**西藏定制双卧12天行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | DLCT1748416697XD | **出发地** | 北京市 | **目的地** | 拉萨市 |
| **行程天数** | 12 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 全程4钻酒店 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **北京-拉萨**北京出发乘坐Z21次高原列车前往圣城拉萨。参考车次：北京-拉萨Z21（19:55/12:29+2）交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：无 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 火车 |
| **D2** |
| **行程详情** | **沿途风光**沿途观光欣赏西北风情，并逐渐适应高原交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：无 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 火车 |
| **D3** |
| **行程详情** | **抵达拉萨，高原适应性休息**抵达拉萨→接站为远方而来的您献上洁白的哈达→入住酒店→适应高原性气候。（拉萨海拔约 3658 米）交通：火车/汽车 |
| **用餐** | 早餐：无 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D4** |
| **行程详情** | **拉萨-拉林高速一巴松措一林芝**早上从拉萨出发，经拉林高速（景观大道-颜值最高的高速公路），一路饱览高原美景。前往西藏的江南—林芝。中途游览巴松措景区、徒步湖心岛，之后去往索松村或林芝入住休息。【巴松措】西藏第一个AAAAA级景区，是红教的一处神湖和圣地，湖面海拔 3700 多米，纯净碧绿的湖水在蓝天白云的映衬之下显得格外的迷人，走过浮桥登上湖心小岛来到观景台，凭栏临风登高揽胜足以让你陶醉其间，岛上古老的措宗寺是宁玛派的著名寺院， 建于公元 13 世纪，距今已有 1500 多年的历史。【索松村】观看中国最美山峰-南迦巴瓦峰的最佳地点，坐落在几百米高的山崖上，山下是激昂的雅鲁藏布江，抬头便是神山南迦巴瓦，每一个人到达此处，无不感叹大自然的鬼斧神工。春天时节，索松村犹如被雪山和桃花包裹起来的世外桃源， 忙碌的农人、转经的老人、悠闲的牛羊、自在的飞鸟…， 一幅完美的桃源村居图。【拉林高速】这是西藏历史上颜值最高的公路，被誉为生态通道、绿色长廊、景观大道。总里程约410公里，车程约5小时，它沿着美丽的尼洋河一路南下，途经雪山、森林、河流、湿地到藏寨、农田、草原…一切能想象到的高原美景，都能遇见。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 林芝 |
| **D5** |
| **行程详情** | **林芝-雅鲁藏布大峡谷一鲁朗林海一鲁朗小镇一鲁朗**早餐后车观雅鲁藏布大峡谷，之后前往色季拉山口，打卡川藏线的地标，远观鲁朗林海，遥望南迦巴瓦峰，然后返回林芝！雅鲁藏布大峡谷北岸：是青藏高原最具神秘色彩的地区，被评为世界上最深、最长、海拔最高的的大峡谷，由于高峰和峡谷咫尺为邻，几千米的强烈地形反差，构成了堪称世界第一的壮丽奇观。色季拉山：色季拉山位于八一镇的东南侧， 是318川藏线上有名的地标。鲁朗林海交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 鲁朗 |
| **D6** |
| **行程详情** | **鲁朗一色季拉山口-卡定沟-拉萨**早餐后出发前往卡定沟景区，之后经拉林高速返回拉萨。【卡定沟】 又名嘎定沟，位于林芝市境内，G318林芝至拉萨段，距离巴宜区驻地24公里处，海拔2980米，地处雅鲁藏布江支流尼洋河畔。卡定藏语译为人间仙境，此处山势险要高耸入云，是典型的峡谷地貌，奇峰异石古树参天，落差近200米的瀑布飞流直下雄伟壮观，山崖天然形成的大佛、女神、观音、护法、如来佛祖、喇嘛颂经、神龟叫天、神鹰献宝、酥油灯，以及藏文“六字真言”佛字等；清新自然的天然氧吧将使您无限陶醉交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D7** |
| **行程详情** | **拉萨一羊卓雍措一卡若拉冰川-拉萨**早餐后从酒店出发，前往西藏最美的圣湖-羊卓雍措半环湖游览、离公路最近的冰川-卡若拉冰川（藏语：最美的天堂在心里），下午返回拉萨。【羊卓雍湖】 羊卓雍错藏语为“碧玉湖”，是喜马拉雅山北麓最大的内陆湖泊，西藏的三大圣湖之一，湖岛上，黄鸭、灰鸭、黑颈鹤、天鹅成群接队，时起时落；远处山峰白灰银甲，湖光山色，交相辉映，无比妖娆。生活在湖边的人们，用“天上的仙境，人间的羊卓 ”来赞美她。湛蓝的湖水与远方的雪山连为一体，加上两岸各色的山脉、极具特色的藏民族村落、遍地的牛羊，一路走来，心旷神怡。【卡若拉冰川】卡若拉冰川背靠西藏四大高峰之一的乃钦康桑峰（7191米）南坡， 巨大的冰川从山顶云雾飘缈处，一直延伸到离公路只有几百米的路边，晶莹幽蓝，在阳光的照耀下，犹如一副巨型唐卡挂在山壁上，熠熠生辉。先后有电影《红河谷》、《云水谣》等在此拍摄外景， 参观完后返回拉萨入住酒店。温馨提示：1、羊湖景区有很多藏民携带藏獒犬在此处，您的相机请不要对着他们及藏獒犬拍照 、否则会收取费用。尽量不要去与藏獒合影，容易发生安全事故！2.当日行程有时可能会先去氧气服务中心，客人根据自身的身体状况选择是否租用氧气，如当时租赁客人多还需要等待、 请周知！3.司机会根据客人的要求，特别安排客人自行到羊湖湖边深度体验游览、触摸圣水！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D8** |
| **行程详情** | **布宫-大昭寺一自由活动一拉萨**今日属于半自由行，游览布达拉宫后，请步行（约20多分钟）前往游览大昭寺、及八角街，最后自行打车回酒店。（布宫参观时间由管委会随机排出，不受旅行社控制，游客须听从安排，不得提出时间要求）， 大昭寺只能提前一天由游客自己手机网上预约，次日才能参观！【布达拉宫】 布宫始建于公元7世纪的吐蕃王朝时朝，是世界海拔最高的古代宫堡式建筑、年轻的吐蕃王朝开创者松赞干布统一周边部落，迁都拉萨城，建立了宏伟的布达拉宫原型。五世喇嘛在布达拉宫原有的旧址上重新修建了现在的布达拉宫白宫和几十年之后由摄政王桑结嘉措修建了现在的红宫，并把旧西藏的政治中心搬到此处，让这座宫殿再次成为西藏的政治权力中心，在所有藏族人的心中有着神圣的地位。【大昭寺】 藏传佛教独一无二的庄严圣地，如临佛土，如见真佛！见证信仰的力量，寻觅久远的传说！触摸拉萨的灵魂！大昭寺距今已有1350年的历史，是拉萨最古老的寺庙，至今仍然是整个藏区地位崇高的中心寺。寺内供奉有释迦牟尼12岁时的等身镀金像，及松赞干布和文成公主、赤尊公主的塑像。广场有很多藏民，手拿转经筒，围着大昭寺顺时针转经；门前每天有很多信徒磕长头、是感受西藏氛围的最佳打卡地。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D9** |
| **行程详情** | **自由行一天**自由行交通：无 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D10** |
| **行程详情** | **送站**送站交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 火车 |
| **D11** |
| **行程详情** | **火车上**沿途观光交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：无 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 火车 |
| **D12** |
| **行程详情** | **抵达北京**返回温馨的家 |
| **用餐** | 早餐：无 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 家 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1/住宿:全程四钻含氧酒店(三人间或加床)2/餐:酒店含早，正餐自理3/用车:7座别克4/景点:所列景点首道大门票+必消景交，年龄或证件优惠现退5/司机兼向导，协助安排房餐门票，不负责讲解(已含餐补)6/大交通:北京拉萨往返火车软卧（两张下铺一张上铺，在一个洞） |
| **费用不包含** | 非包含外的其他一切消费自理 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、必须要守时，按照领队或驾驶员要求的时间，准时起床，集合，出发。对于不守时的队员，超过 15 分钟视为自愿放弃后续行程，可以按照《退款标准》退还还未产生的费用。退团之后的安全和费用问题，队员自理。发生任何问题与我公司操作方无关。2、对于脾气大，充满负能量，喜欢埋怨，抱怨，指责，斤斤计较的队员，请慎重报名，如果出现影响整个团队气氛的情况，领队或驾驶员有权根据实际情况劝其退团。如果不听警告，领队或驾驶员有权要求强制退团。3、第一排座位留给领队或导游（无导游忽略此条），方便安排行程中的诸多事宜。其他的座位，原则上应让老人、小孩儿优先选位。如果没有需要特殊照顾的队员，座位逐个轮流乘座。4、我们为队员们提供了性价比高的住宿，尽管如此，队员们应该有充分的心理准备，沿线宾馆多未评定星级， 特别是处于高原地带，水、电资源缺乏，有时候也会遇到停水、停电的情况，请提前准备好手电筒或者头灯， 要做好不能洗澡、洗头、洗脸的准备，几乎所有宾馆，都没有电梯和提行李服务，敬请自理。设施不全，没有一次性酒店用品配备有限。5、原则上没有特殊原因，不能更改住宿地点。如果全团同意更改住宿地点，原定住宿不退，新产生的住宿费用由队员承担，新产生的司机和领队住宿由队员 AA。6、本次行程全程在高原行驶，路程长，路况复杂，车辆很可能会出现抛锚的情况。如果出现抛锚，请队员们耐心等待或者一起努力解决。正常解决的流程为：如果车辆 2 小时内无法修复，为了不影响行程，我们会调用当地车辆进行临时转运，转运车辆以小型面包车为主，舒适度不高，转运费用由我们支付，直到车子修好。对于拒绝使用转运车的队员，视为该队员自愿放弃行程，我公司将退还没有产生的住宿费和门票，合同终止。7、如果遇到堵车，交通管制，以及其他不可抗力等因素，无法赶到原计划预定住宿点，预定的住宿费用不退， 临时产生的住宿费用由队员承担，队员不承担司机领队的住宿。8、原则上不走夜路，但因为路况和天气情况复杂，西藏段内全段限行，偶尔可能会出现走夜路的情况。如果队员拒绝走夜路，要临时住宿，所产生当天已经定好的住宿费用不退，新产生的住宿费用队员自己承担。如果需要延长行程，所延长行程的相关费用也由队员承担。9、司机或领队职责主要是为队员安排住宿，协调用餐，带路，协调控制景区游览时间，在队员遇到危急时刻，为队员协调联系处理各种意外事情；领队不是医生，也没有医疗的资质，对队员出现的身体不适，建议就近就医， 不要依赖于司机或领队治疗。10、此线路全程在藏地高原行驶，长时间没有信号属正常情况（电信的最好，移动的第二，联通的基本不好， 网络也是一样），请队友不要着急；住宿地方的 WIFI 间歇性发作，有时候能用，有时候不能用。11、进入藏区后，除了加油站和宾馆内，所有的厕所均要收费，1-3 元不等。遇到收费的厕所，主动交费；在没有厕所的区域，可以在干净有遮挡的地方解决个人问题，但必须避开河流、经藩、玛尼堆、菩提塔等殊胜场所；没有遮挡的地方，请自带雨伞等遮挡物，自行进行遮挡。12、在藏地摄影时，请尊重当地的管理规定和民风民俗，对于关卡，桥梁，军事管理区，私人住宅，寺庙，法事， 以及其它各种有拍摄禁忌的地方，请不要拍照，如果强行拍照，可能会造成相机被没收或者更严重的后果， 由此造成的不良后果和影响，队员自负；在藏地景区或景区附近拍摄藏民，藏獒，牦牛，大多是要收费的， 建议不要拍摄这些素材，或者爽快付款。在牧区，寺庙，或者其它场所拍摄人像时，尽量能得到他人同意， 如果遭到拒绝，请停止拍摄；在旅行过程当中，是否能出好片，是天气/光线/季节等综合因素决定的，完全拼人品，但团队不可能因为某个景点未拍到满意的片子而增加停留时间。如果对摄影要求过高的队员，建议直接报专业摄影团。以上内容请仔细阅读，最后祝各位队友旅程愉快，扎西德勒！ |
| **温馨提示** | ★ 因政策所限此线路仅限大陆户籍公民以及港澳人士前往，敬请谅解！代他人报名者也请核实代报人的身体状况。如果报名者或者代他人报名者隐瞒报团者情况造成的后果，由参团者自行承担。★ 如参加散客拼团，无法保证准确成团人数。行程里“路程状况”的数据均为参考数值，不能作为投诉依据。 ★ 以上行程仅供参考，在不减少景点、与队员商议后，我方可以调整游览参观顺序；★ 如有标注为“赠送”的项目自愿放弃或因组织方不可控等原因导致无法安排，费用不予退还。★ 因政府政策性调价，增加的费用由客人自行补齐差价。如产生其他费用则由客人在当地现付。★ 有代出机票之客人请注意：机票一经确认出票，便不得签转、更改、退票，敬请谅解.如遇不可抗力事件发生时，客人须听从我方的安排，控制损失的降低，不得无故将损失扩大。★ 如因为人力不可抗拒因素（如塌方、泥石流、路桥被毁、航班延误、国家政策、战争、瘟疫、交通管制、堵车等）导致不能履行合同和旅程变化，我公司不承担相关赔偿责任；由此导致增加的费用由队员自理，减少或没有产生的费用，只退门票及餐费！★ 在行程当中，队员应保护自己的贵重财物，如果出现遗失，损失队员自己承担。如果因为财物遗失等原因， 队员需要留下来自行处理的，队员需要签定《脱团协议》，额外产生的费用自理。未产生的费用只退门票费！★ 为了确保游客旅途愉快，保障游客人身安全，请各位尊敬的游客抵达旅游地后，一切活动听从我公司司机或领队安排。如有客人擅自离团或参加其他团体，我社视为合同提前终止，须向我社工作人员做出事先书面说明，余下行程我公司将不退还任何费用，由此引起人身财产安全问题我公司一概不负责！★ 我公司解决投诉依据客人在当地所签的“宾客意见书”为准。请提醒队员认真填写，如因队员原因当地未签，或未在团上提出异议，我公司则视为满意，返程后如再提异议，我司将不予处理,敬请谅解！ |
| **退改规则** | 1、出团前个人原因退团：出团前 15 天或以上退团，扣除已发生的费用，余下定金全退；出团前 14-8 天内退团，扣除已发生的费用，余下定金退 50； 出团前 7 天以内退团，全部定金不退；节日及黄金周：出团日期当中跨有节日及黄金周的团队，无论何时何地何种方式退团，所有费用不退。2、行程开始后无论任何原因退团，只退未预定的门票费；其它费用概不退还！3、行程中，如因不可抗力不能继续行程，全团需要统一意见，可以有三种选择：A、改变线路，如与原线路的里程和路况相近，费用不变。如与原线路里程和路况不同的，费用多退少补。B、原路返回，原路返回按照实际产生的费用计算，多退少补。C、在当地完团，按照实际产生的费用+领队和驾驶员返空的费用，多退少补。 |