**青海甘肃 沙湖之恋双飞8日游 B版7.11-8.26行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 24333 | **出发地** | 山东省-济南市 | **目的地** | 兰州市 |
| **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** | 【单人可拼房】单人出行报名，由我社协调同性团友拼房，不收取单房差。 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **客源地--兰州新区/西宁**  各地抵达兰州新区/西宁，落地后根据航班时间安排车接机，前往酒店报名字入住休息，休息期间可以自由活动。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州新区/西宁 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **兰 州 新 区 /西 宁 -- 祁 连 （500km 约 6 小 时 ） -- 张 掖 （200km 约 3 小时）**  酒店早餐，后前往祁连，参观祁连大草原 ， 位于青海甘肃交 界处的祁连山山脉，平均海拔在 4000 米～5000 米之间，高山积 雪形成的硕长而宽阔的冰川地貌奇丽壮观，像一条横亘的银色巨 龙属于高海拔草原。草原、 白云、牛羊群、雪山、牧民和冒着炊烟的帐篷构成了它绝美的画卷。游览【达坂山观油菜花海】（游 览时间约 30 分钟 ， 6.27-7.26 号是油菜花最美的季节 ， 如遇天 气情况变化 ，花期也会随着变化） ， 嫩绿的枝干，金黄的四朵花 瓣，娇艳欲滴地站在苍茫雪原的绿洲深处，傲视天下名草名花， 独领一种不惧霜寒的风骚。你甚至不需要灵敏的嗅觉，就能在目 力所不能及的地方嗅到油菜花清醇的芳香，都说桂花十里香，但 这一望无际的油菜花所蕴藏的香 气何止十里，她整整延伸了一百 多公里，香气熏透了整个门源盆地!后乘车前往张掖，抵达后游览【丹霞地貌】（游览 1.5-2 小 时、含区间车） ，这里是《三枪拍案惊奇》《长城》 电影取景地， 摄影爱好者的天堂。如一幅气势磅礴的画卷，铺陈在天地之间。 远观之下，那色彩斑斓的山峰，层峦看嶂，仿佛是女娲补天后遗 留的彩石，被岁月精心雕刻。后入住酒店。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 张掖 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **张掖--嘉峪关（230KM、约 3 小时） --敦煌（380KM、 约 5 小时）**  酒店早餐，后乘车前往嘉峪关，抵达后游览【嘉峪关关城】 （游览 1-2 小时） ，嘉峪关关城是明代万里长城的西端起点，是 明代长城沿线建造规模最为壮观，保存程度最为完好的一座古代 军事城堡。随后出发前往瓜州（260KM、约 3 小时） ，前往参观【大地 之子】 (游览 15 分钟） ， 清华大学美术学院雕塑系主任、雕塑家 董书兵老师的作品。一个婴儿俯卧在祖国的大西北，一览无余， 酣睡平静，据说是想通过雕塑这一艺术展现形式唤醒公众对于地 球的环保意识。后参观【海市蜃楼】 (游览 15 分钟） ， 与大地之 子相隔很近，据说设计灵感来源于榆林窟 25 窟经变画里的盛唐风 格建筑。纯白的建筑以线条的形式，与环境产生极大的对比。后 参观【汉武帝雕像】 (游览 15 分钟） ， 青年雕塑家张万兴创作的 以丝路文明为背景的大型户外雕塑作品，也是“荒野艺术计划 ” 大型艺术创作活动系列作品之一。坐落在广袤无垠的沙漠中，神 情威严肃穆。后前往敦煌入住酒店。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **敦煌--鸣沙山月牙泉 （12KM、 约 20 分钟） --莫高窟 （11KM、 约 20 分钟） --敦煌**  酒店早餐，后前往世界文化遗产【莫高窟】 (B 票 ，游览 2-3 小时） ， 莫高窟是集建筑、彩塑、壁画为一体的文化艺术宝库， 内容涉及古代社会的艺术、历史、经济、文化、宗教、教学等领 域，具有珍贵的历史、艺术、科学价值，是中华民族的历史瑰宝， 人类优秀的文化遗产。后前往参观【鸣沙山月牙泉】 (游览时间 2-3 小时) ， 古往今 来这里以"山泉共处，沙水共生"的奇妙景观著称于世，被誉为" 敦煌八景"之一 。月牙泉处于鸣沙山环抱之中，其形酷似一弯新 月而得名，被誉为"塞外风光之一绝"。后自行参观鸣沙山万人星空演唱会 ，闪耀的人海星河，别具 匠心的场景，强劲的音响灯光，撩动人心的歌曲，足以让每一个 人，唱得响亮。重新建构生命的意义，更愉悦地享受当下的生活。结束后入住酒店休息。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **敦煌--阿克塞（100KM 约2小时）--黑独山（130KM 约2小时）--水上雅丹（200KM 约4.5小时）--大柴旦（240KM约3小时）**  酒店早餐，酒店早餐，后前往阿克塞，抵达后参观【博罗转井影视基地】（游览1小时，不含区间车），走进博罗转井，你会被这里的荒废小镇所吸引。建筑、树木和偶尔出现的动物，都在诉说着一段已不存在的家园故事。这里充满了荒野的宁静与历史的厚重感。后前往参观【黑独山】（游览1.5-2小时，不含区间车）黑独山以黑色砂石组成，风沙为强劲的画师，日积月累对黑砂石进行分层排序，从小至大沿山峰、山坡和戈壁滩有规则散布，又加细沙的素描，在瀚海里形成黑灰相染的泼墨画意。后前往水上雅丹，途经南八仙雅丹，这是一片雅丹地貌，规模宏大，被风侵蚀的土林群。名称来自上世纪的八位女地质员，他们为了寻找石油资源而牺牲在这片土地。抵达后参观【水上雅丹】（游览1-1.5小时、不含区间车），它是世界上唯一的水上雅丹地貌，因为湖面抬升，逐步淹没北缘的雅丹群，形成了独一无二的水上雅丹，就像一望无际的荒漠中凭空而出了一片“汪洋”，它立于这片汪洋之上，魔幻而神秘。沙丘湖泊形成一幅美丽动人的画面，美不胜收。随后出发前往大柴旦，途经最美U型公路（政府规定禁止停车），在国道315第781公里处，是著名的网红打卡地U型公路。抵达后入住酒店。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 大柴旦 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **大 柴 旦 -- 茶 卡 （400KM ， 约 5 小 时 ） -- 青 海 湖 沿 线 （150KM ，约 2.5 小时）**  酒店早餐，后乘车前往参观【翡翠湖】（不含区间车、游览 1-1.5 小时） ， 是青海海西州的第三大人工湖，属于独特的盐湖 风貌，是矿区资源开发后的产物，呈不同色调的蓝色或绿色。后参观【茶卡壹号-盐湖景区】 （不含区间车 、 游览 1.5-2 小时） ， 被誉为“人一生必去的 55 个地方 ”之一，更是摄影爱 好者心中的摄影天堂。这里水天相连，如梦如幻，行走在湖面上， 看着自己的倒影，犹如来到了仙境。还有群山，景色蔚为壮观， 一个会让人迷失的世界，为国家 5A 级景区。后前往中国内陆第一大咸水湖青海湖，游览【青海湖二郎剑 景区】（游览 1-2 小时） ，在这颗高原明珠上，感受微风吹过在 湖面卷起涟漪，眼前的湖泊，远处的雪山，放慢脚步，把美色留 住。后前往青海湖沿线入住酒店。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 青海湖沿线 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **青海湖沿线--塔尔寺（150KM 约 2. 5 小时）--西宁（40KM 约 1 小时） /兰州市区（240KM 约 3.5 小时）**  酒店早餐后前往文迦牧场体验特色活动，投壶、射箭、蹴鞠、 捶丸、飞镖、大力王、藏式变装体验、萌宠乐园游览（不含喂养） （赠送项目，因客观原因导致赠送的项目体验不了，无费用可退）：体验纯正的藏族生活,感受大自然与人文的完美融合。后乘车前往塔尔寺，抵达后参观藏传佛教六大宗主寺之一的 【塔尔寺】（游览时间 1.5-2 小时、不含讲解费和区间车） ， 首 屈一指的名胜古迹和全国重点文物保护单位。因先有塔，而后有 寺，故名塔尔寺。塔尔寺的酥油花、壁画和堆绣是其艺术三绝， 非常值得一看。后体验【煨桑活动】 （赠送项目 ， 因客观原因导 致赠送的项目体验不了 ， 无费用可退） ， 是藏民族最普遍的一种 宗教祈愿礼俗，是宗教场所不可或缺的形式之一，在有着悠久历史的雪域高原，有着厚重文化积淀的藏民族和藏传佛教，煨桑之 举是有其产生的思想基础、社会背景的，也伴随着美好的传说。 后乘车前往西宁/兰州市区，抵达后入住酒店。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州新区/西宁 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **西宁/兰州市区--客源地**  酒店早餐后，根据航班时间安排送机，结束难忘的旅程！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 服务标准：所有赠送项目不用不退，因客观原因导致赠送的项目参观不了， 无费用可退。大交通：出发地-西宁/兰州市区往返经济舱机票含税交通安排：8 人以上（含 8 人）升级 2+1 陆地头等舱豪华用车， 保证一人一正座，不提供座次要求； 因沿线有行车公里数限制及 部分路段维修，易发生堵车，发车时间均较早，行程内标注出发 及行车时间均为预计，具体情况可能略有不同；行程内所有自由 活动期间及行程外均不含用车，请予以理解。导游服务： 当地优秀导游服务，一人也成团，一人也含导游。酒店安排：五晚四钻酒店，兰州市区升级一晚五钻酒店，一晚特 色酒店。保证拼住，每人一床位。因西北条件有限，酒店热水分 时段供应，青海大部分酒店无空调、带独立卫生间。客人自愿放 弃住宿、费用不退。如我社提供的参考酒店无法接待的情况下， 我社可以协商安排其他酒店！用餐安排：含 7 早 6 正餐（50 元/正/人，十人一桌，八菜一汤， 不含酒水） ；餐厅将根据每桌实际人数，对菜品数量进行相应增 减。酒店提供早餐（不吃不退费） 。景区一般地处偏远，餐标相 对大城市较差，藏区海拔较高，米饭有夹生现象，团餐以蔬菜为 主，不习惯者请提前自备佐食，因整体餐费不以个人用餐与否减 少， 自愿放弃用餐无费用可退，敬请谅解。门票安排：行程所列景点含首道门票和所标明的区间车，行程中的车程时间不包含景点的游览时间； 当日景点游览顺序在不影响 行程的情况下，我社可调整游览顺序。行程所含门票报名的时候 均已按照优惠价格减去差价，持有特殊证件的游客，如老年证、 导游证、军官证、学生证、浙江籍、南京籍、山东籍客人等等， 均不可再次享受门票优惠或退费政策。请周知！儿童费用：仅含旅游目的地旅游车位费和餐费，不含门票、早餐 及赠送项目等的费用，如产生敬请自理！！！特别说明：接送站免费赠送，无导游、 自愿取消安排接送机服务 费用不退！ 所有景区视情况而定，有可能会调整参观先后顺序，敬请谅解。 | | |
| **费用不包含** | 一、单房差单人出行，若住一间房需补单房差。二、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。三、景区配套便民服务设施及体验项目景区 ：1.【敦煌鸣沙山】 电瓶车单程 10 元/人、往返 20 元/人、骑骆驼 130-150 元/人、摩托 150 元/人、滑沙 40 元/人，鞋套 15 元/人。直升机 500 元/人、滑翔机 480 元/人（选消）；2.【黑独山】 区间车 60 元/人（必消）；3.【水上雅丹】 区间车 60 元/人（必消）；4.【翡翠湖】 区间车 60 元/人（必消）；5.【茶卡壹号 · 盐湖景区】 观光陀车 30 元/人、越野卡丁车 100 元/人、环湖巴士 80 元/人、竹排筏 40 元/人、观光吉普车 150 元/人；高空玻璃（观景）38 元/人（选消）；观光小火车+鞋套+高空玻璃（观景）+盐伴手礼 108 元/人（必消）；6.【青海湖】 游船 140-180 元/人、 小火车 120 元/人（选消） ；7.【塔尔寺】 区间车 35 元/人、讲解费 15 元/人起（必消，根据 人数核算费用）。特色演出（选消）：1.《回道张掖》260 元/人，2.《敦煌盛典》268 元/人起， 3.《乐动敦煌》298 元/人起，4.《又见敦煌》普通 318 元/人，至尊 688 元/人。特色餐饮（选消）：1.【敦煌大漠烤全羊】 ：1980 元/只起；2.【敦煌大漠风情宴】 ：最具代表敦煌特色风味菜 1880 元/桌；3.【 日月盛宴】 ：298 元/人。所有自费项目请以景区实际公布价格为准 ！航空保险、旅游意外保险；因旅游者违约、自身过错、自身疾病、 导致的人身财产损失而额外支付的费用！ | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 自费 | 【博罗转井】区间车30元/人（必消）；【黑独山】 区间车 60 元/人（必消）；【水上雅丹】 区间车 60 元/人（必消）；【翡翠湖】 区间车 60 元/人（必消）；【塔尔寺】 区间车 35 元/人、讲解费 15 元/人起（必消，根据 人数核算费用）。【茶卡壹号·盐湖景区】观光小火车+鞋套+高空玻璃（观景）+盐伴手礼108元/人（必消）； | 30 分钟 | ¥ 10.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 关于旅游风险须知和安全提示确保身体健康:确认自身体条件能够适应和完成旅游活动。注意饮食卫生:提高防护传染病、流行病的意识。注意用餐卫生， 不食用不卫生、不合格的食品和饮料。注意人身安全:请在自己能够控制风险的范围内活动，切忌单独行 动，注意人身安全。旅游途中因特殊情况无法联系团队的或遇紧 急情况的，应立即报警并寻求当地警察机关帮助。遵守交通规则:过马路时走人行横道或地下通道。行车途中系好安 全带并不要在车内走动，老人和儿童要有成年人陪护， 以防不确 定危险。车辆在颠簸路段行驶过程中不要离开座位和饮食(主要是坚果类)， 以免发生呛水或卡咽危险。保管贵重物品:贵重物品随身携带或申请酒店的保险柜服务，勿放 入交运行李、酒店房间里或旅游巴士上。随身携带财物稳妥安置， 不要离开自己视线范围。游览、拍照、散步、购物时，随时注意 和检查，谨防被盗遗失。如果从未进过高原，在进入高原之前，一定要进行严格的体 格检查，如发现心、肺、脑、肝、肾的病变，严重贫血或高血压 病人，请勿盲目进入高原， 以避免这些人在旅游途中发生意外。 患有以下疾病的人员不宜上高原 :（1)年龄在 50 岁以上的高血压患者；（2)患有器质性心脏病、脑血管疾病患者；（3)未获控制的糖尿病患者；（4)患有慢性肺病的患者，各种呼吸功能不全 ;支气管哮喘病人；（5)各种血液病患者；（6)各种心肺疾病引起的肺动脉高压患者；（7)睡眠中容易出现呼吸暂停的人；（8)癔病、癫痫、精神分裂症等神经与精神性疾病患者；（9)重症感冒、呼吸道感染的人；（10)以往患过高原病及其他严重慢性疾病等的人。西北旅游注意事项西北以其悠久的历史、浓郁的少数民族风情、奇特的地形地 貌、众多的热点旅游线路越来越受到中外游客的青睐。但与内地相比方方面面都有看一定的差距，为使身处旅途的您能尽兴游览 美丽的景色，愉快的享受轻松的假期，特备以下注意事项供您参 考:【食】1.西北团队餐主要以牛羊肉为主，口味偏重，较辣。主食以米饭、 花卷为主。西北大部分地区气候干燥，为增强抵抗力应加强蔬菜 水果摄入，切忌无节制喝水，吃水果要少食多餐。另为预防肠胃 不适，请自备常用药品。2.藏区的酥油茶之类食品不太适合内地人肠胃，不能多吃。当地 有待客的酥油茶空碗必重新添满的习俗，故建议始终保持碗内酥 油茶三分之二满，如此既不伤害藏民感情又保护自己，建议携带 黄莲素之类止泻药。3.青海是各族穆斯林聚居区，在任何清真餐厅就餐注意不要带入 非牛羊肉的外食，不要饮酒，尽量不要浪费食品。【住】西北地区昼夜温差大，晚上睡觉时应将空调开到适度，不要过凉， 睡觉时盖棉被， 以免造成身体不适。【行】1.城市间路途较远，景点较分散，故乘车时间较长，请您做好吃 苦准备，备好晕车药，旅游车大部分为全封闭车。2.西北较为干燥，请随时注意补充水分，多饮水，紫外线强烈， 请备口罩，防晒霜，太阳眼镜等物品。3.在西北旅游时，部分景点须您下车体验行走、爬山、骑骆驼的 乐趣。所以，建议您最好在出发前准备一双舒适、合脚、便于行 走的鞋，最好是平底鞋。【游】1.西北地区少数民族聚居，请游客入乡随俗，尊重少数民族习俗。 请听从导游的安排，不要提及少数民族群众忌讳的话题。2、西北景点人文景观较多，请注意听导游讲解。3、寺院或庙宇殿堂里的佛像严禁拍照请注意专院门前的注意事项。【购】购买物品时一定要注意，尽量不要发生口角。西部地区少数民族 群众性格比较直，游客购物时，请先商议妥价格后再购买。不要 驻足观看，对于自己确定要购买再讨价还价。【娱】1.旅游过程当中建议大家不要单独外出，2.沙漠面积较大，没有明显路标，请听从导游安排，不要乱走。3.客人参加自费娱乐活动，须认真听从导游咐的安全及活动注意 事项，在沙漠活动时，请带上矿泉水、太阳镜、太阳帽等用品， 并请将您的手表、手机、照相机等装入随身携带的包内密封， 以 免细沙进入其中，对精密仪器造成不必要的损坏。高海拔注意事项1.保持良好的心态、乐观的情绪、坚强的自信心，既不过于紧张， 也不过于兴奋，对于减弱高原反应带来的身心不适十分重要。2.注意防寒保暖:高原天气特点是:气温低，一般海拔每上升 1000 米，气温下降 5-6℃ ;早晚、昼夜温差大 ;天气变化快，刚刚还艳 阳高照，很快可能狂风大作，雷雨冰雹。因此，在高原一定要注 意防寒保暖，谨防感冒，建议手边多带一件衣服，热了记得脱、 冷了及时穿。3.当感觉自己的身体状态异样时，应该向司导或者同团团友反映 情况:如果是独自旅行，感到情况较为严重时，应当及时获医。千 万不要逞强硬、不要隐瞒。团友之间要要彼此多关注，一旦发现 身边有人反应特别异常(如神志不清等)，及时采取处置措施。 |