**北疆+伊犁+独库+南疆双飞13日行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 021750733264ED | **出发地** | 南京市 | **目的地** | 乌鲁木齐市 |
| **行程天数** | 13 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **出发地-乌鲁木齐**  7 月 5 日， 南京 T1-乌鲁木齐天山，CZ6972，17：35-22：40客人乘车前往机场， 乘机前往乌鲁木齐， 抵达后导游接机入住酒店。这里地大物博，热情的民风会感染你， 这里的一切会让您感受到不一样的风情， 休息放松心情准备开始愉快的旅程！ |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 乌鲁木齐亚欣亲子房 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **乌鲁木齐-天山天池 (110公里，约1.5小时) -沙漠公路-福海(390公里，约5.5小时)**  乌鲁木齐-天山天池 (110 公里， 约 1.5 小时) -沙漠公路-福海(390 公里， 约 5.5 小时)早餐后，前往“天山明珠”，古称“瑶池”的【天山天池景区】抵达后乘区间车（已含）上天池，游览石门一线、龙潭碧月、定海神针、东小天池、西小天池、悬泉飞瀑等天池八景，远眺博格达雪峰，尽情领略天山雪峰、湖泊的神奇魅力。天池是世界著名的高山冰碛湖，细细感受这神奇的高原翡翠。沿新晋网红公路 S21 乌阿高速，沿途沙漠腹地，绿植景观尽收眼底，【穿越古尔班通古特沙漠公路】一条集自然观光、 民俗风情、文化遗产旅游和休闲度假等为主体的沙漠公路！各种美景尽收眼底，感受西域新疆的博大、宽阔。抵达北屯后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 北屯辰际花园亲子房 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **北屯-布尔津(130 公里，约 2 小时) -禾木 (170 公里，约 3.5 小时) -贾登峪**  北屯-布尔津(130 公里，约 2 小时) -禾木 (170 公里，约 3.5 小时) -贾登峪早餐后， 乘区间车前往【禾木景区】沿途经原始白桦林， 额尔齐斯河、 哈流滩草原。欣赏禾木美丽的景色，禾木被誉为神仙的自留地，这里是全国八大摄影基地之一，这里有最原始的【图瓦村落】和【泰加林风貌】禾木村是一个被白桦树， 雪山和禾木河流包围的美丽村庄，自然风光原始，人迹罕至，可在禾木河边摄影拍照，徒步沿栈道赴平台观禾木村全景，仿佛置身世外，禾木被誉为神的自留地。前往观景平台拍摄【禾木全景】，登高俯瞰，烟雾缥缈之中，禾木村处于一种如梦如幻的状态。远观草原、雪峰与涓涓溪流，近览图瓦人家，在禾木村周围的小山坡上可俯视禾木村以及禾木河的全景。是拍摄日出、晨雾、木屋、禾木河的绝佳取景地。下午乘车前往贾登峪入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 贾登峪白桦林露台亲子房 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **贾登峪-喀纳斯景区-布尔津(120 公里， 约 2.5 小时)**  早餐后，乘车赴贾登峪沿途经过阿贡盖提草原青山绿水，参观游览【喀纳斯湖景区一进区间车】，沿喀纳斯河行驶，观赏【卧龙湾】、【神仙湾】 、【月亮湾】和【鸭泽湖】风光，中国有那么一个地方,不需要修图就可以当屏保,那么,这个地方一定是新疆的喀纳斯。 喀纳斯湖雪峰耸峙绿坡墨林，湖光山色美不胜收，被誉为“人间仙境、神的花园”。有人说，它是一个永恒、和平、宁静之地，神圣的雪山，幽深的峡谷，冰冻的湖泊，净如明镜的天空，古色古香的村庄，这里有着让人窒息的美丽，这就是传说中的“人间净土”喀纳斯。 喀纳斯湖风景区被誉为二十一世纪人类最后一片净土，在这里，晴朗的天空，壮观的冰川映衬着宁静的湖水、茫茫的草原包容着幽深的原始森林、美丽而神秘的喀纳斯湖，会让您在新疆感受到“大海”的辽阔，并且传说在喀纳斯湖会有“水怪”出没，这也给喀纳斯湖披上了一层神秘的面纱。乘区间车前往【观鱼台】位于喀纳斯湖西岸骆驼峰顶上，本为观“湖怪”而建，因此得名“观鱼台”。与湖面的 600 多米的高度差让这里成为俯瞰喀纳斯湖全景的最佳角度，不仅可将四分之三的湖面尽收眼底，还能观览湖周的层峦叠嶂、翠峰倒影。若举目北望，还能清楚地看到阿尔泰山的最高峰——友谊峰。所以，登观鱼台就成了来喀纳斯游玩的必做之事。乘车前往布尔津游览有着“一河隔两岸，自有两重天”独特魅力，吸引了无数旅游客的【五彩滩】风景独特的熔岩地貌，呈现紫、红、黄、绿、 白各种色彩的组合的泥岩、砂岩及砂砾。下午乘车前往布尔津酒店入住。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 布尔津环疆亲子房 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **布尔津-魔鬼城 (230 公里， 约 3 小时) -奎屯 200 公里， 约 2.5 小时)**  早餐后， 乘车前往乌尔禾游览神奇的雅丹地貌【世界第一魔鬼城 区间车】， 看大漠孤烟， 赏风蚀杰 作， 感叹大自然的鬼斧神工。乌尔禾魔鬼城就在克拉玛依地区的乌尔禾镇，这里曾经水草肥美，成吉思汗在 这里抓过野兔，留下“乌尔禾”的赐名。砂砾岩经过定向风长期吹刮形成的风湿沟槽，即为雅丹地貌。千奇百怪的形状，在镜头下究竟可以变出多少种，不得而知；观万台磕头机钻探石油的壮景，途观【克拉玛依百里油田采油区】 中国西部最大的石油生产企业，现为克拉玛依市区东角一座天然沥青丘--黑油山，成为中国西部第一个千万吨大油田。下午前往奎屯入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 奎屯云居亲子房 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **奎屯-赛里木湖(300 公里，约 4 小时) -六星街-伊宁(140 公里，约 2 小时)**  奎屯-赛里木湖(300 公里，约 4 小时) -六星街-伊宁(140 公里，约 2 小时)早餐后，乘车游览新疆最大的高山湖泊“天山蓝宝石”【赛里木湖 环湖】，碧绿澄清水像一块巨大的翡翠镶嵌在北天山腹地，静谧的天然生态环境不禁让游客由衷的啧啧赞叹。赛里木湖古称“净海”，湖面海拔 2071 米，东西长 30 公里，南北宽 25 公里，面积 453 平方公里， 蓄水量达 210 亿立方米，湖水清澈透底，透明度达 12 米。赛里木湖是国家级风景名胜区，是新疆大西洋暖湿气流最后眷顾的地方，有“大西洋最后一滴眼泪”的说法。途径新疆第一高桥【果子沟大桥（赠送）】，是目前国内首座双塔双索钢桁梁公路斜拉桥,也是新疆最高的公路大桥。体验旖旎的塞外江南风光。果子沟是伊犁地区的天然门户，是一条北上赛里木湖，南下伊犁河谷的著名峡谷孔道，在古代，这里是我国通往中亚和欧洲的丝路北新道咽喉，被成为“铁关”，同时也因为它宜人的风景被誉为“伊犁第一景”。前往【伊宁六星街】，六星街以其六角形街巷而得名，始建于上世纪 30 年代中期，由德国工程师瓦斯里规划设计。这里既有传统复古旧时光，也有异域风情新韵味，放眼望去都是蓝墙院与粉窗帘，玫瑰园与花篱笆，极具少数民族风和新疆特色，是来新疆伊犁旅游的一个绝佳好地方。在这里感受异域风情的碰撞，也可以自由打卡超有人气的老店古兰丹姆， 闲坐喝杯下午茶， 来份手工冰淇淋约会等等。晚上入住已经酒店。温馨提示： 若赛里木湖旅游车能开进去， 可省去客人排队等候区间车的时间， 区间车费用正常产生， 请悉 知！ |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 伊宁温州国际亲子房 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **伊宁-那拉提大草原（270 公里，约 3.5 小时）-巴音（80 公里，约 2 小时）**  伊宁-那拉提大草原（270 公里，约 3.5 小时）-巴音（80 公里，约 2 小时）早餐后，沿伊犁河谷赴那拉提，抵达后换乘景区区间车进入【那拉提空中草原 区间车】，参观那拉提景区最有名的空中草原，景色非常漂亮，独特的自然景观、悠久的历史文化和浓郁的民族风情构成了独具特色的边塞风光。游客可以自费骑马驰骋在草原之上，沐浴草原温柔和煦的阳光，呼吸微风中弥漫的花朵的芬芳，领略哈萨克族的自由奔放。穿越【独库公路中段】被誉为中国最美公路，被《中国国家地理》评选为“纵贯天山脊梁的景观大道”。 前往巴音入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 巴音九重天亲子房 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **巴音布鲁克大草原-独库公路南段-库车（独库公路换乘 7 坐商务车）**  早餐后，参观游览【巴音布鲁克大草原 区间车】（游览时间约 3 小时）巴音布鲁克大草原，蒙古语意为“富饶之泉” 。位于巴音郭楞蒙古自治州和静县境内，仅次于内蒙古鄂尔多斯草原，是中国第二大草原。【天鹅湖】是由众多相通的小湖组成的湖沼地。每年 4 月前后，大天鹅、小天鹅、疣鼻天鹅、雁鸥等珍禽鸟类陆续从南方飞回到这里繁衍生息，阳光下，天鹅、湖水、山峰、云影融成一片极为壮观的景致。【九曲十八湾】 巴音布鲁克草原最著名的风景之一就是“九曲十八弯”，也就是开都河在辽阔的草原上，画出的 美丽画卷，给人留下难以忘怀的记忆。九曲十八弯是指在草原上有山上流下来的雪水，弯弯曲曲，蜿蜒起伏形成了众多弯流，在阳光的照耀下变成了一道风景。穿越【独库公路-南段】，欣赏大龙池优美景色，小龙池玄天瀑布， 这被誉为中国最美公路。她是连接南北 疆的国防公路。 它横亘崇山峻岭、穿越深山峡谷， 有三分之一是悬崖绝壁， 五分之一处于高山永冻层， 跨越了天山近十条主要河流， 翻越终年积雪的四个冰达坂，堪称中国公路建设史上的一座丰碑。沿路可领略五里不同景、十里不同天的绝美风景。前往库车入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 库车万华国际亲子房 |
| **D9** | |
| **行程详情** | **库车王府-温宿大峡谷 （220 公里， 行车约 2.5 小时） -阿克苏 （70 公里， 行车约 1.5 小时）**  早餐后，前往【库车王府】位于新疆库车县城，是 1759 年清朝乾隆皇帝为表彰当地维吾尔族首领鄂对协助平定大小和卓叛乱的功绩，专门派遣内地汉族工匠建造而成。二十世纪初原“库车王府”仅存部分房屋和城墙，因而 2004 年库车县政府投资 1300 万元，根据达吾提·买合苏提的回忆，在原址重建“库车王府”。参观【热斯坦历史文化街区】是库车现存为数不多的还保存着民族特色的老居民区，这里的建筑五颜六色，历史悠久、原汁原味非常具有当地人文气息。这里是是库车市最繁华的民族风情街，是库车旅游必打卡之地，每逢重大节日和活动当地人便在此载歌载舞。前往【温宿大峡谷 区间车】温宿大峡谷是中国西部较美的丹霞地质奇景、中国较大的岩盐喀斯特地质胜景。温宿大峡谷有中国罕见的远古岩盐地质绝景、 中国西部奇特的雅丹地质怪景、 中国仅有的巨型岩溶 蚀地质秘境， 堪称新疆“活的地质演变史博物馆”。进入景区，犹如进入了一片精美雄浑的自然画廊。 峡谷中山壁岩层分布清晰，受挤压形成的褶皱，弯曲的线条十分清晰，断裂的岩石夹在山壁岩层中，在历经亿万年的风雨侵蚀后，形成了绝壁高耸、奇峰兀立、形态各异、 嶙峋怪异、色彩浓烈、千姿百态、五彩纷呈的奇特景观。下午前往阿克苏入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 阿克苏澜泰亲子房 |
| **D10** | |
| **行程详情** | **阿克苏-喀什古城-喀什（500 公里行车约 6.5 小时）**  早餐后， 乘车前往喀什。下午游览【喀什古城】 喀什古城历史悠久､文化丰厚､风情独特，素有“不到喀什不算到新疆，不到古城不算 到喀什”的美誉。 喀什老城位于新疆喀什市区中心，拥有百年历史，是喀什噶尔和维吾尔经典文化的代表 ，也是喀什乃至新疆有名的旅游景点之一。老城内的建筑大多充满了伊斯兰和维族风情，街道内纵横交错， 风 格统一，非常适合拍照。游客漫步其中，仿佛走进了中亚的异域，感觉十分神奇。【艾提尕尔清真寺】（周五礼拜日， 请避开周五） 艾提尕尔清真寺座落于喀什市艾提尕尔广场西侧，是新疆 也是全国最大的一座伊斯兰教礼拜寺。这是一个有着浓郁民族特色和宗教色彩的伊斯兰古建筑群，坐西朝东，由寺门塔楼、庭院、经堂和礼拜殿组成。晚餐后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 喀什饭店亲子房 |
| **D11** | |
| **行程详情** | **喀什-帕米尔高原-白沙湖-喀拉库里湖 （200 公里，行车约 4 小时） -石头城金草滩- 塔县（100 公里，行车 约 2 小时）**  早餐后，途经【帕米尔高原】位干中亚东南部、 中国的西端，地跨塔吉克斯坦、中国和阿富汗。“帕米尔” 是塔吉克语“世界屋脊”之意， 高原海拔 4000 米～7700 米，拥有许多高峰帕米尔高原。【塔什库尔干白沙湖】又叫恰克拉克湖，是从喀什去往塔什库尔干的必经之地，位于国道边上。这里因千百年来高原风沙侵袭，将周围的山侵蚀风化形成白色沙山，再由常年风吹导致湖中白沙堆积，故称之为“ 白沙湖”。 白沙湖湖面如镜，周围白沙如雪，景色令人震撼。位于喀什与塔什库尔干自治县中间，314 国道旁。风景秀丽，水天一色。乘车前往【卡拉库勒湖】，位于帕米尔高原喀什地区阿克陶县布伦口乡，她是世界上少有的高原湖泊。湖的四周有冰峰雪岭环抱，特别是周围的公格尔、公格尔九别峰和慕士塔格峰更为这个湖增添了神奇而美丽 的色彩。在风平浪静的日子里，皑皑银峰、绿色草原和湖边畜群倒映在湖中，异常优美。 因湖水碧蓝深幽 ，故名卡拉库勒。（卡拉库勒： 柯尔克孜语意为： 黑湖） 。喀什古石头城游览【喀什古石头城】汉代时，这里是西域三十六国之一的蒲犁国的王城。光绪二十八年，清廷在此建立蒲犁厅，对旧城堡进行了维修。城堡建在高丘上，形势极为险峻。城外建有多层或断或续的城垣，依石岗形势，用块石夹土垒砌，起伏屈折，略近方形，周长宽 1300 多米。隔墙之间石丘重叠， 乱石成堆， 构成独特的石头城风光。城垣城墙残高可达 6 米，顶部 1-3 米。西、北墙外存马面。 四角曾有望楼，已圮。游览【阿拉尔金草滩】包括丝路古堡广场、石头城文化景墙、演艺广场、 景观柱、纳依观景台、古城夕照看台、涌泉看台、亲水平台、木质栈道、跨度 50 米的惊险吊桥、观光水车等多种景态。晚上入住塔县酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 帕米尔亲子房 |
| **D12** | |
| **行程详情** | **塔县-盘龙古道-班迪尔蓝湖-塔曼河湿地观景台-喀什 （300 公里， 行车约 5.5 小时）**  早餐后， 乘车前往帕米尔高原上的【盘龙古道】位于喀什地区塔什库尔干塔吉克自治县瓦恰乡，是喀什地区有名的网红公路。公路盘山而建，其蜿蜒曲折连弯的特色车道，大有“九曲十八弯”之势，在山顶高处向下而看，蔚为壮观。盘龙古道全长 36 公里，最高海拔 4200 米，落差达 1000 米，公路从山顶到山脚共有 600 多道 S 弯。这 600多道弯完美演绎了魔幻、神奇、壮丽与刺激。当地流传着一句话“今日走过了人生所有的弯路，从此人生尽是坦途”。前往【班迪尔蓝湖】做为帕米尔高原的小众风景，雪山、蓝湖、荒野，仿佛来到了世界的尽头，这里湖水的 蓝色让我质疑是不是在地球。因此也被称作帕米尔高原“最蓝的湖”。【塔合曼湿地公园观景台】，位于国道中巴公路旁，站在观景台观看湿地非常壮观，令人震撼。从另一角度 欣赏慕士塔格峰与冰川融水孕育出的湿地草原。前往喀什， 晚餐后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 喀什饭店亲子房 |
| **D13** | |
| **行程详情** | **喀什-回程**  7 月 17 日， 喀什 T2-上海浦东 T1，MU6518， 14：35-20：10早餐后， 自由活动， 视航班情况送机， 结束愉快的旅程。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 不含 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 门票天池、 喀纳斯、禾木、五彩滩、乌尔禾魔鬼城、赛里木湖、那拉提空中草原、巴音+区间车、库车王府、温宿大峡谷+区间车、清真寺、白沙湖、喀拉库勒湖、金草滩石头城用餐 无用车 9 座改 7 座车，（接送机为普通车）导服 司机兼向导，无导游住宿5 晚五钻+7 晚四钻7.5 号 乌鲁木齐五钻： 亚欣亲子房 含早7.6 号 北屯四钻： 辰际花园亲子房 含早7.7 号 贾登峪四钻： 白桦林露台亲子房 含早7.8 号 布尔津四钻： 环疆亲子房 含早7.9 号 奎屯四钻： 云居亲子房 含早7.10 号 伊宁五钻： 温州国际亲子房 含早7.11 号 巴音四钻： 九重天亲子房 含早7.12 号 库车五钻： 万华国际亲子房 含早7.13 号 阿克苏四钻： 澜泰亲子房 含早7.14 号 喀什五钻： 喀什饭店亲子房 含早7.15 号 塔县四钻： 帕米尔亲子房 含早7.16 号 喀什五钻： 喀什饭店亲子房 含早机票7 月 05 日，南京飞乌鲁木齐，CZ6972，17:35-22:407 月 17 日，喀什飞上海，MU6518，14:35-20:10备注1、行程以为的一切个人消费需要自理2、行程中所有正餐需要自理 | | |
| **费用不包含** | 保险：请自行购买旅游意外险和航空保险正餐：所有正餐请自理 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 新疆旅游注意事项【关于时差】1、新疆地理位于东6区，北京位于东8区，因此新疆与北京等内地城市有2小时小时差，一天的生活安排比内地晚两个小时左右，日出晚两小时，日落也晚两小时。2、新疆的午餐时间在13.00-14.00左右。晚餐在20.00-21.00左右，因时差还没有调整过来的客人请提前准备零食。【景区相关】1、在景区内游玩需注意防火、环保，不要随意采摘植物，公共区域草坪禁止践踏、城墙等文物景点，危险地方请听从导游安排，不要攀爬，以免发生危险；2、新疆许多景区多为盘山路、路险、山区道路较窄，稍有不慎极易发生人身伤害，在此提醒广大游客进入景区前一定听从当地导游安排，在景区游览过程中不要拥挤，按景区指示牌行走、在旅游景区内乘区间车需在沿途车站候车，景区夜晚无路灯照明，夜晚请不要随意出行；3、乘坐景区小交通、游船或漂流时，请保管好自己的随身物品，以免丢失或落水。乘坐游船登船时，要听从工作人员安排，务必穿好救生衣，勿触摸水浪，以免发生危险；4、游览峡谷、山林等景观时、切勿靠近边缘地带、以免失足滑落、户外尽量穿长裤、以免树丛划伤、蚊虫叮咬。【最佳时间】1、北疆喀纳斯、禾木、可可托海等，最佳游览时间为5-10月份、冬季为阿勒泰地区滑雪黄金时节；2、伊宁那拉提大草原、巴音布鲁克大草原、喀拉峻大草原等，最佳游览时间为6-8月份；3、南疆喀什、库车、库尔勒、沙漠公路等，最佳游览时间为3-11月份；4、独库公路最佳游览时间为6-9月份；5、轮台胡杨林、泽普胡杨林等胡杨景区的最佳游览时间10月中旬到11月中旬。【气候提示】1、西北地域宽广，气候差异很大，新疆气候以温带大陆气候为主；2、新疆北部山区日照强度与昼夜温差较大。例如7-9月份：吐鲁番最高白天气温可以达到45度左右。喀纳斯夜间最低气温0度，最高白天可以达到26度左右。晚上睡觉时应将空调开到适合温度，不要过凉，不要睡觉时不盖棉被，以免造成身体不适；3、天山山区夏季平均气温为18-24°左右，高海拔地区夜间温度10°以下，注意穿衣，4、新疆日照强烈，风沙大，防晒防沙用品也必不可少。例如：太阳镜、遮阳帽、防晒霜、润唇膏、纱巾、雨伞等。 【着装提示】1、早穿皮袄午穿纱 围着火炉吃西瓜”是新疆气候的真实写照，早晚温差比较大、随身携带补充衣物；2、夏天建议带短袖、长袖、外套、长裤、中裤、裙子等；春秋天建议带长袖、长裤、厚外套、棉袄、羽绒服、抓绒衣、毛衣、秋衣秋裤等；冬天建议带长衣、长裤、厚羽绒服、抓绒衣、毛衣、保暖等；【住宿提示】1、新疆的住宿条件相对于华东地区较差，会低到一到两个等级，贾登峪/禾木/那拉提/巴音/特克斯等地区偶尔会出现停水停电的状况，请客人提前做好心理准备；2、贾登峪/禾木/那拉提/巴音/特克斯等地基本没有空调，早晚温差大，可能还需要盖薄的被子；这些地区的酒店没有太阳能，大部分使用热水器，所以洗澡的话需要间隔半小时左右；3、新疆部分地区早餐较为简单，其中贾登峪/禾木/那拉提/巴音/特克斯等地的早餐大多以粥、馒头、咸菜、鸡蛋等为主，有需要的客人请提前自行备好牛奶、面包等，以方便食用；4、贾登峪/禾木/那拉提/巴音/特克斯等地需要在入住酒店吃一个正餐方可赠送第二日的早餐。5、酒店提供的洗漱用品质量不是很好，也会出现酒店不提供洗漱用品的情况，因此建议大家自己携带洗漱用品，敬请谅解！【饮食提示】1、新疆是水果之乡，到新疆吃水果是一大乐事，但千万不要在吃完水果后再喝热茶水，以免引起腹泻；2、新疆西北气候干燥，饮食口味浓重，喜辛辣。饮食主要是以肉食和面食为主，应多吃蔬菜做为调节、不得暴饮暴食，不得酗酒；3、乌鲁木齐的饮食比较丰富，其他地方则以清真餐为主，如有特殊需要，请提前通知或自己做些准备。4、新疆地区饮食多以牛羊肉为主。旅游过程中，沿途接待条件有限，中途午餐有时候会较为简单，多以民族餐馆为主，但是晚餐会尽量安排丰富,请谅解。5、西北地区由于地域辽阔，景点之间车程较长，正餐可能不在正常的吃饭时间点，建议大家每天备一些干粮在车上，以备不时之需。【路程提示】1、新疆地大物博，新疆的面积是160万平方公里，占中国面积的六分之一，各景点之间距离较远，车程时间较长，每日开车时间平均在6-8小时；2、新疆大部分道路限速80公里/小时，还有少数公路限速40-60公里/小时，行车切勿超速、避免引发交通事故。3、新疆由于路途相对较为艰辛，各项条件比不上东部发达地区，但是有不同于东部的鬼斧神工的自然风光，希望大家对西北旅行有合理的心理预期。4、新疆山路较多，请在乘车中一定系上座位上安全带。【民俗宗教】1、新疆少数民族多，少数民族主要信仰伊斯兰教，为避免争端，尽量不要讨论宗教信仰问题；2、做礼拜是伊斯兰教信徒生活中最重要的一部分。穆斯林每天做五次礼拜，每周五要做聚礼，每年开斋节和宰牲节都要做礼拜。在看他们做礼拜的时候绝对不要喧哗和在周围走动；3、不要在穆斯林餐厅或聚居区抽烟、喝酒、吃猪肉，说猪字，这都是伊斯兰教义所禁止的；4、信仰伊斯兰教的民族是不吃猪肉的，这是他们在生活中最大的禁忌，绝对不可以冒犯，因此，旅游者应注意不能在清真餐厅携带或吃有关猪肉的食品，或者公开谈论有关猪的事情，以免造成不必要的麻烦。【防护提示】1、在旅游期间务必配合导游工作，遵守活动时间。上下车时要注意检查自己的随身携带贵重物品，不要遗漏在车上或酒店内。2、游玩途中贵重物品请游客随身携带或自行寄存入住酒店的前台，就寝时请悉心检查门窗是否关好。3、疫情当下，请出行游客出门前佩戴好口罩注意防护。【娱乐提示】1、体验娱乐项目时，请保管好自身携带物品，以免丢失；2、若客人体验骑马或者骆驼时，请温柔骑乘，不要大声呼喊，用力踢踏，以免让动物受惊，避免不必要的麻烦；3、切勿围观骆驼、马，保持安全距离，马、骆驼极易收到惊吓、动物受惊会踢伤人群、甚至威胁生命安全。【备用物品参考】行李用品：拉杆箱、小背包。防晒用品：太阳镜、遮阳帽、防晒衣、防晒霜。 常备用药：感冒药、肠胃药、创可贴、防蚊水。护肤用品：保湿润肤水乳，护手霜，护唇膏。 摄影设备：数码相机、手机及充电器。 其他物品：保温杯、雨伞。以上物品仅为参考、根据个人情况携带。【购物提示】1、在新疆买东西，当地人是按公斤计价，在购买称重商品时请落实报价是公斤价还是市斤；2、在新疆大巴扎向维吾尔族买东西，讲价要适可而止，任何时候都要态度和蔼，避免争端；3、在巴扎（集市）购买旅游纪念品时，请在确定购买后再进行讨价还价。如果交易不成，也请注意文明礼貌。最好在购买前先请导游推荐一些购买场所，玉石等贵重物品最好在指定商场购买。4、在旅游点有许多流动的摊贩，兜售旅游纪念品，如不需要买，尽量不要与这些商贩纠缠，如需要购买，最好先征求导游意见，问清大概价格，以免上当。5、在我们线路安排以外的任何购物场所购买的物品，请自行与商家进行交易确认和售后服务。【其他】1、新疆是属于西北地区，经济较内地有所差别，所以吃住行较内地有所差异，敬请谅解；2、因新疆地域辽阔，坐车时间较长，在很多情况下，须旅游者下车行走或亲自体验骑马、骑骆驼的乐趣。所以，一双合适的鞋显得尤为重要；3、新疆气温虽较内地略低，但因新疆很多地区海拔较高，紫外线照射强烈。所以旅游者应准备充足有效的防晒品，同时配备清热、解渴、滋润的药物或冲剂，如夏桑菊冲剂等，以免一时难以承受过于干燥和酷热的气候。要是有晕车的旅客请自备晕车药；4、在新疆旅游，因行程较长，气候差别较大，旅游者一时难以适应，可能会出现水土不服症状，旅游者应携带有关药物及一些常备药物，如创可贴、感冒药或治疗肠胃不适药物等；5、新疆是一个多民族的大杂居小聚居的地方，民族之间关系非常融洽。现在新疆管理很严格，新疆各族人民都反恐，关卡检查也很多，因此到新疆旅游请放心治安问题。6、新疆大部分地区海拔不高、不会有高原反应、无需携带吸氧设备。 |