

**传奇陕晋—高卧七日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | DLCT1742951855Iy | **出发地** | 北京市 | **目的地** | 太原市-延安市 |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 高铁 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 北京-太原：G61次08:56-11:15分，或其他车次延安-北京：T42次23:09-09:20，或其他车次 | | | | |
| **产品亮点** | 晋陕精华景点一网打尽涵盖山西平遥古城、晋祠、碛口古镇等历史文化地标，以及陕西波浪谷、乾坤湾、壶口瀑布、雨岔大峡谷等自然奇观，一次旅行览尽两省精华。红色旅游元素：探访梁家河知青旧址，感受红色历史与乡村振兴结合。自然与人文深度融合地质奇观：波浪谷的丹霞地貌、雨岔大峡谷的 “中国羚羊谷” 风貌、乾坤湾的黄河蛇曲景观，适合摄影爱好者与自然探险者。文化体验：平遥古城内可自由探索明清建筑、票号文化，碛口古镇感受晋商水运枢纽的历史韵味。特色住宿与美食入住平遥特色客栈，体验古城夜生活；碛口古镇住宿近距离感受黄河风情。全程含早中晚餐（部分自理），减少游客安排餐饮的后顾之忧。交通便捷，行程合理北京往返高铁 + 火车软卧，节省时间且舒适。参考车次明确（如 G61 次去程，T42 次返程），行程节奏紧凑但合理。每日车程控制在 3-4 小时，兼顾游览效率与体验感。夜游与光影盛宴延安宝塔山灯光秀为行程增添现代艺术气息，丰富夜游体验。灵活行程与服务保障旅行社可根据实际情况调整行程顺序，确保接待标准不变。特别约定明确不可抗力处理方式，保障游客权益。 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **北京-太原**  早上乘高铁到达山西省会太原市，抵达后导游接站乘车赴晋祠乘车赴晋祠（约30公里，30分钟左右）游览有山西小江南之称—【晋祠】『参观1小时左右』周柏、难老泉、侍女像称为“晋祠三绝”。后乘车赴平遥古城，左右【平遥古城】内自由活动（提示：平遥古城进城没有门票，如果游览古城内的任何小景点则要买通票125元/人，否则无法游览古城内小景点）『参观2.5小时左右』平遥古城内建议游览景点：始建于西周时期重要的军事防御工事—平遥古城墙，以筑城手法古拙，工料精良堪称于世；与陕西西安城墙、湖北荆州城墙、辽宁兴城城墙并列为中国现存最好的四座古城墙。中国保存最好的县衙署—平遥县衙，被誉为古衙之最。游览金融银行业的鼻祖—日升昌票号，开创中国民族银行业之先河，以“汇通天下”著称于世。中国古代“华尔街”—明清一条街，探古城民宅、观古城建筑、品古城韵味，穿越历史，走近明清的那一抹繁华。中国现存文庙中罕见的宋金时期建筑—平遥文庙，平遥文庙乃中国六最；中国现存最早的文庙；中国保存最完整的文庙建筑群；中国最大的孔子及儒学先贤塑像群；中国现存规模最大的中国科举史展；中国惟一的专业性摄影博物馆。交通：高铁景点：晋祠、平遥古城自费项：平遥古城小景点通票：125元/人到达城市：太原市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 平遥 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **平遥-碛口**  乘车赴吕梁市临县碛口镇（约160公里，3小时左右）游览中国历史文化名镇—【碛口古镇】（无门票）『参观2.5小时左右』这里曾是黄河最重要的古渡口之一，晋商货物西运的水路枢纽。有“水旱码头小都会，九曲黄河第一镇”之美誉。沿着街巷顺势而上游览古镇的制高点—【黑龙庙】感受“虎啸黄河，龙吟碛口”的壮丽图景。后游览画家写生的绝佳之地—【李家山村】感受“活着的古镇”交通：大巴景点：碛口、李家山、黑龙庙到达城市：碛口 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 碛口 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **碛口-波浪谷**  早餐后，赴靖边波浪谷（约240公里，3小时左右）拍摄游览【波浪谷】（悬索桥50/人自理）『参观2小时左右』波浪谷这种奇怪岩石的形成，有关记载是这么说的：波浪谷展示的是由数百万年的风、水和时间雕琢砂岩而成的奇妙世界。波浪谷岩石的复杂层面，是由一亿五千万前侏罗纪就开始沉积的巨大沙丘组成。沙丘不断地被一层层浸渍了地下水的红沙所覆盖，天长日久，水中的矿物质把沙凝结成了砂岩，形成了层叠状的结构。纤细的岩石纹路实际上是清楚地展示了沙丘沉积的运动过程。纹路的变化反映出每一层砂岩随着沉积矿物质的含量不同而产生的颜色深浅差异。红色主要是由铁和锰的氧化而产生，这些颜色不是一成不变的，往往在交错处和角落里形成更加复杂与抽象的图案。游览波浪谷【地心丹霞】陆上景观，所有景观自上而下直至地心，多为峡谷，风蚀、水蚀在纵横交错的沟壑之间，绘就了一幅线条流畅、波澜壮阔的风景画。主要看点有龙心岩、龙回首、神树峡谷、塬上丹韵、时空峡谷、千米画廊、五指岩、一线天等自然景观和闫家寨、西门台城等历史遗存。【赤壁丹霞】是波浪谷景区内典型的峡谷景观，峡谷北侧是高近百米的红岩绝壁，南侧则是典型的黄土高原地貌，行走其间，两种截然不同的观感给人带来强烈的视觉冲击，对比之下有种奇异的美感。谷底绿草盈盈，流沙河穿梭其间，还有几处天然的“回音壁”，其中有一处圆弧转弯，几十米开外聊天，不见其人，而其声近乎耳畔，甚是绝妙。后来在北魏太武皇帝拓跋焘一统北方期间，统万城被攻克，从此设置为统万军镇。交通：大巴景点：波浪谷自费项：悬索桥50/人到达城市：波浪谷 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 靖边 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **靖边-乾坤湾**  乘车赴乾坤湾（约240公里，4小时左右）游览参观天下黄河的一个大拐弯-【乾坤湾景区】『参观1小时左右』乾坤湾批准为第四批国家地质公园。 罕见的蛇曲景观天下黄河九十九道弯，在延川境内形成的五道大弯被统称为河曲，其科学名字为蛇曲。蛇曲是被河流冲刷形成的像蛇一样蜿蜒的地质地貌。黄河蛇曲是如今中国干流河道蛇曲规模最大、最好、最密集的蛇曲群，是罕见的景观。游览【清水湾】『参观2小时左右』清水湾是陕西黄河蛇曲国家地质公园的第二大湾，弧度约305度，站在清水湾的观景台对面的山包上还有公路是山西界，陕北老乡真热情、淳朴！【会峰寨】沟深垒高，东临黄河，三面环山，形成“虎踞龙盘，固若金汤”之势，是陕北现存最早的防御工事之一。在此观景揽胜，油然而生一种“黄河流日夜，代谢成古今”之感。前往【梁家河】上个世纪，梁家河村还是一个贫穷的陕北小山村，在60年代末，迎来了北京插队的知青。他们斗志昂扬，带着青春特有的激情，团结一致，艰苦奋斗带领和帮助村民摆脱贫困。后乘车赴延川，晚餐后入住酒店。交通：大巴景点：乾坤湾、梁家河到达城市：乾坤湾 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 延川 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **延川-甘泉**  乘车赴宜川县（约180公里，4小时左右）游览中国最美的六大瀑布之一—【壶口瀑布】（陕西侧）『参观1小时左右』河口收束狭如壶口，故名壶口瀑布；是中国的第二大瀑布，世界上最大的黄色瀑布。这里是《黄河大合唱》作曲灵感地，也是伟大中华民族的象征。游览十里龙槽、河清门、明清码头、飞黄纪念碑；体会黄河之水天上来的雄伟气势。在这里您可以感受四大自然奇观 “水底冒烟”“彩虹通天”“群龙戏浪”“谷涧起雷”。后乘车入住甘泉酒店。交通：大巴景点：甘泉、壶口瀑布到达城市：甘泉 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 甘泉 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **甘泉-延安**  早餐后乘车赴延安甘泉游览【雨岔大峡谷】『参观2小时左右』甘泉雨岔大峡谷是一个位于陕西省延安市甘泉县雨岔村的峡谷，几亿万年前，陕北发生过强烈的地震，史其一座黄土大山分开一条大裂缝，又经过几百年雨水冲刷，慢慢的形成这样一个峡谷，这也是我们今天看到的甘泉峡谷，都说与美国的羚羊大峡谷极其相似。提示：出发前可以自备雨鞋，进入雨岔大峡谷景区如遇到阴天下雨路况泥泞，也可以租用景区的费用自理。 后乘车前往延安【宝塔山】，参观优美的宝塔山灯光秀。后乘晚班车返回温馨的家。交通：大巴景点：雨岔大峡谷、宝塔山灯光秀到达城市：延安市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 火车 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **温馨的家**  结束难忘的晋陕之旅。交通：火车到达城市：北京市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |