

**【臻途专享独立成团】藏地甘南双飞6日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | BW1754019517lQ | **出发地** | 北京市 | **目的地** | 汉中市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 【五星口碑】历经市场检验，好评如潮，超高性价比路线，是无数游 客 心中的优选之旅！【行程用车】豪华旅游大巴 ，十年以上驾龄司机问您保驾护航；【专业团队】金牌导游全程贴心陪伴，专业讲解，细致入微的关怀让 旅 途更舒心； | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **北京-汉中-接机-自由活动**  北京大兴机场乘飞机赴汉中KN5619 北京大兴-汉中 17 :40-19 :45热烈欢迎各地游客抵 达汉家发祥地—陕西•汉中 。 出站后由我社安排专车接站服务（司机师傅会提前一 天打电话或短信通知）前往市区酒店入住，到达酒店后可自由活动。汉中是镶嵌在 秦巴之间、汉水之源的一颗璀璨明珠， 自古就有 汉家发祥地 、 中华聚宝盆 ”之美 称 ，汉中历史悠久 。人类考古可追溯到120万年前， 自秦设汉中郡至今已有2300多 年历史 ，刘邦在此称王、开启汉室基业，汉江 、汉朝 、汉中 、汉人 、汉语 、汉 服与汉文化一脉相承，被誉为“全球汉人老家 ”。古汉台 、武侯祠等名胜古迹驰 名中外，褒斜栈道 、汉魏十三品摩崖石刻等文化 瑰宝誉满全球。推荐汉中当地特色美食：汉中火锅 、泡姜鸡 、梆梆面 、菜豆腐 、锅边油花子 、热面皮 、核桃馍等。温馨提示：1 .今日抵达汉中后接站司机会在车站等候。请每位游客务必保证手机畅通，跟 工 作人员联系，不要随便和陌生人交流，不要跟陌生人随意走动，我社接站司 机确 认身份后才上车 。（接站服务为我社免费赠送 ，不用不退费 ，也不换等 价商品）2 .送至酒店入住后自由活动 ，当 日无行程安排，不含导游 、用餐 、用车服务，如 时间允许 ，可自行安排活动 ，外出时请携带好酒店房卡/名片 ，熟悉酒店周 边环 境 。外出时请注意个人人身及财产安全。3 . 司机或导游将在当晚 18 :00-22 :00 之间电话或短信方式联系您第二 天的接 车时间 ，请您务必保持手机畅通 ，若超时未通知 ，可拨打我社24小时紧 急联系人电话。 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 汉中 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **汉中-迭部**  早餐后，指定时间集合乘车前往陇南市宕昌县。中餐品尝宕昌农家宴特色木 桶鱼 。后前往5A景区小九寨—【官鹅沟】（门票及必乘景交已含 ,游览时间3 .5 小时）官鹅沟位于甘肃省陇南市宕昌县城郊，得名于氐族青年官鹅与羌族姑娘鹅 嫚之间的美丽传说。景区内有20多个碧波荡漾蓝如宝石的湖泊海子，雄奇幽深仰 不见天的峡谷绝壁，有飞流直下玉珠四溅的悬泉瀑布，还有原始森林里的各种奇 花异草 。山奇水秀，林茂谷幽，粗犷中蕴细腻，豪放中含温婉，集北国雄奇与南 国灵秀于一身，聚阳刚健美与阴柔妩媚共一体，春夏秋冬景各异，阴晴雨雪韵不 同，被誉为“人间蓬莱境， 陇上九寨沟 ” 颠覆你对西北甘肃的认知 。处处都是 山水画 ，四季皆胜，处处为景。被专家誉为最有观赏价值的“地质公园 ”。后乘 车后前往甘南藏族自治州迭部县。途径腊子口上神兵降，百丈悬崖当“ 云梯 ”— 【腊子口战役遗址】（游览时间约0 .5小时）连绵青山之间 ，一道天堑乍现——这便是位于甘肃省迭部县境内岷山深处 、红军长征最后生死关口的天险腊子 口 。 腊子口位于迭部到岷县的公路边上，是一处地势极为险要的峡谷隘 口，周围群山 耸列，峡口如刀劈斧削，腊子口河从中奔涌而出 。“腊子 口 ”为藏语的转音，原 意为“ 险绝的山道峡 口 ”，是四川通往甘肃北上的必经之地， 因隘口宽仅 8 米， 两边是陡立的悬崖绝壁，中间是水深流急的腊子河，本为天险，加之构筑有碉堡 等防御工事，被称为名符其实的“ 一夫当关、万夫莫开 ”之地。游览结束前往迭 部入住酒店。温馨提示：初到甘南地区由于地区海拔较高，不建议饮酒，剧烈运动，以免引起 高原反应。景点：官鹅沟 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 无 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **迭部-若尔盖**  早餐后 ，前往参观游览“天然石城，人间仙境 ”【扎尕那】（门票已含 ,达日观景台已含 ，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。扎尕那游玩攻略：1 、游客可沿栈道步行前往仙女滩 、仙女湖拍照游览 。仙女滩与达日观景台遥相 呼应 ，有两个视野开阔的观景台 ，可以眺望整个扎尕那的全景。2 、老虎嘴——一线天——石林是扎尕那的一条美丽的峡谷 ，一路穿越溪流 、瀑 布、石林、佛寺，没有尘世间的喧闹，行走在峡谷之内，整个身心都得到了治愈。从一线天开始，便是陡峭的山路了，除了徒步 ，只能骑马前行。是徒步爱好者 的天堂 。（扎尕那游览时间2 .5小时 ，不建议游客前往后山 ，后山未经开发 ，路 非常难走 ，并且手机信号很差 ，注意集合时间）3 、乘坐摆渡车抵达达日观景台俯瞰扎尕那全景 ，看晨雾的最佳拍着地。4 、景区门口有藏族老阿妈给来往的游客编织五彩小辫 ，还有租赁藏装拍照，价 格不贵 ，爱美的女神们 ，可以尽情体验藏式风情，各种美拍。继而前往【花湖】（门票及必乘已含 ,游览时间1 .5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 。后乘车前往【黄河九曲第一湾】（门票已含 ,九曲扶梯已 含 ，游览时间1 .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， 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。黄河九曲第一弯行程小贴士：1 、可徒步走栈道抵达观景台 ，九曲海拔3500米以上，根据自己身体量力而行， 切勿快步走 ，不要大声呼喊， 以免产生高原反应。2 、景区会随处碰到可爱的草原精灵土拨鼠，建议游客们不要给野生动物投喂零 食、饮料等。不要触摸它们的皮毛，防止细菌产生，如不小心摸到请立即洗手做 好消毒工作。景点：扎尕那 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 无 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **若尔盖-天水**  午餐后 ，前往郎木寺镇参观游览“ 东方小瑞士 ”之称的【郎木寺】（门票已 含 ，游览时间1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。途径车观【桑科草原】这里是著名 的英雄格萨尔王烟祭铸神、赛马称王的地方。走进桑科草原，但见绿草如茵、花团锦簇，蓝天 、流云、悠闲的羊群 、翔鸣的飞鸟，一切如诗如画 。游览【拉卜楞 寺】（门票已含 ,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。景点：郎木寺 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 无 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **天水-汉中**  早餐后 ，在指定地点集合乘车前往游览【麦积山石窟】（门票及必乘已含 ,游 览时间2 .5小时）麦积山石窟世界文化遗产 ，国家 AAAAA 旅游景区 ，国家重点 风景名胜区 ，国家森林公园 ，国家地质公园，全国重点文物保护单位 ，中国四大 石窟之一 。它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 。中餐后前往汉 中市。温馨提示：今天是本次行程的最后一站，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【 游客意见单】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意见单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《游客意见单》 意见不符的投诉我社将不予处理。景点：麦积山石窟 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 无 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **汉中-北京**  今天睡到自然醒中餐后乘车游览【天汉湿地公园】 ,天汉湿地公园 ，位于陕 西省汉中市城区段汉江内，东起天汉大桥、西至龙岗大桥上游沙沿沟 口，覆盖了 汉江南北两岸（北岸为汉台区 、南岸为南郑区） ，是一座集生态 、休闲 、健身、 娱乐为一体的综合性景区， 自下而上建有“滩地走廊、滨水栈道、堤顶公路 ”三条慢行步道。欢乐的时光总是匆匆而过，伴随着欢声笑语，我们的甘南之行也将 在这里画上一个圆满的句号。这一天您将乘车返回温馨的家，根据您的车次时间 送您前往高铁站/火车站 ，祝您一路平安！ 我们下次旅途再会！参考航班： KN5620 汉中-北京大兴 20 :30-22 :30景点：天汉湿地公园 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 费 用 包 含 ：1.交通 ：1 . 门票：行程内所含景点首道门票+必乘景交车已含 ，麦积山二道石 窟门票已包含 ，拉卜楞寺六大学院门票已含。2 .用餐：5早8正，正餐餐标30元 。途中用餐时间难于掌握可以自 己准备 饼干 、朱古力等高热量干粮，异地旅游用餐较易引起水土不服，请自备常用药品。3 .住宿 ：4晚携程4钻酒店+1晚携程3钻酒店 。 以两人一房为标准 ，报价含每人 每天一张床位。温馨提示：1 .所预定酒店均没有3人间 ，没有加床业务 ，如不愿与其他客人拼住 ，单男单 女 拼住不上， 自行当地现补单房差。2 .西北经济条件有限，比较落后，同档次酒店要比内地酒店低一档次，请勿拿 内 地酒店来衡量 。 由于甘南特殊地区 ，住宿条件有限 ，请您理解！4 . 导游：持全国导游资格证优秀导游服务。10 人以上安排导游 ，10 人以下司机兼向导 ，负责沿途协调工作，无专业讲解。5、机票：北京汉中往返飞机经济舱。 | | |
| **费用不包含** | 费 用 不 含：1.景区自费项目以及一切私人开销。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 注 意 事 项：1 .在出团前导游会将出团信息发至客人手机。2 .客人在自由活动时 ，请结伴而行保证财务安全。3 .请保持手机畅通， 以便可以联系上您！4 . 中途因个人原因离团需与导游签定离团协议 ，费用一概不退，餐不吃不退！5 . 以上行程在景点不减少的情况下我社有保留调整游览顺序的权利；6 .如果因客人自身原因造成景点减少 ，我社不予赔偿；7 .如因人力不可抗拒等因素(如自然灾害 、航空铁路部门原因 、政治形势或政 府机关制定的有约束力的法规 、命令 、特殊事故)而导致行程延误 ，造成滞留 , 滞留所产生的费用客人自理，我公司协助安排。如门票遇政府政策性或季节 性调价 ，差价由客人现付当地接待社；8 .敬请客人如实填写意见反馈单，衡量团队质量标准以游客意见反馈单为准；9 .敬请游客带好有效身份证； |
| **温馨提示** | 甘 南 须 知 ：1 、甘南地区平均海拔约 3200 米，大气含氧量只及平地 70%左右，初抵步者 , 有或轻或重的高山反应 ，只要多饮开水 ，多休息，服用红景天 、螺旋藻、单 晶冰糖和葡萄糖，症状很快会消失，无需担心和恐惧。在高原行动切忌过剧烈 运动 、不跑步，不闭气，不着凉，不吸烟，不饮酒 ，防感冒，平时多喝水，睡 眠充足注意保暖。2 、 日 照充分游览时间需备太阳伞 、太阳镜 、丝巾 、护肤霜 、防晒霜 、唇膏、 晕车药等；3 、重要提醒 ：游客如患有心脏病 、高血压 、哮喘 、肺并呼吸系统疾并严重糖 尿病和贫血等疾病， 以及医生认为不宜进藏或高原者不能参团 ，如隐瞒病情， 后果一切由游客自身承担 ，旅行社不承担任何连带责任；4 、甘南地区的民风深受藏族宗教影响 ，有些现象和习惯 ，不能以城市人的心 态标准来衡量和看待。请记住不要离团去观天葬，偶有不慎，就会触怒当地人 引起不必要的麻烦；5 、藏族寺庙建筑风格独特 ，遇上节日 ，藏族人衣着更是华丽 ，色彩缤纷 ，这 些都是摄影的好题材，取景前要注意：一般寺庙的外围建筑可以随意拍摄，但 殿堂内是严禁拍摄的，有些地方则注明付款拍摄，请勿偷拍。摄影人物也要小 心，藏族人未必都喜欢被人拍摄，为免不必要的麻烦，取景前最好先打个招呼;6 、藏族人不喜欢随地吐痰 ，不喜欢被人摸头搭肩 ，不喜欢大声喧哗； 当地治 安算是不错，但若在偏僻地方或夜间外出应结伴同行，不要单独行动，不要掉队和离团；在藏区，政治问题是十分敏感的，无论在任何场合，都不宜讨论政 治问题；7 、在少数民族地区参观 ，请尊重当地的生活 、宗教习惯 ，谨记地陪宣布有关 旅游注意事项，入乡随俗，在任何场合下都不要提及有关少数民族的宗教和政 治敏感问题 ，配合好地陪工作；8 、 因当地条件限制 ，甘南酒店整体环境与服务比较差 ，不能和内陆发达城市 同级相比较；9 、购物属于个人自愿行为 ，慎重选择 。购买工艺品时 ，请一定要事先了解价 位，如无意购买，请不要随意讲价，以免发生不愉快 ; 在旅游期间要特别注意 人身和财产安全 ，妥善保管好身份证 、现金 、相机等贵重物品；10 、旅游全程请服从导游的安排，牢记导游告知的安全事项，带小孩的请时刻 注意小孩的安全，防止走失，爱护文物古迹，保护环境。旅游者每到一地都应 自觉爱护当地的文物古迹和景区的自然环境。11 、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；特 别 提 示 ：\*部分景区或酒店内设有购物场所 ，属于其自行商业行为；\*车售 、高原氧气补给点 ，不算做购物项目；\*我社在保证景点不减少的情况下，保留对行程调整的权利；\*此线路经过地区均属少数民族居住地 ，游客需尊重当地民俗民风；\*客人在行程中如遇问题请及时告知， 当天处理 , 回程后不予处理。特 别 声 明 ：如游客中途擅自离团，未产生的所有费用一概不退（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。 |