**【甘肃】【藏韵甘南】双卧8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | DLCT1749174973Ck | **出发地** | 北京市 | **目的地** | 天水市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | ○甄选酒店：全程精选当地商务型住宿 ，升级 3 晚携程三钻+1 晚郎木寺特色酒店 ，让您玩的开心 ，住的舒心 ！○ 市场独家：行程设计两点进出 ，天水进 ，兰州出 ，不走回头路 ！无重复类型景点 ，不留遗憾 ！○专享定制：让旅游回归本质 ，纯玩 0 自费（景交除外） ，只为给您更好的玩乐体验 ！○私享座驾：专属豪华2+1座旅游车，车况良好，让您出行无忧，正规持证经验丰富金牌导游带团 ！○美食相伴：全程含 8 正 ，升级 3 大特色餐天水八大碗/虫草花老鸭汤或松茸土鸡汤/藏式土火锅○深度体验：保证景区游览时间 ，深度游览景区 ，拒绝走马观花 ！○特别安排 ：向导手把手教您高山撒龙达 ，藏族人用这种独特的方式祈祷安康 ，表达自己对佛的崇拜和敬仰 ！○超值赠送：赠送价值 198 元藏式土地道牦牛汤锅 ，藏式篝火晚会和藏族同胞一起载歌载舞狂欢起来 ！ 赠送每人每天 1 瓶矿泉水 ； 团上逢生日客人赠送精美蛋糕 ，送上祝福赠送价值 35 元的网红天水爆款麻辣烫一份 ，来一碗热辣滚烫的麻辣烫 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **北京西站乘火车前往天水**根据时间自行前往“北京西站 ” ，乘火车赴天水（ 参考车次 ：Z151 次（ 15:53--次日 06:48 ）或以出票为准，以实 际发车时间及车站为准) ，开始愉快的九色甘南之旅 ！宿火车 ，餐自理温馨提示 ：请携带好身份证证件，实名制出票，火车上请保管好个人贵重物品。本日不含餐，请自理。 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 火车上 |
| **D2** |
| **行程详情** | **天水-麦积山石窟-哈达铺纪念馆-宕昌**抵达后 ，各地乘车抵达天水站， 出站后由我社工作人员接站 ，后乘车前往国家 5A 级景区【麦积山石窟】 （含门票 ， 不含必坐景交30元/人须自理， 车程约 0.5 小时 ，游览约 2 小时） 麦积山位于甘肃省天水市麦积区 ，是小陇山中 的一座孤峰，高 142 米， 因山形酷似麦垛而得名 。 麦积山石窟始建于 384-417 年 ，存有 221 座洞窟、 10632 身 泥塑石雕、 1300 余平方米壁画， 以其精美的泥塑艺术闻名世界 ，被誉为东方雕塑艺术陈列馆。后前往【哈达铺红军长征纪念馆】 （车程约 5 小时 ，游览约 1 小时 ）筹建于 1978 年， 1981 年 10 月被甘肃省人 民政府公布为省级重点文物保护单位。 2001 年 6 月被国务院公布为全国重点文物保护单位。 2016 年 12 月， 哈达 铺红军长征纪念馆被列入全国红色旅游经典景区名录 。后前往宕昌入住酒店。温馨提示 ：1.初到甘南地区， 由于地区海拔较高 ，不建议游客饮酒 ，剧烈运动跑、跳等。 以免引起高原反应。（ 吸烟的游客们， 请不要怀疑您的打火机坏了 ，去周边商店购买高原打火机使用 ）2.旅游旺季车辆增多 ，有可能会堵车 ，导致用餐时间较晚或抵达酒店入住的时间较晚 ，敬请理解。3.途中红景天、御寒衣服售卖点、沿途休息站（ 加水点 ，厕所 ）小卖部不属于购物店范围 ，请根据自身情况谨慎购 买 ，并索要票据。4.本行程沿线用餐及住宿硬软件条件较大城市相对有限 ，请不要以大城市的同等标准来衡量 ；酒店不提供一次性洗 漱用品 ，若对卫生条件比较在意 ，游客请自带洗漱以及毛巾等个人用品。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 宕昌 |
| **D3** |
| **行程详情** | **官鹅沟-鹅漫沟--腊子口纪念碑--迭部**早餐后乘车前往【官鹅沟】 （含门票，不含必乘观光车65元/人自理 ，游览约 3 小时） -官鹅沟景区前 14 公里为 15 个色彩斑斓的湖泊 ，后 18 公里为松柏茂密的原始森林 ，最深处为高山草甸和终年不化的雪山。沟内山岭重叠， 幽谷纵横，青山碧水，奇峰怪石 ，瀑布飞溅，草甸雪山 ，湖泊激流 ，古木参天 ，沟两边的悬崖峭壁上有许多形态各 异 ，妙趣横生的岩石构造 ，被专家誉为最有观赏价值的 "地质公园 "。前往【鹅嫚沟】 （含门票，游览约 1.5 小时） 大河坝景区（ 娥嫚沟 ）是一副画卷， 山清水秀 ，鸟语花香 ，峰回路转， 曲经通幽 ，大面积的原始森林是一个天然氧吧， 既有黄山之雄伟 ，又有华山之奇险 。置身期间 ，野趣横生 ，心旷神 怡 ，有柳林卧龟 ，石门天堑 ，补天石 ，神龟戏水 ，金樽瀑， 回音壁 ，赛马滩， 雷古雄峰等主要景点供游客观赏。游览结束后 ，乘车前往迭部入住酒店 ，途中游览【腊子口纪念碑】 （游览约30 分钟） ，腊子口战役纪念碑是为了 纪念在腊子口战役中光荣牺牲的革命先烈和战役的胜利而修建。腊子口战役纪念碑宽 2.5 米 ，象征二万五千里长征， 高 9.16 米 ，寓意 1935 年 9 月 16 日攻破天险腊子口。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 迭部 |
| **D4** |
| **行程详情** | **迭部-扎尕那--黄河九曲第一湾--若尔盖**早餐后乘车前往【扎尕那】（含门票，含保险，车程约 0.5 小时，游览约 2.5 小时）。扎尕那，在藏语里意思是“石 匣子 ”,被高耸的山石包围着的藏式小村落 ，扎尕那像一座规模宏大的巨型宫殿， 四周都是壮观的石壁 ，又像天然 岩壁构筑的一座完整古城。◆结束后乘车前往【唐克黄河九曲第一湾】 （含门票 ，不含观光扶梯上行 60 元/人自理（非必乘） ，游览约 2.5 小 时） 。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 。游览后前往若尔盖入住酒店。晚餐升级赠送 ：价值 198 元的走进藏家 ，娱乐项目 ：藏式牦牛肉土火锅、 篝火晚会、藏式风情演艺 。（ 赠送项目 为今日晚餐不吃不退换）。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 若尔盖 |
| **D5** |
| **行程详情** | **梅花鹿保护基地-若尔盖大草原--花湖--郎木寺**早餐后乘车前往参观（赠送） 国家一级保护动物栖息地—【若尔盖热尔部落梅花鹿生态园】 （游览约 2 小时） ， 若尔盖热尔部落梅花鹿生态园是以梅花鹿生态旅游文化为核心的 AAA 旅游景区 。 以驯养繁育国家一级野生保护动 物梅花鹿及鹿副产品开发利用的梅花鹿生态园 ，又是体验藏文化感受大草原的生态景区。含游客服务中心、梅花鹿 互动区、鹿文化展示区、藏文化体验区、 自驾游接待区等多位一体的综合性生态园 ，是目前阿坝州规模最大的梅花 鹿生态园 。游客可在景区与梅花鹿亲密接触， 喂食梅花鹿 ，感受梅花鹿的生活习性， 了解掌握野生梅花鹿的知识及 价值 ，增长知识 ；也可零距离融入大草原 ，感受“风吹草低见牛羊 ”的美景。梅花鹿保护基地行程小贴士 ：1.请勿给梅花鹿随意投食 ，禁止乱投喂 ，是因为您自带的食品往往含有较多的油、盐、糖 ，动物吃多了容易得三高， 罹患疾病、不利健康 。游客可选择喂草。2.此景区里面有购物场所 ，并非我社特意安排 ！请游客理性消费 ，记得索要发票收据 ！后乘车前往【花湖景区】 （含门票 ，游览约 1.5 小时 ，不含必乘景区环保车 30 元/人须自理 ）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。途中游览【若尔盖大草原】 （约 30 分钟 ）美丽的若尔盖大草风吹草低 ，遍地野花 ，牦牛悠闲的吃着嫩草。站懒得 天空辽阔而高远 ，大团大团软柔的白云漂浮不定 ，脚下的青草地绵延不尽仿佛与天相连 ，面对这样壮丽的美景 ，任 谁都要赞叹造物主的神奇。继而前往【郎木寺】 （含门票 ，车程约 40 分钟 ，游览约 1 小时）郎木寺是一个地名 ，许多人都认为郎木寺就是寺 院名 ，其实 ，这里有三座寺院 。在四川阿坝藏族自治州格尔底寺的入口处 ，还有一座逊尼派的清真寺 。 蓝天白云下 高高耸立的叫醒楼与浑圆的佛塔并立 ，显得十分壮观 。与格尔底寺遥相对应的是甘南藏族自治州的赛赤寺。他们的 全名分别是安多达仓纳摩寺， 即格尔底寺， 郎木寺清真寺和安多达仓赛赤寺 。游览后前往郎木寺入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 郎木寺镇酒店 |
| **D6** |
| **行程详情** | **郎木寺游客中心-郭莽湿地-车观桑科草原-拉卜楞寺-合作**早餐后乘车前往【郎木寺游客中心】 （游览约 60 分钟） 了解藏族文化 ，参观唐卡天珠展示区 ，感受藏传佛教博大精深。后乘车前往 -【郭莽湿地】 （ 车程约 40 分钟） ，郭莽湿地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 。一眼望去 ，无垠的草原 ，天高山远 ，水草丰美 ；弯弯曲曲的河流 ，纵横交错 ，九曲回转 ；漫山遍野的小花， 咤紫嫣红 ，争相怒放 ；观景台上的黑颈鹤雕像， 昂头引颈 ，展翅飞翔 ； 远观甘南第一大淡水湖【尕海湖】 。继而前往【桑科草原·桑科湿地 】（游览约 0.5 小时 ）桑科草原属于草甸草原 ，平均海拔在 3000 米以上 ，草原面 积达 70 平方公里 ，是甘南藏族自治州的主要畜牧业基地之一 ，游人在这里可以尽情体味神秘淳朴的藏族风情 ，领略草原美景。后乘车前往【拉 卜楞寺】 （含门票，车程约 2 小时 ）途经车观桑科草原·桑科湿地 ，拉 卜楞寺位于甘肃省甘南藏族 自治州夏河县 ，藏语全称为： “ 噶丹夏珠达尔吉扎西益苏奇具琅 ” ，意思为具喜讲修兴吉祥右旋寺 ，简称扎西奇寺， 一般称为拉 卜楞寺。游览结束后前往合作入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 合作 |
| **D7** |
| **行程详情** | **米拉日吧佛阁-美仁大草原-八方十三巷-刘家峡大桥-兰州市内**早餐后前往【米拉日巴佛阁】 （含门票 ，游览约 1 小时 ）米拉日巴佛阁位于甘肃安多藏区合作市， 它的全称是 “安 多合作米拉日巴九层佛阁 ” ，名字虽然有点儿长，却也讲得很明白 。 始建于清乾隆四十二年（ 1777 年） ，原建楼 阁已毁于“文革 ”。现存建筑重建于 1988 年 5 月 ，历时四年落成。米拉日巴佛阁是为纪念米拉日巴而修建的佛阁。 是藏传佛教噶举派（ 白教 ）在安多藏区的代表寺院。后乘车前往【美仁大草原】 （车程约 0.5 小时 ，游览约 0.5 小时） (世界上之最的高山草甸草原),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 。 曾被遗忘的地方这里是青藏高原特有的高山草甸草原地貌。 美仁大草原没有经过过多的人工开发 ，静静地绽放它的美。后乘车前往临夏 ，参观【临夏八坊十三巷】 （游览约 1 小时 ）八坊十三巷是国家 AAAA 级旅游景区 ，位于甘肃临 夏回族自治州首府临夏市 。 临夏古称河州 ，知道河州的人 ，还会知道临夏市内的回民又称“八坊人 ” 。 “八坊 ”和 “河州 ” 同时成为了临夏的别称 ，而八坊十三巷便是河州民族风情的古街区。后乘车赴 ”金城 “【兰州】 。途中参观【刘家峡大桥】 观景台（ 车程约 2.5 小时 ，游览 0.5 小时 ）位于东乡县考勒 乡奔驰沟的折达公路上 ，南北走向 ，全长 568 米，为西北地区最大跨度的悬索桥， 当地人称之为“奔驰沟大桥 ”， 桥梁建设时首次采用了钢管混凝土结构作为悬索桥桥塔 ，是目前世界上最大直径的钢管混凝土结构 。桥面宽 15 米， 两岸设置观景平台 ，供游客观赏刘家峡水库库区风光。抵达兰州后游览【中山铁桥】 【古水车园】 【黄河母亲像】 位于兰州市黄河南岸的滨河路中段 、小西湖公园北侧 ， 是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 。 后根据时间送兰州火车站乘火车返回 北京 ，宿火车 ，餐自理。参考车次 ：Z56 次 21:11 兰州——北京西 13:38 分 ，参考车次实际出票为准。推荐兰州美食： 1 兰州清汤牛肉面》 2 舔醅子》 3 兰州酿皮子》 4 兰州灰豆子》 5 热冬果》 06 兰州浆水面》 7 兰州 羊杂碎》 8 兰州手抓肉》 9 牛奶鸡蛋醪糟》 10 兰州糜面疙瘩 ，结束愉快旅程 ！【温馨提示】今天是本次甘南之旅游程的最后一站 ，如若你对此次行程有任何异议 ，请告诉我们 ，我们会在第一时间根据你反馈的情 况落实调查并及时处理 ；并请您为导游如实填写【质量跟踪表】 以便于我们得到您真实意见的反馈 。我们将以此作为旅 游服务质量标准依据 。并以多数游客填写的《旅行社服务质量跟踪调查表》 作为旅游服务质量评定标准 。如果游客在完 团后提出与其填写《旅行社服务质量跟踪调查表》 意见不符的投诉 ，我社将不予处理。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 火车上 |
| **D8** |
| **行程详情** | **抵达北京，结束愉快的旅程。**抵达温馨的家 ，结束愉快的甘南之旅。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 交通 含北京/天水 ，兰州/北京往返火车硬卧 ；用车 当地2+1豪华空调旅游大巴车 ，保证一人一座 ； 当日客人放弃行程 ，车费不退 ；门票 含行程所列景区首道大门票 ，不含景区观光车 。备注： 因报价已提供综合优惠 ，故持导游、 军官、残 疾、 老人、 教师、 学生等优惠证件的客人均不再享受门票减免或其它优惠退费。酒店 全程当地商务型酒店 ；升级 3 晚携程三钻酒店双人标间 ， 郎木寺体验 1 晚特色主题酒店 ；特别备注：1. 当地酒店标准可能会比发达地区偏低 ，敬请谅解；为提倡环保 ，所以部分酒店不提供一次性洗漱用 品 ，请客人自备洗漱用品。2.如出现单男单女或单人 ，请补齐单房差。3.如遇旺季酒店资源紧张或政府临时征用等特殊情况 ，我社有权调整为同等级标准酒店 ，全程不提供 自然单间 ，酒店退房时间为中午 12:00 时 ，返程为晚班机的游客可把行李寄存在酒店前台后自由活 动或自行开钟点房休息。用餐 5 早 8 正 ，餐标 30 元/人/正 ，正餐按 10 人一桌计算 ，八菜一汤 ，不含酒水。（ 若人数减少则按比例 减少菜品和菜量） ；早餐为入住酒店赠送 ，标准以酒店提供为准 ；取消均不退费。导游 行程内含优秀持证国语导游讲解服务保险 旅行社责任险,赠送旅游意外险。儿童 2—12 岁（ 1.2 米以下 ）含行程内汽车车位、半餐、导游服务 ，其余均自理 。儿童因不含门票请旅游 者于景区售票处自购 。 景区配套设施设备容貌及卫生状况不属于旅游行程质量范畴。 |
| **费用不包含** | 景点小交通 1. 官鹅沟景交车 65元/人（必须产生 ）2. 扎尕那景交车 40 元/人（ 自愿自理 ）3. 黄河九曲第一湾观光上行扶梯 60 元/人（ 自愿自理 ）4. 花湖景交车 30 元/人（ 必须产生 ）5. 麦积山石窟交车30 元/人（ 必须产生 ）其他费用 1.单房差 ；2.个人消费（ 如酒店内洗衣、 电话及未提到的其他服务） ； 3.行程之外自由活动期间的餐食费用及交通费用 ；4. 因交通延误、取消等意外事件或罢工、 自然灾害等人力不可抗力导致的额外费用 ，游客自理 ； 5.行程不包含的娱乐项目自费 ：如起马、歌舞表演、 景区电瓶车等等 ； |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 特别说明 ：赠送项目为我社品牌建立 ，突出行程特色的促销回馈行为 ，是无附加条件的赠送 ，无优惠 、 免票政策， 因不可抗力因素 未参加不退费不换等价项目 。 赠送项目仅限成人打包赠送 ，儿童如需参加活动 ，需补足费用。报名须知： 因西北线路路途遥远 ，预订出行人需确保身体健康适宜旅游 ，不接受身体有重疾病以及半年内做过手术的游 客报名 ，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 ；另外不接受 65 岁以上、 18 岁以下未成年人单独参团 ，此类人群需有亲戚朋友、 监护人陪同方可参加。并且满 65 岁以上游客必须签署健康证明与免责协议。★行程说明 ：1.旅游旺季（ 6-10 月 ）期间， 因前往景区的游客非常多 ，导致沿线经常堵车或交通管制 ，旅行社和地陪导游会根据当天 或近期实际情况 ，调整早上出发时间 、 用餐时间、 用餐地点、 甚至是住宿地点 ， 以尽量保证游客能正常游览 ，或尽量降 低因堵车、人流量太大等因素造成的损失。 望游客给予理解和配合。2.行程中所列景区游览时间 ，是指游客抵达景区门口（ 含排队等待进景区的时间在内 ）开始计时。3.行程内导游会以同团大部分旅游者作为照顾对象 ，如需按照自已意愿游览 ，或不按规定时间安排的，为避免同团其它旅 游者造成不满 ，我社不作任何特殊安排 ，车站接送不提供导游服务。4. 常规散客拼团 ，旅行社安排随车导游一名 ，提供行程解说及沿途食宿安排及沿途风土人情介绍服务 ，不陪同游客进入有 讲解员或属于自然风景观光的旅游景区。5.行程中如遇突发状况 ，导游在不减少景点的前提下 ，会根据实际情况对行程先后顺序作出调整 ，该调整不视为违约 ；如 遇旅行社不可控制因素（ 如塌方 、 塞车 、 天气 、 航班延误、 车辆故障等原因 ）造成行程延误或不能完成景点游览 ，本社 负责协助解决或退还门票款， 由此产生的费用自理 ，本社不承担由此造成的损失及责任。★其它事项 ：1.请尊重当地的饮食习惯、 习俗禁忌、宗教礼仪等 ，入乡随俗，融入当地的民风民情2. 目的地可能有部分私人经营的娱乐、消费场所 ，此类组织多数无合法经营资质 ，存在各种隐患。 为了您的安全和健康考 虑 ，请您谨慎消费 ！3.在旅游行程中 ，个别景区景点、餐厅、休息区等地存在非旅行社安排的购物场所。请您根据自身需要 ，理性消费并索要 凭证 。如产生消费争议 ，将由您自行承担 ，敬请谅解 ！4.行程内行车途中均会提供沿途休息及上厕所 ，请主动付费自备小钞 。包括餐后休息 ，酒店休息 ，行程中标明的自由活动 均属自由活动时间 ，期间旅游者自身财产及人身安全由其本人自行负责 ，请注意安全 ，并请勿参加违反中国法律不宜参 加的活动。5.行程中未经协商的擅自离团 ，视同旅游者违约 ，未完成部分将被视为自行放弃 ，我社不再退费 ，并不予承担旅游者由此产生的额外费用。 |
| **温馨提示** | 1.此线路经过地区多为少数民族居住地 ，请游客尊重当地民俗风情 ；2.甘南平均海拔 3000 米以上 ，属高原气候、 早晚温差大、空气稀薄、不宜做剧烈运动 ，不宜喝酒 ，游览景区时需穿旅游 鞋 ；建议有严重心脏病 ，高血压者 ，不宜参加甘南旅游 ；预订出行人需确保身体健康适宜旅游 ，不接受身体有重疾病以 及半年内做过手术的游客报名 ，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 ；并 且满 65 岁以上游客必须签署健康证明与免责协议。3.高原地区日照充足 ，紫外线较强 ，游览时需自备太阳伞、太阳镜、 丝巾、护肤霜、 防晒霜、唇膏、 晕车药等 ；4.如遇因人数不足,具体景点可因抵离时间相应调整 ；旅行中由于人力不可抗拒的原因 ，造成滞留 ，超出费用客人自付 ； 5.初次进入高海拔地区 ，请游客带足保暖衣物 ，注意身体谨防感冒 ，应多休息多饮水,正常高原反应（ 如头疼、失眠、胸 闷、心慌等 ）稍作休息,建议自带部分防止高原反应的常用药品（ 如氨茶碱、复方阿司匹林、维生素 C、 EB1、 B6 等） 。 6.如游客中途擅自离团 ，未产生的所有费用不退（ 包括往返飞机、 门票、住宿、 车费、餐费、导游服务费） ，则视为游客 单方面违约。 |