**2024版-纯玩2+1大西北双飞8日行程单**

祁连山草原、卓尔山风景区、七彩丹霞、嘉峪关城楼、荒漠艺术基地、敦煌莫高窟、鸣沙山月牙泉、翡翠湖、茶卡盐湖、青海湖、塔尔寺

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 021715481762gR | **出发地** | 江苏省 | **目的地** |  |
| **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**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| ————————————————————简易行程————————————————————天数行 程 安 排早餐午餐晚餐住 宿第一天出发地—兰州/西宁×××兰州/西宁第二天兰州—祁连山草原—卓尔山风景区—张掖√√×张掖第三天张掖—七彩丹霞—嘉峪关城楼—嘉峪关√√√嘉峪关第四天嘉峪关—荒漠艺术基地—鸣沙山月牙泉—敦煌√√×敦煌第五天敦煌—莫高窟—西北一号公路—翡翠湖—德令哈√××德令哈第六天德令哈—茶卡盐湖—青海湖-二郎剑景区—西宁√√×西宁第七天西宁—塔尔寺—兰州/西宁√××兰州/西宁第八天兰州/西宁—出发地√××温馨的家————————————————————详细行程————————————————————D1：出发地—兰州/西宁 启航前往机场乘机抵达黄河之都-兰州或青海的省会西宁；兰州是黄河唯一穿城而过的省会城市，甘肃省省会城市，已有两千多年的历史，是古丝绸之路上的重镇。西宁位于青海省东部，湟水中游河谷盆地，是青藏高原的东方门户，古&quot;丝绸之路&quot;南路和&quot;唐蕃古道&quot;的必经之地，自古就是西北交通要道和军事重地，素有&quot;西海锁钥&quot;、&quot;海藏咽喉&quot;之称，是世界高海拔城市之一。温馨提示：1.抵达兰州/西宁后，接机为师傅接机（期间无导游，接机为散拼，等待时间不超过60分钟，赠送接机服务，不用不退），抵达酒店后自行办理入住手续，后可自由活动。2.如果不愿等待可自行前往市区酒店入住，费用需自理。（a.机场至市区城际高铁21.5元/人，b.机场大巴抵达市区30元/人，c.打车前往市区200元/辆左右）.3.来西北旅游，请随身携带身份证，带好御寒衣物，防晒用品；气候干燥，多饮水，多吃水果！D2：兰州—祁连大草原—卓尔山风景区—张掖（约810KM/8.5H） 【祁连大草原】（车览）中国六大草原之一，主要分布在青海、甘肃张掖两地，面积以青海境内居多。每年7、8月间，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，零星分布的小沼泽、湖泊点缀草原，曾经西征欧洲的成吉思汗一支部落驻足此地，和当地藏族部落宗教、习俗融合。【卓尔山景区】（含门票，赠送区间车，游览约2小时）卓尔山是祁连山的一条支脉，祁连因其优越的自然风光被称为“东方小瑞士”，当你站在烽火台上时，展望整个祁连美景的时候，犹如登上天境，一览大好河山。卓尔山呈现丘陵状的草原风光，而其本身地貌又属于丹霞地貌，山体露出的地方都是赤红的砂岩，与碧绿的草原层叠交错，非常漂亮。【扁都口风景区】（车览），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，现在这里成片的油菜花盛开在祁连山脚下又成为旅游者最喜爱的地方之一。 温馨提示：1.每年7月中旬之前，9月之后，或遇极端天气，祁连山，达坂山，扁都口沿线道路状况很差，考虑安全问题，将会改到武威前往张掖；故门源，达坂山、黑泉水库、祁连大草原、扁都口以上途径点未能看到，望周知！2.7月5号—8月15号期间为油菜花花期， 将安排在门源或者扁都口停车拍照，其余时间无此项安排；3.行程车程时间较长，可自带小零食，为防止晕车，请自备晕车药，多为翻山公路，路况不是很好，不可随意停车。D3：张掖—七彩丹霞—嘉峪关城楼—嘉峪关（约230KM/2.5H） 【七彩丹霞地貌】（含门票，赠送区间车，游览约2小时）这里是国内唯一的丹霞地貌与彩色丘陵景观复合区，张掖丹霞地貌和彩色丘陵处处引人入胜，美不胜收。山岳风光、千姿百态是一景，怪石峥嵘、形象逼真又是一景；雄伟壮观、精雕细刻的窗棂宫殿群落是一景，气势宏伟、缤纷绚丽的彩色丘陵。【嘉峪关关城】（含门票，游览时间约2小时）明代万里长城西端主宰，自古为河西第一隘口。关城始建于明洪武五年(1372年)，从初建到筑成一座完整的关隘，经历了168年(1372-1539年)的建造，是明代长城沿线九镇所辖千余个关隘中最雄险的一座，至今保存完好。1961年3月，被国务院列为全国第一批重点文物保护单位。因地势险要，建筑雄伟而素有&quot;天下雄关&quot;、&quot;边陲锁钥&quot;之称。D4：嘉峪关—荒漠艺术基地—鸣沙山月牙泉—敦煌（约380KM/4.5H） 【荒漠艺术基地】（游览约30分钟），这个雕像是由清华教授董书兵亲自设计雕刻而成的，位于甘肃省的西北地区的瓜州的古镇上。人们把它称为【大地之子】，这个雕像以熟睡的姿势躺在沙漠里，就像真的婴儿睡觉一样。在道路两侧，在广袤无垠的草原上突然耸起的一座白色阁楼，镂空的建筑，远远看过去似有似无，像极了海蜃盛楼一般的不真切，这就是坐落在甘肃瓜州红山坡戈壁滩的一座现代建筑作品【无界】。【鸣沙山月牙泉】（含门票，游览约2小时）沙山因沙动成响而得名，山为流沙积成，在不同光照下沙分红、黄、绿、白、黑五色，神奇异常；月牙泉处于鸣沙山环抱之中，因其形酷似一弯新月而得名，有“沙漠第一泉”之称。鸣沙山和月牙泉宛如大漠戈壁中的一对孪生姐妹，确有“鸣沙山怡性，月牙泉洗心”之感。【温馨提示】1.选择骑骆驼或沙漠越野其他项目请事项了解安全注意事项根据自身情况再做选择。2.参观鸣沙山请保管好贵重物品，尤其是保护好手机，相机等电子产品，一旦沙子进入很难清洗。D5：敦煌—莫高窟—西北一号公路—翡翠湖—德令哈（约580KM/8H） 【敦煌莫高窟】（含B类票，若A票6000张未售完则只能预约A类票，需现补差价138元/人，参观约2小时)参观我国著名的四大石窟之一，也是世界上现存规模最宏大的敦煌莫高窟以它创建年代之久、建筑规模之大、壁画数量之多、塑像造型之美、保存之完整，以及艺术之博大精深而闻名天下、享誉国内外。【西北一号公路】(车览)的戈壁公路，一路地广人稀，大家能深切体验到西北地区那种苍茫和荒凉。整个公路笔直望不到边，两边黑山群压，十分壮观。【翡翠湖】（含门票+无人机航拍30s短视频，游览约1.5小时），像是“上帝打翻的天镜”，散落成一块一块，她是人迹罕至的真实秘境，比天空更干净，比梦境更迷幻，四周的盐滩和富含矿物质的水共同组成了镜像一般的空间。同时也是电影【送你一朵小红花】韦一航梦中幻想地！送你一朵小红花❀，奖励你第一次主动踏上的美妙旅途，愿它开在生生不息、牛羊遍野的天涯；一如你对命运的执着、坚持！温馨提示：1.因莫高窟新政策规定前期只发放 A类正常参观票，在 A 类票库存（6000张）售完后才会发放B类票！2.本行程含莫高窟B票，若B类应急票未发售，我社只能为游客预约A 类正常参观票，游客需现补138元/人的差价，感谢您的配合，给您带来不变敬请谅解！备注：A类正常票(2场数字电影+参观8个洞窟)；B类应急票(参观4个洞窟)，此政策为政府行为，报名时请仔细阅读此条款，不能作为投诉理由！3.如莫高窟有特殊情况（无票、景区有接待、天气原因等）无法安排游览，将安排莫高窟姊妹窟一西千佛洞；4.为确保参观莫高窟，导游会根据莫高窟门票实际预约时间，跟鸣沙山调整景点参观顺序；5.莫高窟预约按照下单前后顺序依次进行预约，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的情况；预约成功后退票将产生手续费，具体金额参照《敦煌市物价局文件：敦价发【2015】85号》文件。6.莫高窟如同一颗渐渐褪去光华的明珠，在自然氧化和人为因素的作用下，彩塑壁画正在慢慢失去神韵，所以出于文物保护的目的，在窟穴参观时禁止摄像拍照。D6：德令哈—茶卡盐湖—青海湖二郎剑景区—西宁（约500KM/7.5H） 【茶卡盐湖】（含门票，赠送区间车，游览约2小时），如果您想要感受幻境的美好，这里就是您要找寻的地方，盐湖远望积盐似雪，近看白云倒映，纯净的天空和整齐的色块，构成了湖面一道亮丽的风景，就像是一个空灵的童话世界，置身于天空与湖水中，在幻境的迷离与真实中沉迷，流连忘返。【青海环湖最美公路】（途观）全程可欣赏到青海湖的壮丽景色。公路沿途风光秀美，湖光山色交相辉映。在公路的南侧，是青海湖的湖岸，湖泊辽阔，碧波荡漾。在公路的北侧，是连绵起伏的群山，山峦叠翠，云雾缭绕。无论是湖光山色，还是湖中倒影，都让人陶醉其中。【青海湖主景区】（含门票，游览约2小时），青海湖，藏语名为“措温布”，意为“青色的海”。苍茫无际的千里草原，碧波连天的青海湖，构成了一幅山、湖、草原相映成趣的壮美风光和绮丽景色。天黑之前在青海湖边上漫步，很是惬意，那份宁静，让你忘记城市的喧嚣、忘记自己的烦恼，生活原来可以这么简单，就这样在大自然中漫步，融于天地之间。温馨提示：1.盐湖地区海拔约3000米，要注意不能剧烈运动，以免产生高原反应。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。2.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。3.最好准备湿纸巾，当裸露的皮肤沾上盐水后要用淡水清洗或用湿纸巾擦掉，时间稍长，会对皮肤造成一定的损伤。4.茶卡壹号盐湖和茶卡盐湖为姊妹湖，旅行社根据团队时间随机安排不指定，请知悉。D7：西宁—塔尔寺—兰州/西宁（约260KM/4H） 【塔尔寺】（含门票，不含区间车及讲解费，游览约2小时），塔尔寺是我国藏传佛教格鲁派创始人宗喀巴大师的诞生地，始建于公元1379年，距今已有600多年的历史，殿内佛像造型生动优美，超然神圣。栩栩如生的酥油花，绚丽多彩的壁画和色彩绚烂的堆绣被誉为“塔尔寺艺术三绝”温馨提示：1.请客人们尊重宗教习俗,请勿触摸佛经、佛像、法器等宗教物品；2.塔尔寺寺庙内是严禁拍摄的，偷拍后果十分严重，以免造成不必要的麻烦3.塔尔寺属于藏传佛教圣地，入景区需注意穿着，长裤子，衣服需要穿带袖的，长袖或者短袖。4.塔尔寺景区规定导游不可进入，游客自行游览，景区内讲解员费用自理。如遇佛事活动禁止参观，则调整行程顺序。5.不要在寺庙外商贩手中购买藏刀或任何野生动物的毛皮，野生藏羚羊角等，如您离开时被携带，可能会面临很大的麻烦。D8：兰州/西宁—出发地 早餐后，根据航班时间，告别金城兰州或青海的省会西宁。温馨提示：1.临行前请再次检查自己的所有物品是否齐全，以免造成不必要的损失；2.由于拼车送机，请根据通知时间提前退房，再自行安排活动（请注意酒店退房时间12：00前，避免不必要的损失，外出前可将行李寄存前台），登机手续请根据机场指引自行办理。 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、大交通：出发地-兰州/西宁往返机票（含机场建和燃油税，不指定航班）；2、住宿：全程安排当地四星酒店（未挂牌）+升级4晚当地五星（网评四钻/四星）酒店，不占床不含早，产生单房差自理；特别提示：西北经济落后，住宿条件有限，软硬件服务均与内路差距大，青海地区（德令哈/西宁酒店）无空调，请多多包容；参考酒店：兰 新：兰州新区悦蔓/兰石美仑/锦辰尚雅/半亩方塘/瑞岭商务/智选假日/格林东方/空港花海酒店或同级张 掖：张掖宜尚/尚景假日/都城假日/丝路瑞华/山水源/西遇国际/鼎和国际/丝路悦港/铭嘉乐酒店或同级嘉峪关：嘉峪关福瑞精品/水墨名关/金华宾馆/聚德宾馆/景都假日/兰廷/凯鼎大酒店/嘉峪关丽枫酒店或同级敦 煌：敦煌赛尔迪/嘉瑞美华/瀚海明珠/诚和顺/安和/兰新/聚丰/桓宇/锦轩/敦悦大酒店/大宏瑞/祥云酒店或同级德令哈：德令哈聚龙酒店/腾瑞祥/坤谊/云湖/玉豪/德都/洲龙国际/东方凯悦/蓝天品质/森元品质酒店或同级西 宁：西宁佳和/柒星/祥云山水/景翔假日/冬宝/海悦/中鹏/万祥精品/福兴圆/白云翔羚酒店或同级3、用餐：7早5正，酒店含早、不用不退；正餐40元/人/正（围桌），十人一桌，八菜一汤，若不足10人，菜品根据客人人数情况酌情安排。4、用车：当地正规旅游车服务，车型根据此团人数而定，保证每人一正座，10人以上安排2+1车；5、导游：当地中文导游服务，接送机/站不含导游服务，10人及以下不提供导游服务，由司机安排餐住以及代买门票，不做专业讲解；6、门票：含行程所列景区首道门票+部分区间车景点，如产生优惠按旅行社折扣价8折退还门票及差价，我们会根据当地实际情况在保证游览时间，景点数量不变的情况下，对行程做相应调整，感谢您的配合与支持。特价班期不退费！7、保险：旅行社责任险 ，强烈建议客人购买相关的个人保险； | | |
| **费用不包含** | 1、酒店押金、单房差或加床费用；2、自由活动期间的餐食费和交通费；3、“费用包含”内容以外的所有费用；4、旅游意外伤害保险及航空意外险（建议旅游者购买）；5、个人消费（如酒店内洗衣、电话及未提到的其它服务）；6、地面服务费（如首都机场接送服务、行李物品保管费、托运行李超重费等）；7、因旅游者违约、自身过错、自身疾病导致的人身财产损失而额外支付的费用；8、因交通延误、取消等意外事件或战争、罢工、自然灾害等不可抗拒力导致的额外费用9、儿童不含项目产生费用请自理 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 塔尔寺电瓶车+塔尔寺讲解费 |  | 30 分钟 | ¥ 50.00 |
|  |  |  |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、旅行社对旅游产品有自主定价行为，会因交通方式、出发城市，报名时间、各家旅行社促销力度不同、机票折扣活动等诸多不同相关因素而报名价格不同，整团可能会出现价格差异，游客报名已视为同意此价格，因此我社一律不接受因为价格不同而产生的投诉事宜。2、散客接送均为司机接送，敬请谅解！3、我社有对行程顺序、时间进行适当调整的权利，但不减少景点。因突发事件、人力不可抗拒的因素、不可预见因素导致（如天气变化、自然灾害、航班、火车延误取消交通及航空管制、政治因素管制等）行程时间延长或缩减，旅行社可视情况变更或取消行程，超出原定费用部分由旅游者承担，缩减费用，剩余部分退还旅游者、或更换景点。行程中标明的赠送项目因天气或其它不可抗拒的原因不能前往或是个人自身原因无法参加的不做等价更换，不退任何费用。4、我社处理投诉以游客签认的《意见反馈单》或《质量跟踪调查表》，以及在行程进行当时反应的情况，作为有效凭据！尤其是对不满意或要投诉的情况，请尽量具体、详细注明，以便我社调查核实！在行程过程中若对我社提供的服务标准有异议，请在当时提出并沟通解决；若因特殊情况当时无法解决可进行备案，并由地接导游和游客双方签认，返程后再行协商解决；若游客当时未明确提出异议，或因未填写意见单，我社视为游客自行放弃权利，则无法受理投诉，多谢合作与支持！（投诉解决期限为团队返回后7天内有效）！5.行程中所有景区、餐厅、休息区、加油站等场所附近的商铺非我社安排的购物场所，我社不承担任何责任，不负责退换货，游客如有购物请自行承担一切责任。 6.因客人出发城市不同，报名先后顺序不一样，整团可能会出现价格差异，敬请谅解。本行程为打包价格因客人自身原因放弃行程所有费用不退。 |
| **温馨提示** | 青海属于高原地带，高海拔的影响使得来这里旅行要注意很多事项；甘肃则是一个多气候带、多种地貌形态的省份；除此之外，这两个省份都属于多民族聚集，对于当地的文化和信仰的了解也是必不可少的。(一)气候与穿着:青甘环线大部分属于高原地带，夏秋季节早晚温差较大，游客在出行时需要备好针对不同天气的衣物，比如厚外套、雨具等，以备突发天气变化。一定要合理有规律的增减衣物，以免感冒，在高原地区感冒不容易好，会影响游玩质量；同时，也要做好防晒工作，携带太阳镜、防晒霜等防护用品，避免被强烈的紫外线照射引发皮肤问题。(二)尊重当地习俗：前往青甘地区，尊重当地的宗教和风俗习惯是非常重要的。部分地区有藏传佛教文化的影响，游客在参观寺庙、宗教场所时要保持谦逊、文明的态度，不得随意触碰或干扰宗教活动，以免引起不必要的纷争和误会。此外，当地人民的日常生活习惯和饮食习惯也有所不同，游客在就餐和交往时应尊重当地的风俗习惯，保持礼貌和友善。(三)饮食文化：青海属高原气候、干燥、早晚温差较大，所以饮食口味偏重，以咸辣为主。地方饮食以面食为主。炒菜多以川味为主。西北饮用水水质较硬，矿物质含量较多，如不适应可买矿泉水饮用。西北环线每天吃饭的时间不一定正点，可准备些小零食或者巧克力等高热量食品，水果最好也准备点，可以补充维生素，气候干燥一定要多喝水。甘青地区拥有丰富的特色美食，品尝美食时需要注意以下事项：1.卫生安全选择干净、卫生的餐厅或小摊贩。注意饭菜的新鲜程度和烹饪方式。2.尝试当地特色品尝当地特色菜肴，体验当地人的生活方式。尊重当地饮食习惯，不强求自己吃不惯的食物。3.食量控制青海牛羊肉为一绝，但不能无节制食用（易上火）。合理控制食量，避免过量进食。注意个人身体状况，避免食物过敏或者引起消化不良。(四)旅游装备:1.个人用品建议：保济丸、白花油、红景天等能够缓解高原反应。晕车药、感冒药等个人常备药物；身份证、少量现金、手机、充电器、充电宝等；各种门票优惠的证件：学生证、军人证等证件；适合旅途中食用的小零食等。2.防晒装备：遮阳帽，头巾，墨镜，手套，防晒霜，晒后修复面膜、补水乳液精华等。3.防寒装备：冲锋衣、头巾、口罩、围巾，手套、休闲运动裤、冲锋裤、速干裤、软底旅游鞋、徒步鞋、保温杯等。4.防雨装备：西北风大，雨伞不如雨衣实用，建议准备雨衣，也可以准备冲锋衣裤以及防水的鞋子。5.其它：坐垫（户外徒步休息神器），个人洗漱用品等。藏区住宿条件有限，也可以自备一套床单被套或旅行睡袋。在沙漠地区，要注意防沙和防尘，保护好眼睛和呼吸道。6.环线大部分属于高原地带，患有高血压、心脏病、气管炎、哮喘病的人，初到青海会有头晕、心跳快、气短等反应，因此，一定要带好一些防护药品。有下列病患的不宜入高原（严重心脏病，严重肺部疾患，严重肾脏疾患，严重肝病及贫血，有癫痫抽搐病史者）建议游客量力而行。(五)注意蚊虫叮咬：去青海湖、孟达天池等地方难免会有蚊虫，应该穿长衣长裤去游玩，游玩过程中要定时喷蚊怕水，万一被咬了不要轻易去挠，尤其是青海湖的蚊子比较毒，被咬之后发现有红肿不消的话一定要去医院找医生处理。(六)防范高原反应：环线平均海拔3000左右，一般人都能适应。高反是一个适应过程，有的人适应的快，有的适应的慢。很多轻微高反都是由于个人心理原因或休息不好造成的假性高反，可在来高原之前一两个月内服用红景天之类的抗高反保健品，会在到达高原一至两天内适应后逐渐恢复。甘青地区大部分地区处于高原地带，需要注意高原反应的预防和应对。1.高原反应预防提前适应高原气候，可选择缓慢上升的交通方式。饮食要清淡，避免食用辛辣和油腻食物。多喝水，保持身体水分充足。减少剧烈运动，避免过度劳累。2.高原反应应对休息:一旦出现高原反应症状，立即停止活动，休息片刻。补水:多喝温开水或饮用含有丰富电解质的饮料，如盐水、糖水等。氧气:可以使用氧气瓶进行吸氧缓解症状。3.16岁以下和60岁以上者，患有贫血、糖尿病和较严重的心脑血管疾病和慢性肺病者，精神疾病患者以及孕妇等不宜进入高原旅游。(七)住宿条件：西北地区属于欠发达地区，酒店的硬件设施及服务意识相对落后， 各方面条件暂时无法与内陆旅游发达地区相比较，同级别住宿酒店要比内地旅游发达地区差一些，酒店规模、大堂面积及装修相比地区差异明显。西宁、敦煌、张掖、祁连属于城市，住宿选择性较多。黑马河、大柴旦镇属于乡一级条件，基础设施不够完善，宾馆建筑多为两三层，所以来之前不要对黑马河住宿抱太大希望，做好心里准备，即便这样，旺季依然一房难求，一定要提前预定。(八)谨慎购物：1.买纪念品最好是到正规的商店买。购物要谨慎、理性。2.建议携带适量的现金 |