**【甘南行动派】甘南川西大环线8日游行程单**

探秘小西藏·寻梦至甘南

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | XB17262063987S | **出发地** | 济南市 | **目的地** | 天水市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |
| **产品介绍** | 1、2-8 人 mini 小拼团定制线路，更少团友，乐享自由；2、行程段 2-5 人指定 7 座别克 GL8，6-8 人指定 9 座 1+1 豪华保姆车；3、专车守时接送，不拼单站内 0 等待，尊享 VIP 服务；4、拒绝黑车野车，安排正规旅游资质用车，安全有保障；5、严选甘南川西老司机兼职向导，本地土著人文风情全掌握；6、独家定制价值 128 元橙意盲盒礼包一份，把诚心诚意带回家；7、天水进兰州出，不走回头路，无重复类型景点，不留遗憾；8、川西甘南精华景点全覆盖：麦积山石窟、天水伏羲庙、甘加秘境、拉卜楞寺、桑科草原、尕海湖、郭莽湿地、玛曲天下黄河第一湾、娘玛寺、阿万仓湿地、莲宝叶则、红原草原、花湖、郎木寺、扎尕那、穿越“洛克之路”、米拉日巴佛阁 ；9、随走随停，享更多小众景点，你的行程你做主；10、100%真纯玩 0 自费（景交除外）0 购物，配备矿泉水、纸巾、湿纸巾、雨伞、充电宝，服务无忧；11、全程门票产生根据游客喜好进行安排游览，时产时消，司机代买门票（团费不含），省钱又省心！12.专属真人金牌管家“小橙子（微信同号）”24 小时在线服务，提供独家市区自由行保姆级攻略！让您旅途不再有担忧！ | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **济南-接站-天水酒店**  济南出发--根据列车抵达时间接站，抵达后由专业接送组负责接站（接站无导游），安排入住，自由活动。自由活动推荐：如果时间充足可前往天水古城进行参观游览。天水古城，地处陕、甘、川三省交界处，是甘肃省的东大门，它北边是黄土高原，南边则靠着秦岭山脉，渭河穿城而过，气候四季分明，有着“陇上小江南”的美誉。古城始建于先秦，明代时，逐渐演变出东关、大城、中城、西关、伏羲城五座城池，形成“五城连珠”的格局。到现在，我们能看到的只剩伏羲城和西关两座城池，它们见证着天水璀璨的文化和辉煌的历史。【天水麻辣烫】吃天水麻辣烫，当天水特种兵。最近天水麻辣烫可谓是火爆全网，大街上的香气扑鼻，唇齿间的口口留香，心尖上的念念不忘，这不光是麻辣烫，还是滚烫的人间烟火还可以品尝天水地道美食天水呱呱。天水呱呱是一种甘肃天水的传统风味小吃，被誉为“秦州第一美食”。最早产生于西汉时期，是用当地特产的一种被称作荞麦的淀粉制作的。以香、辣、绵、软着称。交通：高铁 空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 天水地区酒店 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **天水—麦积山石窟—伏羲庙—八坊十三巷—临夏**  早餐后乘车前往国家 5A 级景区【麦积山石窟】（游览 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。麦积山风景区由麦积山、仙人崖、石门、曲溪、街亭温泉五个子景区 180 多个景点组成，拥有丰富多样的生物类型和物种，被称为"陇上林泉之冠"，具有深厚的旅游价值，是丝绸古道黄金旅游线上的一颗耀眼的艺术明珠和最具潜力的旅游胜地。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。后乘车前往【伏羲庙】（游览时间 30 分钟）“两条云岭摩天出，九曲黄河绕地回。自是当年游牧地，有人曾号伏羲来。”伏羲是古史传说中的第一代帝王，相传远古神农、伏羲部落聚集在渭水流域天水，后人则建伏羲庙用来祭祀。【伏羲城】里主体建筑坐北朝南，殿宇层层递进，庄严雄伟，具有鲜明的中国传统建筑艺术风格，宫殿式的建筑富丽辉煌，体现了伏羲在后人心中的地位。游览结束后前往临夏入住酒店，途中游览【八坊十三巷】(游览时间 1 小时）八坊十三巷景区位于甘肃省临夏回族自治州临夏市境内。作为古河州城的历史景区，八坊十三巷是丝绸之路各民族大融合、大交流的重要见证，现已成为集古街民居观光、文化博览、特色美食体验、院落休闲、文化创意多功能于一体的文化休闲聚落与文化旅游景区，是国家 4A 级旅游景区、国家级旅游休闲街区、国家级夜间文化和旅游消费集聚区，甘肃省级历史文化街区、甘肃省级旅游休闲街区、甘肃省示范步行街、甘肃省级文明旅游示范单位等称号交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 临夏地区酒店 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **甘加秘境—拉卜楞寺—桑科草原—碌曲**  早餐后乘车前往：巨峰下的静谧平原【甘加秘境】（游览时间 1 小时，）近年来才刚刚进入甘南旅行者们的视野。尽管这里并不在此次旅行的主要路线上，但其中包含的八角古城遗址、白石崖溶洞等景点，都凭借其原始壮美的景观，在社交媒体上拥有了超高的点击率一而褪去花花绿绿的网红滤镜，这里仍然不愧为“景美人少”的代名词。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。游览结束后前往车程时间 1 小时【 拉卜楞寺】（游览时间 2 小时）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。结束游览后途径车观【桑科草原】（游览时间 2 小时）,这是一处领略草原的辽阔无际。是一处极为宝贵的自然旅游景区，这里设有藏式帐篷接待站两处，每年 7－9 月搭起藏包，为游客准备新鲜奶茶、糌粑、藏包、手抓羊肉等藏区特色风味，还为游客准备了马匹、牦牛、射击篝火晚会等草原旅游节目。游人在这里可以尽情体味神秘淳朴的藏族风情。游玩结束后，碌曲酒店入住。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 碌曲地区酒店 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **尕海湖—郭莽湿地—玛曲黄河第一湾—玛曲县**  早餐后乘车前往甘南第一大淡水湖【尕海湖】（游览时间约 1 小时）。尕海湖所在地域，藏胞称之为“措宁”就是“牦牛走来走去的地方”。尕海湖水草丰茂，许多南迁北返的珍稀鸟类在此落脚和繁殖，黑颈鹤，灰鹤，天鹅等珍禽遍布湖边草滩。后前往【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。结束后乘车前往【玛曲天下黄河九曲第一湾】（游览 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。游览结束后乘车前往玛曲酒店入住休息。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 玛曲酒店 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **玛曲县—娘玛寺—阿万仓湿地—莲宝叶则—阿坝县**  早餐后乘车前往【娘玛寺】（游览 30 分钟）体验世界最大转经筒，转经筒总高度约 35.81 米，下筒直径 12.43米，上筒直径 17.6 米，转经筒自身重量达 320 吨，需要多人齐心协力才能转动。转经筒筒身部分为钛金制作，外部镶嵌浮雕佛像，花纹贴纯黄金金箔 1160m，内部藏有经书 1008 部，共 11 万册，重量达 86 吨。是甘南藏地最具有代表意义的建筑，在金碧辉煌的寺院建筑群里，大藏经转经筒矗立在广场上，光彩夺目。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。后游览【阿万仓湿地】（游览 30 分钟），这里因水泻不畅而形成很多汊河和沼泽，使这片广袤的草原水草丰茂、牛和羊非常肥壮。是一片苍凉而壮丽的草原。随后到达国家 AAAA 级景区【莲宝叶则】（游览时间 2.5 小时），莲宝叶则素有东方的魔幻世界“蜀山之源昆仑天梯"之称。莲宝叶则主要以奇峰异石，冰川遗迹、雪山湖泊为主；是开展观光、摄影、探险、科考、登山等特色旅游之地，是探寻冰川遗迹、穿越石头城堡、亲近神山圣湖、倾听格萨尔传说、体验无人机观光为主的龙头景区。游览结束后入住阿坝县。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 阿坝县 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **红原草原—车观瓦切塔林—花湖—郎木寺镇**  早餐后乘车前往【红原大草原】（游览时间 3 小时）红原大草原地域辽阔，自然景观独特，资源丰富，素有高原“金银滩”之称。红原大草原是花的世界、草的海洋，风情独特，气象万千。后途经【瓦切塔林】到【花湖景区】（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，是镶嵌在草原上的蓝宝石，浮光跃金，一碧万顷，湖岸边芦苇草丰茂。黄鸭、溪鸥、黑颈鹤常栖于湖畔，嬉水自乐，旱獭、灰兔穿梭出没。天鹅、白鹤、黑颈鹤成群结队，或舞姿翩翩，或翱翔于蓝天，欢快的百灵鸟在空中翻飞、身临其境，犹如进入梦幻的动物王国。后乘车前往郎木寺镇入住酒店交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 郎木寺镇酒店 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **郎木寺—扎尕那—洛克之路—米拉日巴佛阁—兰州**  早餐后前往【郎木寺】（游览约 1 小时）郎木寺被誉为“东方的小瑞士”，“甘南香巴拉”，这里自然与人文共存，原生态藏族人的生活在这里体现得淋漓尽致，这里也有全藏区唯独向游客开放的景区之一。后前往【扎尕那】（游览 2.5 小时）扎（zhā）尕（gǎ）那是天然石头城，位于甘肃省甘南藏族自治州迭部县西北 30 余公里处的益哇乡的一座古城，藏语意为“石匣子”。地形既像一座规模宏大的巨型宫殿，又似天然岩壁构筑。 扎尕那山势奇峻、云雾缭绕、宛如仙境。藏寨内游牧、农耕、狩猎和樵采等多种生产活动合理搭配和互补融合，成为人与自然和谐相处的一个典范。游览结束后，乘车前往【洛克之路】美国植物学家约瑟夫•洛克当年选择的一条从甘南卓尼县扎古录乡前往迭部的科考路线，现在因为其具有的挑战性和一路上令人惊叹的美景而声名鹊起，成为甘南自驾的一条经典路线。【米拉日巴佛阁】（游览时间 1 小时）共九层，供奉以米拉日巴尊者及其弟子为主的藏传佛教各派的开宗祖师，有以金刚为主的四密乘的众多佛像、菩萨、护法神等各类佛像 1720 尊。反映藏传佛教内容的各类壁画规模巨大，绘画技法高超，具有很高的艺术价值。在中国藏区共有两座米拉日巴佛阁，这座佛阁为安多藏传佛教名刹之一，建筑气势雄宏，金碧辉煌。常年有住寺喇嘛学习研修，供奉佛主，有独特的文化氛围。游览结束后，入住兰州酒店交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州酒店 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **兰州送站/送机**  今日是返程日，早上在酒店用餐后，可稍作休息，根据您的航班/高铁时间送机/送站，返回您温馨的家~【温馨提示】1、 地接旅行社会根据每位游客不同的返程时间安排提前送站，请游客一定保持手机畅通，耐心等侯旅行社工作人员的联系。2、 酒店退房时间为中午 12 点、出发时间是在 12 点后的客人，请提前退房，再自行安排活动。3、 今日不含正餐，请游客根据自身情况及返程时间合理安排用餐时间。4、 酒店的退房时间规定为中午的 12：00 之前，需延长休息的游客请自行与酒店前台了解情况，并请根据酒店的要求办理退房手续。退房后可在酒店大厅等侯旅行社送站人员，大件行礼可寄存在酒店前台。贵重物品请自行保管。特别说明：在不减少景点和所列项目的情况下，我社可能根据实际情况调整景点游览先后顺序交通：空调旅游车，高铁 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1. 大交通：济南-天水高铁二等座，兰州-济南高铁二等座或航班2. 交通：行程段 2-5 人指定别克商务，6-8 人指定 9 座 1+1 豪华保姆车；接送站不指定车型，保证一人一正座；（旺季如遇特殊情况，根据人数匹配车型 2-3 人安排 5 座车）2.精选特色酒店，升级两晚 4 钻天水 4 钻参考酒店：天水麦积大酒店或同级或同等标准酒店临夏参考酒店：临夏东兴温泉酒店或同等标准酒店；碌曲参考酒店：碌曲红山假日、诺杰林酒店或同等标准酒店；阿坝县参考酒店：阿坝青藏商都或同等标准酒店；玛曲县参考酒店：阿迷妈罗酒店或同等标准酒店；郎木寺参考酒店：8090 宾馆、丁丁宾馆或同等标准酒店；费用包含兰州 4 钻酒店：兰州长信国际大酒店、兰州陇鑫大酒店或同等标准酒店；房间为双人标准间，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。如出现单男单女或单人，请补齐单房差。甘南地区住宿条件落后，部分地区为县城以下水平，敬请知悉，如果对住宿要求较高，可主动咨询酒店升级价格。（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）3.用餐：全程正餐自理，早餐为入住酒店赠送，标准以酒店提供为准；取消均不退费4.保险：代购旅游意外险（最高赔偿额不超过 10 万，最终解释权归保险公司所有）保险公司对 3 岁以下和 70 岁以上人群不受理，70 岁以上老人我社无法接待。3 岁以下需要监护人陪同方可参团。5.儿童：2—12 岁（1.2 米以下）含行程内汽车车位、司兼导服务费，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。6.人力不可抗拒因素（如航班取消等）因素，造成额外损失（如车位损失、房费等），由游客自理！ | | |
| **费用不包含** | 1.单房差说明如 1 人全程入住相应指定酒店单独包房，需补单房差。（一人一天一床位，若产生单男单女我社将调配同团人员进行拼房，若无法拼房，需要补单房差）2.导游：无导游，全程司机兼向导，不提供景区讲解服务3.不可抗力原因所引致的额外费用因交通延阻、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。4.门票：全程门票自理，按游客需求司机代买门票 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 【证件说明】：请您在签订合同的时候提供有效的身份证件以及随行人员的身份证件及姓名，行程中也请您随身携带有效期内的身份证件（国内游客：身份证、军官证，国际游客：护照），住宿及景区同样出示证件！敬请配合旅行社工作！如因个人原因没有携带有效身份证件造成无法办理入住手续所造成的损失，游客行承担责任。【不可抗力免责说明】：由于不可抗力等不可归责于旅行社的的客观原因或旅游者个人原因，造成旅游者经济损失的，旅行社不承担赔偿责任。如恶劣天气、自然灾害、火车延误、汽车塞车等不可抗力原因如造成团队行程更改，延误、滞留或提前结束时，旅行社不承担责任。因此发生的费用增减，按未发生费用退还客，超支费用由游客承担处理。【退团说明】: 游客报名后因故不能参加本次旅游，可在出发前换人参团，再与旅行社重新签订合同；如果确认退团，游客须承担大小交通损失费，出发前 7 天内要求退团，还须赔偿旅行社业务预订损失费。如出发前 3天内退团，按照团款的 90%损失费赔偿给旅行社；出发后如中途取消，所有团款不退。【保险说明】：旅行社已经购买旅行社责任险和旅游人身伤害意外险。旅行社责任险是旅行社投保，保险公司承保旅行社在组织旅游活动过程中因疏忽、过失造成事故所应承担的法律赔偿责任的险种。旅游人身意外伤害险(请关注各保险公司对于投保游客年龄的限制，游客自行缴费即为该保险的投保人和受益人，由保险公司对游客受到的意外伤害进行承保，意外伤害的定义是【指遭受外来的、突发的、非本意的、非疾病的客观事件直接致使身体受到的伤害】。游客认真阅读旅游人身意外伤害险的具体条款并无异议后，由旅行社代游客到保险公司购买，理赔额度解释权归保险公司所有)，70 岁以上请自行办理保险，保险公司的赔付额为最终赔付，旅行社不再进行赔偿。游客应保证自身身体条件能够顺利完成旅游活动，游客自身疾病不在保险赔付范围之列，由自身疾病所产生一切费用均自理，一切后果均自担，旅行社及保险公司均不承担责任。因道路交通故造成游客人身及财产损失，将依据《道路交通事故处理办法》进行赔偿，我社给予协助。游客在旅游活动中，发生意外伤害时，旅行社协助游客联络医疗机构进行救治并向保险公司报案，游客或其家属自行缴付医用，因游客或家属拒付医疗费用造成的各种伤害和风险旅行社不承担责任;治疗结束后，旅行社出具证明协助游客办理保险赔付手续。【未成年人保护说明】：旅行社不接受未满十八周岁、不具备完全民事行为能力的未成年人单独参团。未成年人必须有成年人陪伴方可参团，一起报名参团的成人即为其参团过程中的监护人，有责任和义务做好未成年人的安全防范工作。【甲方代表与合同变更说明】：甲方（即旅游者）签订合同的代表必须征得合同内所有游客的同意，方可代表甲方与旅行社签订合同，合同变更的相关事宜也必须由合同签订人携带合同到旅行社进行变更。【特别约定说明】：①行程中发生纠纷，旅游者不得以拒绝登（下）车（机、船）、入住酒店等行为拖延行程或者脱团，否则，除承担给旅行社造成的实际损失外，还要承担旅游费用 20-30%的违约金。②游客投诉以在途中填写的《行程满意度调查表或旅行社服务质量跟踪表》为准，请团友认真填写；在行程中，如对服务及接待标准有异议，请及时与带团导游沟通或直接反馈回旅行社。③请您仔细阅读行程及游客须知，如有异议，请在签订本次行程计划合约前提出，协议一旦签订，旅行社即按行程内容安排接待，如若您没有按相关注意事项执行，造成的一切责任后果及相关损失将由您自行承担。 |
| **温馨提示** | 一、衣着方面：1、甘南平均海拔3000米以上，属高原气候、温差大、空气稀薄，要带足衣物及随身用品。2、由于高原早晚温差较大，且气候变幻无常，需要及时增减衣，以免感冒。3、高原紫外线较强，太阳镜、太阳帽、防晒霜、护肤霜、长袖上衣、毛衣等为必备用品。4、必备用品：有时会遇上雨夹雪，草原早晚温差大，游客最好能带上相关雨具并注意做好保暖工作。最好不要穿短袖上衣和短裤，一年四季都必须带羽绒服外套。5、夏季主要是春秋＋夏装的组合，但颜色一定要鲜亮，拍出的照片才会好看。鞋子最好是旅游鞋或登山鞋。二、饮食方面：1、甘南旅游注意事项之饮食方面，不可暴饮暴食，以免加重消化器官负担，不要饮酒和吸烟，多食蔬菜和水果等富有维他命的食品，适量饮水。2、途中所过各地，青稞酒非常可口，但后劲很大，切勿！在甘南吸烟会加重高原红细胞增多症，过量饮酒危害更大，在高原酗酒更容易诱发高原肺水肿和消化道出血。不要一开始就吸氧，尽量要自身适应它，否则，你可能在高原永远都离不开吸氧了，因为依赖性非常强。3、可服用一些常用的预防缓解高原反应的药物，如高原红景天、西洋参含片、百服宁、西洋参、丹参丸、葡萄糖液等。4、由于气候差别大，最容易感冒和不适，而藏式食物以生冷居多，因此，去甘南旅游应带上感冒药、消食药和红景天含片之类药，此外咀嚼口香糖也有助于缓解高山反应。三、高原反应：（特别重要）1、甘南一路，海拔最高的地方是郎木寺，平均海拔为3400米，夏河海拔2850米，合作海拔2980米，虽然各地区海拔并不是很高，但有些人也会出现不同程度的高原反应，所以，初次到甘南旅行的话，应准备一些抗高原反应的药物，如红景天等。2、若感到头痛或胸闷，首先要放松心态，切勿跑跳和剧烈运动，若感到严重不适建议立即返回至海拔较低的地区。3、带点水和食物，万一堵车，预备葡萄糖口服液，预防高原反应、缺氧。四、藏族人的风俗与禁忌：（做个文明的游客哦）1、甘南藏族由于过去长期受到宗教的束缚，在生活上的风俗禁忌比较多，去之前要做好功课，尊重当地的风俗习惯。甘南地区的藏民，重礼节、讲友谊、热情好客。见面时会伸出双手，掌心向上，笑脸相迎。尊卑之间礼节极为严格，不能疏忽。2、藏族人伸舌头是一种谦逊和尊重对方的行为，双手合十表示对客人的祝福。但需要注意，藏族人最忌讳别人摸自己的头。一些藏民有随身带刀的习惯，一定要避免发生冲突，安全第一。3、寺庙的外围建筑一般是可以随意拍摄，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。在寺庙里，如果要给佛像、唐卡或经堂内部等拍照，应该先征得寺庙僧人或喇嘛的同意。4、进寺庙时，忌讳吃大蒜或身上留有蒜味、忌讳吸烟、摸佛像、翻经书、敲钟鼓。对于喇嘛随身佩带的护身符、念珠等宗教器物，更不得动手抚摸；寺庙内要肃静，就坐时身子要端正，切忌坐活佛的座位。如能参观辩经，欣赏、旁听就好，不要指指点点，也不要拍照或者弄出光亮和声音。5、藏民接待客人时，无论是行走还是言谈，总是让客人或者长者为先，并使用敬语，如在名字后面加个：“啦”字，以示尊敬和亲切。迎送客人，要弓腰屈膝，面带笑容。室内就坐，要盘腿端坐，不能双腿伸直，脚底朝人。接受礼品，要双手去接。赠送礼品，要弓腰双手高举过头。敬茶，酒，烟时，要双手奉上，手指不能放进碗口。需要再次提醒的几个方面：1、甘南地区佛寺林立，教徒众多，所到之处都是宗教影响力极大的地区，要尊重当地不同民族的风俗和宗教习惯，一定要切记这一点。2、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。3、因为路况不太好，容易晕车的人一定要带好晕车药。4、到甘南旅行，安全很重要，到草原上游玩或深入藏民村落时要谨慎提防牧民家的藏獒或者巨型犬。5、不乱扔垃圾，随手准备一个垃圾袋，把垃圾带回旅馆或有垃圾处理能力的地方。不在湖边野外抛弃垃圾。 |