

**2025-【秘境·甘南+阆中古城】双飞8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SK17490251479W | **出发地** | 北京市 | **目的地** | 阆中市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 06-15 北京首都T2-阆中古城 HU7883 07:55-10:4006-22 阆中古城-北京首都T2 HU7884 12:30-15:00 | | | | |
| **产品亮点** | 北京独立成团 · 真纯玩·零自费·全程一车一导住宿安排： 全程5晚携程3钻酒店+升级1晚携程4钻住宿+1晚舒适型酒店精心设计：独辟蹊径，兼顾热门与小众，串联甘南+陇南+天水+阆中，陕川甘三省环线游览一次远离城市喧嚣的旅行；全程绝世美景：叹九色甘南，享陇上江南，扬草原牧歌，观长河落日，穿峡谷秘境，看云卷云舒；走进梵天净土，畅游世界遗产，瞻仰始祖故里，漫步四大古城；沉醉于纯洁与圣地之间。一次旅行，一生铭记！特别安排：若尔盖草原住宿，高原湿地草原 /陇上“小九寨”官鹅沟/“人间伊甸园”“巨石宫殿”扎尕那风景区/陇上江南陇南2晚住宿/鸡鸣三省-青木川古镇 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **北京首都机场-阆中古城机场-青木川古镇-陇南**  膳食：中 住宿：陇南◆参考航班 ：北京首都-阆中古城 HU7883 07:55-10:45北京首都机场乘坐飞机前往阆中 ，抵达后集合前往阆中 ，抵达后导游接站 ，乘车至陕甘川三省交界处的【青木川古镇】 （ 200公里/3小时 ，游览2小时 ，免大门票 ，景区内收费小景点门票自理 ， 自愿消费） ，青木川是一座充满传奇故事的历 史古镇。古镇发轫于明中叶 ，成型于清中后期 ，鼎盛于民国 ，是羌汉杂居地区。古老的青木川古镇 ，历史文化源远流长 ，人文古迹内涵深厚 ，古朴庄重的建筑 ，风格独特 ，典雅精致 ，不仅是建筑史上的杰出成就 ，更是历史文化的传承， 记载了我国的历史传统和文化特色 ，后前往陇上江南陇南入住。交通：飞机景点：阆中古城 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：团队午餐； 晚餐：X |
| **住宿** | 陇南酒店； |
| **D2** | |
| **行程详情** | **陇南-官鹅沟-腊子口战役遗址-迭部**  膳食：早中晚 住宿：迭部◆酒店早餐后 ，乘旅游车前往宕昌县游览国家4A级旅游景区 ，“西北小九寨”【官鹅沟国家森林公园】（游览时间3小 时 ，含70元电瓶车费） ，这里集森林景观、草原景观、地貌景观、水体景观、天象景观等自然景观和人文景观于一体， 湖泊如珠、峡谷如线、瀑布如织 ，动植物分布多样 ，生态环境优美 ， 自然景观奇特 ，被专家誉为最有观赏价值的“地质 公园” 。游览完毕后乘车途经著名革命遗址 ，长征著名战役地【天险腊子口】（ 58公里/1.5小时 ，游览时间30分钟）， 腊子口位于甘肃省甘南藏族自治州迭部县东北部 ，是川西北通向甘南的门户 ，历来是兵家必争之地。腊子口周围是崇山 峻岭 ，东西两侧都是100多米高的陡峭石崖 ，如刀劈斧削一般 ， 中间是一个宽8米左右的隘口 ，腊子河从峡口奔涌而出， 抬头望去 ，只见一线青天 ，地形险要 ，易守难攻 ，可谓是“一夫当关 ，万夫莫开”。腊子口战役是军事史上以弱胜强、 出奇制胜的著名战役 ，也是红军长征进入甘肃境内最关键的一仗。此次战役 ，红军突破了长征中的最后一道关口 ，为顺 利进入陕甘地区开辟了通道。参观纪念在腊子口战役中光荣牺牲的革命先烈和战役的辉煌胜利的【腊子口纪念碑】 。后 乘车至至【迭部县】（ 100公里/2小时 ，海拔2400米） ，晚餐后入住酒店。交通：汽车景点：官鹅沟国家森林公园+腊子口纪念碑 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：团队午餐； 晚餐：团队晚餐； |
| **住宿** | 迭部酒店； |
| **D3** | |
| **行程详情** | **扎尕那-郎木寺-黄河九曲第一湾-若尔盖**  膳食：早中晚 住宿：若尔盖◆早餐后 ，前往参观游览“天然石城 ，人间仙境”【扎尕那】（车程约0.5小时 ，游览时间2.5小时）扎尕那位于甘肃省迭 部县益哇乡 ，“扎尕那”是藏语 ，意为“石匣子”扎尕那山位于迭部县西北34公里处的益哇乡境内 ，是一座完整的天然 “石城”地形既像一座规模宏大的巨型宫殿 ，又似天然岩壁构筑的一座完整的古城。 山势奇峻、 景色优美 ，犹如一座规 模宏大的石头宫殿 ，这片世外桃源虽然早在近百年前就被地理学家洛克誉为亚当和夏娃的伊甸园 ，但至今仍是一块处女 地。扎尕那村寨静谧 ，宛若仙境 ，袅袅炊烟 ，从木质板房升起 ，融进缥缈的云雾中。后乘车前往“东方小瑞士”之称的【郎木寺】（车程约2小时 ，游览时间1.5小时） 郎木寺坐拥在海拔3480米的高原之 上。寺庙分为两部分 ，一是四川达仓郎木寺寺院 ，又称格尔底寺 ，包括虎穴、仙女洞、 郎木寺大峡谷以及肉身佛舍利等 ，而另一部分为甘肃寺院 ，又名赛赤寺。两座寺院隔着小溪相互守望 ，形成了一幅宗教与自然相融的画卷。在郎木寺 ，游客可以参观大雄宝殿、金顶、经堂等主要建筑 ，感受浓厚的宗教氛围。大雄宝殿内供奉着释迦牟尼佛像 ，殿内的 壁画和雕塑工艺精湛 ，令人叹为观止。后乘车前往【黄河九曲第一湾】（车程约2.5小时 ，游览时间2小时 ，景区有配套娱乐设施观光扶梯60元/人自愿自理） 。天下黄河九十九道弯 ，最美的自然景观要数第一弯和壶口瀑布。这两处景观被誉为神奇的九曲黄河立体大乾坤地 图 ，它是黄河流经这两处景观时形成的一个S形大弯道 ， 因其在地图上恰似《周易》 中阴阳太极图 ，故而誉为。黄河于 此段流程中 ，为四川与甘肃之界河 ，河西为甘肃 ，河东为四川。黄河自甘肃一侧来 ， 白河自黄河第一湾湾顶汇入 ，型如 "S"型 ，黄河之水犹如仙女的飘带自天边缓缓飘来 ，在四川边上轻轻抚了一下又转身飘回青海 ，故此地称九曲黄河第一湾 ，游览结束后乘车前往若尔盖县入住酒店。温馨提示：1、甘南海拔较高 ，一般游览的海拔都在3000米左右 ，如需氧气瓶或抗高反药物 ，请自行提前准备；2、郎木寺镇达仓郎木寺以观赏自然风光为主 ，寺庙殿堂不定时对外开放；3、在当地需要尊重少数民族的信仰和习俗 ，进入寺院大殿前需要脱帽 ，进入后不能喧哗 ，不可以直接用手指指佛像，所有殿内不可以拍照。交通：汽车景点：扎尕那+郎木寺+黄河九曲第一湾 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：团队午餐； 晚餐：团队晚餐； |
| **住宿** | 若尔盖酒店； |
| **D4** | |
| **行程详情** | **若尔盖大草原-花湖-郭莽湿地-桑科湿地-合作**  膳食：早中晚 住宿：合作早餐后 ，乘车前往花湖景区 ，游览【若尔盖大草原】若尔盖 ，这里是一方圣洁的雪域 ，一片神奇的土地 ，若诗若画 ，如 梦如幻 ，让人流连忘返。 中餐后 ，乘车前往“若诗若画若尔盖”【花湖】（车程约40分钟 ，游览时间2小时 ， ）花湖位 于四川若尔盖和甘肃郎木寺之间的213国道旁 ，是热尔大坝草原上的一个天然海子。热尔大坝是我国仅次于呼伦贝尔大 草原的第二大草原 ，海拔3468米。热尔大坝上有3个相邻的海子 ，最小的叫错尔干 ，最大的叫错热哈 ，花湖是居中的一 个。花湖四周数百亩水草地就是高原湿地生物多样性自然保护区。简单 ，安静 ，却让人燃烧 ，这就是花湖 ，妖娆的花湖。花湖很大 ，镶嵌在浩原沃野、广袤无垠的若尔盖县热尔大坝草原中间 ，如明珠般耀眼。继而乘车前往【郭莽湿地】（车程约1.5小时 ，游览时间0.5小时）郭莽湿地位于甘肃省碌曲县尕海乡213国道旁 ，海拔 3562米 ，是黄河最大支流洮河的发源地和水源涵养地 ，在黄河流域生态涵养和水源保护中具有重要意义。后乘车前往夏 河县。前往【拉卜楞寺】（车程约1小时 ，游览时间1.5小时）拉 卜楞寺是藏语“拉章”的变音 ，意为活佛大师的府邸。拉 卜楞 寺在历史上号称有108属寺。是甘南地区的政教中心 ， 目前拉卜楞寺保留有全国最好的藏传佛教教学体系。拉 卜楞寺下 设六大学院 ，其中一个显密学院 ，五个密宗学院。拉卜楞寺成为一个具有6大学院 ，48座佛殿和昂欠（活佛住所），500多座僧院的庞大建筑群体 ，列居格鲁派六大寺院之一 ，在安多地区有“卫藏第二”之称 ，享有极高的声誉。在这 里 ， 随处可见虔诚的信徒 ，他们或低眉沉思 ，或合十祈祷 ，那份对信仰的执着与坚持 ，让人动容。红衣僧人们穿梭其 间 ，他们的存在 ，不仅为这座寺庙增添了浓厚的宗教氛围 ，更成为了信徒们心灵的慰藉。游览结束前往合作入住酒店。 温馨提示：拉扑楞寺参观要求不得穿短裙、短裤等进入寺院；不得触摸、乱动经堂内的佛像、法器、供品等；不得在僧人诵经、辨 经期间大声喧哗、聊天、打闹；禁忌逆转佛塔经轮。交通：汽车景点：若尔盖大草原+花湖+郭莽湿地+拉卜楞寺 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：团队午餐； 晚餐：团队晚餐； |
| **住宿** | 合作酒店； |
| **D5** | |
| **行程详情** | **米拉日巴佛阁一-美仁大草原-经幡隧道-冶力关大峡**  膳食：早中 住宿：天水◆早餐后 ，乘车前往【安多合作寺院米拉日巴九层佛阁】 (车程约10分钟 ，景区免门票 ，如登佛阁20元/人自愿自理 ，游 览时间0.5小时)米拉日巴佛阁建筑宏伟 ，外观金碧辉煌 ，色彩浓烈 ， 内部更是绘满了精美的壁画 ，展示了藏传佛教的丰富内涵和深厚底蕴。佛阁共有九层 ，每一层都代表着不同的教派和佛教理念 ，供奉着不同的佛像和主尊。在佛阁内 ，你 可以感受到那种庄严肃穆的气氛和佛教信仰的力量。大殿注意事项 ：进大殿不能带墨镜 ，进门不能踩门槛 ，大殿内全部佛像、唐卡都是开过光的 ，请尊重习俗 ，不能拍照， 请不要用手去摸 ，前门进后门出 ，藏族人不走回头路 ，进入店内保持安静 ， 听从阿卡的安排、讲解。乘车前往【美仁大草原—草原牧歌观景台】（车程约40分钟 ，游览时间2小时）位于甘肃省合作市东 ，这里是青藏高原 特有的高山草甸草原地貌。这里地势平缓、景色奇特 ，风格迥异 ，置身其境 ，让人感受到高原草地的辽阔和雄浑。 同时 ，大草原上牛羊成群 ，座座帐篷如明珠般镶嵌在碧绿的草地上 ，纯朴的民情 ，辽阔的草原。置身其境 ，让人忘记城市 的喧嚣和繁杂 ，真正体会到大自然的博大与神奇。之后乘车前往非常绚丽多彩的旅游公路 ，打卡【经幡隧道】经幡隧道 长600米 ，宽14米 ，高7米。在藏地人们深信 ，经幡有祈求福运隆昌 ，消灾灭殃的作用。 它是由五种颜色不同的小幡条 构成一组。开车或者步行经过经幡隧道 ，迎风猎猎的五彩经幡,会让你充满步入藏区的仪式感。后前往天水市，途径车观【冶力关大峡谷】冶力关 ， 中国古代关隘名、地名 ，位于临潭县境内 ，古代是进入藏区的重要门户、也是青藏 高原和黄土高原的过渡带！藏族地区和甘肃地区茶马交易的重要通道。冶力关自然资源丰富 ，风光秀美、人文荟萃。东 边是风光旖旎的天池冶海 ，西边是奇特幽静的赤壁谷 ，湖泊碧绿、峡谷幽深 ， 因其山奇水秀 ，旖旎如画的自然风光而享 有“ 山水冶力关、生态大观园”的美誉。我们会在恰当的时机停车让大家观赏 ，晚上入住天水！温馨提示：1、高原紫外线比较强烈 ，建议带好太阳镜、遮阳帽和防晒油等物品；2、草原上拍照留恋 ，建议穿色彩鲜艳的衣物 ，可以带上丝巾、披肩、 帽子等装饰物品。交通：汽车景点：安多合作寺院米拉日巴九层佛阁+美仁大草原—草原牧歌观景台+冶力关大峡谷 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：团队午餐； 晚餐：X |
| **住宿** | 天水酒店； |
| **D6** | |
| **行程详情** | **天水—伏羲庙—天水古城-麦积山石窟—陇南**  膳食：早晚 住宿：陇南酒店早餐后 ，前往参观【伏羲庙】（游览时间约1.5小时） ，是目前中国规模最宏大、保存最完整的纪念上古“三皇”之 一伏羲氏的明代建筑群。伏羲庙临街而建 ，院落重重相套 ， 四进四院 ，宏阔幽深。庙内古建筑包括戏楼、牌坊、大门、仪门、先天殿、太极殿、钟楼、鼓楼、来鹤厅共10座。整个建筑群坐北朝南 ，依次排列 ，层层推进 ，庄严雄伟 ，具有鲜 明的中国传统建筑艺术风格。乘车前往【天水古城】天水古城中最醒目的当属启汉楼。这座楼阁原本位于天水西关古城西城门上 ，上世纪五十年代初 城楼遭毁 ， 2021年复建于此。楼高三层 ，楼身饰有形态各异的龙 ，色彩鲜艳 ，造型古朴 ， 已经成为古城的标志性建筑乘车前往【麦积山石窟】（车程时间约40分钟 ，游览时间约2.5小时 ，含区间交通往返30元） ， 中国四大石窟之一 ，有 “东方雕塑馆”的美誉 ，是佛教艺术由西域向中原转变的分水岭 ，各式文化纷纷呈现。石窟多凌空凿于几十米高的悬崖 峭壁之上 ，历经千余年的开凿与修缮 ，成就了今天的绝壁佛国。石窟开凿始于十六国后秦时期 ，经过历代开凿修葺 ，共 有佛像七千余尊 ，壁画一千多平方米 ，分布在近两百个洞窟里 ，并完整保持至今 ，十分珍贵。 2014年 ，石窟还与丝绸之路上的其他胜地一起被列入了世界文化遗产名录 ，名扬海外 ，来此便可尽情观看。游览完毕后 ，乘车至广元市（400公 里/5.5小时） ， 自由活动 ，晚餐自理 ，后入住酒店。温馨提示：参观麦积山石窟 ，多以梯道为主 ，请穿防滑平底鞋/健步鞋/运动鞋。交通：汽车景点：伏羲庙+天水古城+麦积山石窟 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：团队午餐； 晚餐：X |
| **住宿** | 陇南酒店； |
| **D7** | |
| **行程详情** | **陇南-阆中古城**  膳食：早中 住宿：阆中早餐后集合前往游览【阆中古城】 ，是国家AAAAA级旅游景区 ，千年古县 ， 中国春节文化之乡 ， 中国四大古城之一。 阆中古城位于四川盆地东北缘、嘉陵江中游 ， 阆中古城总面积达4.59平方公里 ，古城核心区域2平方公里。截至2015 年 ，古城已有2300多年的建城历史 ，为古代巴国蜀国军事重镇。华光楼：华光楼 ，古为阆中的“镇江楼” ，被誉为“阆苑第一楼” 。从华光楼远眺 ，城内屋舍毗连 ，街道通达 ，城外青 山对峙 ，碧波轻抚 ，正所谓“三面江光抱城郭 ， 四围山势锁烟霞” 。楼上有一幅牌匾 ，上书 ：五星朗聚 ，司马迁在《史 记》 中说：“汉之兴 ，五星聚于东井” 。全国唯一的华光楼 ， 唯此挂“五星朗聚” 匾额中天楼： 中天楼 ，为阆苑十二楼之一 ，有着“阆中风水第一楼”之盛名 ，一楼兀立 ，直向天庭 ，十字为心 ，是为天心。 “天心十道 ，气势夺人”张飞庙： 即汉桓侯祠 ，位于省阆中古城区西街 ，是纪念三国时蜀汉名将张飞的祠庙。 因张飞死后 ，追谥为桓侯恒侯 川北道贡院 ：也被称为四川贡院 ，第七批全国重点文物保护单位。是中国规模最大的科举文化博物馆之一，风水博物馆： 阆中风水博物馆 ，简称风水馆。风水馆是目前国内唯一的以建筑风水为主题的旅游景点 ，筹建于2004年， 2007年正式开放 ， 分为博物馆、祭祀、讲堂、驿站、吉祥物等五个功能区。 以易、 卜为主脉 ， 诠释神秘的中国风水交通：汽车景点：阆中古城 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：团队午餐； 晚餐：X |
| **住宿** | 阆中酒店 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **阆中送机-北京**  膳食：早 住宿：温馨的家早餐后乘车前往机场 ，乘坐飞机返回北京 ，结束愉快的旅途特别提示：以上行程参考时间景点顺序仅供参考 ，具体以实际行程安排为准！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐； 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 交通 ：北京首都-阆中往返机票。 当地安排空调旅游大巴车 ，行程内保证一人一座 ，不提供座次要求；门票 ：不含景区首道门票 ，真纯玩产品实实在在报价 ，根据年龄优惠政策当地现付导游 ，透明消费！住宿： 5晚携程三钻+升级1晚携程4钻住宿+1晚当地舒适型酒店 ，全程双人标准间（有独立卫生间等相关服务设施 ，若 参团人数为单数或单男单女的游客 ，我社协调拼房 ，如不能拼房则客人补单房差。 ）。特别备注：1.为保证行程质量 ，酒店不接受加床及三人间 ，单数客人请自补单房差。2.酒店房满期间 ，调整为同级的其它酒店。用餐 ：含餐7早10正餐（不含水酒） ；餐标30元/人/餐 ，特别安排 ：川东北老川菜、甘南土火锅 ，宕昌烤鱼宴 ，天水八 大碗 ， 10人1桌计算 ，人数减少则按比例减少菜品和菜量。餐厅酒店菜品可能随季节有所变化 ，不影响餐标质量。早餐午餐晚餐均按旅游包价组合消费 ，任一项取消均不退费。导游 ：含 ：行程内持证中文导游讲解服务儿童政策 ：儿童价标准： 1.2米以下儿童 ，不含门票和住宿 ，仅含往返旅游大巴、导服、其余产生费用敬请自理。 | | |
| **费用不包含** | 报价不包含 ：秘境陕甘川门票明细景区门票+区间 挂牌价 60周岁以下 60-65岁 65周岁以上官鹅沟 80+70 150 110 70扎尕那景区 80+45 125 85 45郎木寺 30 30 15 0九曲黄河第一湾 60 60 30 0若尔盖花湖 75 75 37 0拉卜楞寺 40 40 20 0伏羲庙 20 20 10 0麦积山石窟 80 80 40 0米拉日巴佛阁 20 20 20 20合计 600 600 367 1351、单房差/如1人全程入住相应指定酒店单独包房 ，需补单房差。2、 因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用。3、景区娱乐项目自愿消费：黄河九曲第-湾-观光扶梯60 ，花湖观光车30 ，麦积山石窟电瓶车20 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 参团旅游的上车前 、 下车后 ， 均为自由活动和自主游览时间 ， 请您注意保护自身人生安全及财物安全 ， 请入 住酒店后不要擅自或单独外出 ， 不要轻信陌生人 ， 不贪图小便宜 ， 警惕上当受骗！▍ 预定须知（1）合同一经签订且付全款 ， 团队机票、列车票、船票即为出票 ，不得更改、签转、退票；（2）住宿信息 ：按2人入住1间房核算 ，如出现单男单女 ，尽量安排该客人与其他同性别团友拼房；如不愿拼房或未能 拼房 ，请补齐单房差以享用单人房间；团队用餐 ：十人一桌 ，八菜一汤 ，人数不足十人时 ，在每人用餐标准不变的前提下调整餐食的分量；游 览：（ 1）景点游览、 自由活动、购物店停留的时间以当天实际游览为准；（3）行程中需自理门票和当地导游推荐项目 ，请自愿选择参加；（4）请您仔细阅读本行程 ，根据自身条件选择适合自己的旅游线路 ， 出游过程中 ，如因身体健康等自身原因需放弃部 分行程的 ，或游客要求放弃部分住宿、交通的 ，均视为自愿放弃 ， 已发生费用不予退还 ，放弃行程期间的人身安全由旅 游者自行负责；（5） 团队游览中不允许擅自离团（自由活动除外） ， 中途离团视同游客违约 ，按照实际成本赔付旅行社 ，旅行社亦不 承担游客离团时发生意外的责任；（6）如遇台风、暴雪、航班延误或取消等不可抗因素导致无法按约定行程游览 ，行程变更后增加或减少的费用按旅行 社团队操作实际发生的费用结算；（7） 出游过程中 ，如产生退费情况 ，以退费项目旅行社折扣价为依据 ，均不以挂牌价为准；•购物 ：当地购物时请慎重考虑 ，把握好质量与价格 ，务必索要发票； 差价说明：（1）赠送项目因不可抗因素导致不能赠送的 ，费用不退；（2）如遇客人报名时间/航班不同 ，产生不同报名价格差异 ，无费用可以退还；出团通知： 出团通知最晚于出团前1天发送 ，若能提前确定 ，我们将会第一时间通知您； 意见反馈 ：请配合导游如实填写当地的意见单 ，不填或虚填者归来后投诉将无法受理； |