5摄氏度左右。所以游客出游须备外套、毛衣、冲锋衣等御寒衣物，并随时注意增减衣物。体质较弱的游客，可能会出现水土不服的症状。所以建议携带一些常用的治疗药物，如感冒药或治疗肠胃不适的药物。三、关于车程：因西北地域辽阔，景点之间跨度较大，大部分坐车时间较长，游客需提前做好心理准备。并保持一个良好的心态，多多欣赏沿途的风景。可备一些零食补充体力。四、关于餐饮：受旅游地自然条件和当地饮食口味的限制，沿途餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论软件服务、硬件设施以及饭菜质量都可能存在一定差距。且北方大部分地区口味偏重，喜辛辣：如有特殊要求，可与导游进行协调，尽可能满足不同游客的需求。五、关于住宿：西北地区的酒店，比沿海等大城市同级酒店的标准略低一个档次。大部分酒店的服务员服务意识相对欠缺，酒店早餐较为简单。由于气候原因，青海地区五星以下的酒店大部分无空调，敬请理解。六、关于习俗：西北地区受少数民族和宗教影响，风俗习惯与内地不同，游览时（如进寺庙），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宗教和政治敏感问题，配合好地陪工作。藏族地区： ★忌食狗肉、马肉、驴肉。★不要偷看藏族天葬。★藏族敬酒、茶，为藏族礼仪，如确实不能喝，请向主人说明即可。★藏族敬献哈达时，需双手接住挂在脖子上或直接挂在脖子上，不能立即取下。穆斯林民族地区：（青海地区回、撒拉）★ 忌食猪、狗、马、骡等不反刍动物的肉及一切动物的血，不食自死的动物。不要在清真餐厅提及有关猪肉的话题。七、拍摄禁忌：一般寺庙内是严禁拍摄的，偷拍后果十分严重。有些地方注明付款后才可拍摄，如有需要，请按当地规定执行，拍摄人物，尤其是僧侣、妇女，取景前一定要经对方允许，以免不必要的麻烦，在野外拍摄时，谨记安全第一，注意自身身体状况，请大家妥善保管好个人的财务和贵重物品。八、关于药品：建议大家考虑带着以下药品：感冒药、止泻药、消炎药、创可贴，止疼药、维他命Ｃ丸、纱布、眼药水。 |