**【寻秘甘南】甘南双高8日·4-6人VIP精品小团行程单**

达宗湖、拉卜楞寺、桑科草原、阿万仓湿地、娘玛寺、莲宝叶则、黄河九曲第一湾、纳摩大峡谷、郎木寺、扎尕那、官鹅沟、麦积山石窟

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | XB1749194063rB | **出发地** | 济南市 | **目的地** | 甘南藏族自治州 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 高铁 | **返程交通** | 高铁 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |
| **产品介绍** | ※ 美景盛宴：l 这里有迂回曲折、壮美的九曲黄河第一大转弯， 既能观赏到奇特且壮丽的自然景观，也是摄影师钟爱的取景地；l 这里有世界上最大的转经筒，目前正在申报世界最大的大藏经转经筒吉尼斯纪录；l 这里有云端仙境扎尕那，山势奇峻、云雾缭绕、既像一座规模宏大的巨型宫殿，又似天然岩壁构筑；l 这里更是土拨鼠的乐园，在这场甘南土拨鼠探险之旅中，别忘了用相机记录下每一个美好；l 还有被誉为&quot;东方雕塑馆&quot;的中国四大石窟之一麦积山石窟，可以媲美九寨沟的最原始、最生态的风光;※ 重磅升级：明示酒店，精选当地高标准酒店，可自选其一，保证一晚住宿当地特色民宿；※ 用心设计：精心安排行程，不选凑数景点，不赶时间，不限时间，轻松随意；兰州进、天水出，不走回头路；※ 舌尖美味：不安排雷同团队餐，自己选择品尝当地特色美食；※ 纯玩无忧：不安排购物，轻松出行无负担!※ 私家定制：4-6人小团，更适合家庭出游、闺蜜出游、同学朋友结伴出游。※ 特别赠送：黄河羊皮筏子漂流+养生足疗 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **济南—兰州 黄河风情线—黄河羊皮筏子漂流—正宁路夜市**  济南东乘坐G2006（07:45发车）、济南西乘坐G2003（08:11发车）前往兰州。兰州素有黄河明珠、拉面之乡、黄河之都、瓜果城、西北小江南、羲皇故里、轩辕故里、易学之都等美誉。下午15:12抵达兰州，导游接站，开启愉快旅程！游览【黄河风情线】（车程约2小时），位于兰州市区的黄河两岸，全长超过百里，被誉为“兰州外滩”。它以中山桥为中轴，以黄河两岸风光为依托，依山就势，巧夺天工，是一个集休闲、娱乐、观光、旅游为一体的滨河风景区。特别赠送体验：黄河羊皮筏子漂流。羊皮筏子俗称排子,为黄河沿岸的民间保留下来的一种古老的摆渡工具,也是一种古老的水上运输工具，现为国家级非物质文化遗产。（此项目具有一定风险性，请按照工作人员要求穿好救生衣，做好安全措施。）前往正宁路小吃夜市，畅快品尝当地特色美食（费用自理），后送回酒店休息。住宿酒店：兰州西关正宁路亚朵酒店或铂苑酒店（兰州中山正宁路夜市店）交通：高铁、商务车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州 网评4钻酒店 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **兰州—夏河县 达宗湖—拉卜楞寺—桑科草原**  兰州—夏河县 达宗湖—拉卜楞寺—桑科草原 早餐后，乘车前往【达宗湖】（车程约2.5小时），人们形容达宗湖象一颗镶嵌在密林幽谷里的明珠，在高山峡谷人间放射着耀眼的光芒！在这里，可以邂逅真正生活在高山草甸的土拨鼠，亲手给它们喂食，抚摸它们的软毛，与站起来的萌宝宝合照，可以开心一整天啦......【拉卜楞寺】是甘南地区的政教中心，简称扎西奇寺，一般称为拉卜楞寺。拉卜楞寺是藏语"拉章"的变音，意思为活佛大师的府邸。是藏传佛教格鲁派六大寺院之一，被世界誉为"世界藏学府"。在这里可以体验3.5公里转经长廊，参观六大扎仓和酥油花馆。【桑科草原】草原却辽阔无际，是一处极为宝贵的自然旅游景区。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。（可自费参与草原骑马等项目）住宿酒店：夏河天珠国际酒店或夏河佐盖隆重大酒店交通：商务车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 夏河 网评4钻酒店 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **夏河县—久治县 阿万仓湿地—娘玛寺**  早餐后，乘车前往有着黄河第一弯最美丽的画卷之称的【阿万仓湿地】（车程约4小时），2008年《中国国家地理》举办的“选美中国”活动中，以阿万仓贡赛尔喀木道湿地为核心的玛曲湿地群被评为“中国最美的五大草原湿地”第一名。在这里，蓝天出奇的蓝，像一面反光的碧玉，倒映出人世间的仪态万千；各种形状白茸茸的云楼低的好像伸手可摘，仿佛能挤出奶来；连小路旁边的小溪水也绿的让人说不出话来，是一个真正理想的乐园。特别是夏季清凉无比，空气清新，也是避暑的好去处。【娘玛寺】又称努尔玛寺，属藏传佛教格鲁派寺院。娘玛寺大藏经转经筒高约50米，重量约300吨，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1160㎡，内部藏有经书约11万册，是甘南藏地最具有代表意义的建筑，目前保持世界最大的大藏经转经筒吉尼斯纪录。住宿酒店：久治隆达雅珠大酒店或久治年保罗布大酒店交通：商务车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 久治 网评3钻酒店 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **久治县—唐克镇 莲宝叶则—黄河九曲第一湾 看日落**  早餐后，乘车前往【莲宝叶则】（车程约2小时），莲宝叶则景区位于川、甘、青三省结合部，属巴颜喀拉山南段支脉，为安多藏区众神山之首,素有"蜀山之源 昆仑天梯"之称。莲宝叶则地区是格萨尔王征战的古战场，至今还传扬着许多格萨尔王故事。莲宝叶则既是一个充满幻想、变幻莫测的奇峰异石世界，更是让人充满无限遐想的大自然杰作。【黄河九曲第一湾】（车程约3.5小时），黄河第一湾以其独特的地理景观著称，九曲黄河在此形成第一个大弯。此地丘状高原如小岛般浮于河中，岛屿众多，红柳成林，婆娑多姿。这里不仅是锦鸡、黄鸭、野兔、丹顶鹤、黑颈鹤等野生动物的乐园，还被中外科学家誉为“宇宙中的庄严幻景”。夕阳西下时，黄河水泛着红色的磷光，天空中满是红霞，景色尤为迷人。此时，可登上观景台俯瞰整个黄河第一湾的美景，拍摄日落熔金。住宿酒店：若尔盖漫岛酒店（3钻）或唐克天河一湾酒店（2钻）（注：此酒店虽是网评2钻，却是2023年开业新酒店，但设施齐全，评分较高）交通：商务车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 唐克 网评3钻/2钻酒店 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **唐克县—扎尕那 若尔盖花湖—纳摩大峡谷—郎木寺—扎尕那**  早餐后，前往【若尔盖花湖】（车程约2小时）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。若尔盖花湖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。壮观的草原蜃景更是妙不可言。【纳摩大峡谷】峡谷周围怪石林立，景观奇幻秀美。当真正进入峡谷后，才发现真的是柳暗花明，有路似无路，处处是惊喜。峡谷里面有很多洞穴，仙女洞、盘龙洞......其中“L”型的中阴洞最为神奇,传说从这面进去之后从另一头出来，就可以看到自己的前世今生了。【郎木寺】传说中的西王母，是中华民族的总先妣。造人的女娲、巫山神女、巴人的祖母巫蜒等，都是西王母部的支系，西王母部落，都以母虎为图腾，又称黑虎女神。而郎木在藏语中的原意就是"虎穴仙女"。如今郎木寺(虎女寺)所处的四川、甘肃交界地带，自古以来就是川、甘、青各族民众朝拜黑虎女神的圣地。【扎尕那】（车程约2小时），扎尕那村寨内的游牧、农耕、狩猎和樵采等农产活动，呈现出世间难得的质朴之美；广袤的草原和壮美的山峰，景色秀丽，云雾缭绕，有着“云端仙境”的美誉。扎尕那拥有迭部县乃至整个甘南的精华美景，成为了徒步旅行者和摄影爱好者向往的天堂。住宿民宿：扎尕那天成尕那美朵民宿或扎尕那遇见阿佳民宿交通：商务车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 扎尕那 特色民宿 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **扎尕那—宕昌 穿越洛克之路(看天气)—官鹅沟**  早餐后，乘车穿越【洛克之路】（车程+游览约3小时），洛克之路是美国植物学家约瑟夫·洛克在甘南的科考路线，连接卓尼县扎古录乡和迭部县扎尕那，全长约100公里，集草原、峡谷、雪山、森林、藏寨于一体，被誉为“中国最美100公里”，兼具自然与人文景观的秘境之路。现因壮美风光成为自驾、徒步爱好者的经典线路。（此路段雨季易塌方，午后可能突降暴雨或冰雹。如天气及路况不适合穿越此路，司机有权改走其他线路，请见谅）【官鹅沟】（车程约3小时），景区内气候湿润、幽谷纵横，峡曲林密、峰奇石怪，草甸与花海相映、雪山与碧湖交辉，涧水接飞瀑、高岩藏古木。仰观苍鹰逡巡于峰峦缠云巅，俯察锦鳞游戏于浅溪碎石间。春天野花竞发，争奇斗艳；夏天绿荫蔽日，毫无暑意；秋来枫叶红遍，层林尽染；冬则白雪覆地，玉树琼花。官鹅沟的森林覆盖率达75.1%，每立方厘米空间负氧离子平均达到18000个左右，是一处四季皆宜的旅游胜地。住宿酒店：宕昌新官鹅大酒店或宕昌佳豪国际酒店或宕昌天瑞大酒店交通：商务车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 宕昌 网评4钻酒店 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **宕昌—天水 麦积山石窟—养生足疗**  早餐后，前往【麦积山石窟】（车程约4小时），中国四大石窟之一，被誉为"东方雕塑馆"。存有窟龛194个，其中东崖54窟，西崖140窟，泥塑、石胎泥塑、石雕造像7800余尊，最大的造像东崖大佛高15.8米，壁画1000余平方米。2014年6月22日，在卡塔尔多哈召开的联合国教科文组织第38届世界遗产委员会会议上，麦积山石窟作为中国、哈萨克斯坦和吉尔吉斯斯坦三国联合申遗的"丝绸之路:长安-天山廊道路网"中的一处遗址点成功列入《世界遗产名录》。特别赠送体验：养生足疗。足疗按摩可以促进血液循环、放松身心、缓解疲劳。美美的睡一觉吧......准备回家了！住宿酒店：天水柏霖艾菲酒店或天水中心智选假日酒店交通：商务车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 天水 网评4钻酒店 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **天水-济南**  早餐后乘坐G2146次（10:40发车）返回济南，济南西站（17:16抵达），济南东站（17:41抵达），结束愉快旅程！交通：高铁 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：济南-兰州、天水-济南往返高铁二等座；2、住宿：行程所列2晚网评三钻酒店+1晚当地特色民宿+4晚网评四钻酒店双标间(若出现单人或单男单女时，需补房差）；3、用餐：7个酒店早餐4、门票：行程所列景点第一大门票，赠送景点不去不退且任何证件不享受优惠；5、用车：4人安排7座商务车，5-6人安排9座商务车；6、服务：司机兼向导；7、保险：旅行社责任险； | | |
| **费用不包含** | 1、景区内小交通及骑马、娱乐等二次消费项目；2、自由活动期间交通费、正餐费等私人费用。3、不提供自然单间，产生单房差或加床费用自理。酒店入住的匙牌押金，非免费餐饮费、洗衣、电话、饮料、烟酒、付费电视、行李搬运等费用。4、“旅游费用包含”内容以外的所有费用；5、因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用，及个人所产生的费用等。6、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。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1、此团为私家定制，一单一团，最低成团人数4人即可成团（即每组最少报名人数4人，人数多于6人，按实际人数报价）。2、请游客在报名时，准确登记姓名及身份证等号码（小孩出生年月），并在出游时携带有效证件（身份证、户口本、护照、回乡证等），如因个人原因而引发无法出行及一切经济损失，责任自负：3、建议客人出游前购买旅游意外保险；潜水、自驾车、骑马、滑雪、漂流、攀岩等高风险项目。旅行社在此特别提醒，建议投保高风险意外险种。根据中国保监会规定：意外保险投保承保年龄范围调整为2-75周岁，其中70周岁以上游客出险按保额的50%赔付，属于急性病的只承担医疗费用，不再承担其他保险责任。4、有些景区景点对于军人、老人、儿童等特定人群有一定优惠，请旅游者提前向导游出示证件以便导游购买优惠门票，如购买门票后再向导游出示，将不能享受优惠。7、行程中如自行离团，视为游客单方面解除旅游合同，因自身原因不参加旅行社安排的游览景点或个人原因中途离团，未产生的费用（如门票、住宿等）一律不退。离团期间安全问题客人自负，请在离团前签订自愿离团证明。8、游客所乘坐的火车车次及在当地入住的准确酒店、集合时间、地点等相关信息我社会提前以出团通知书的形式确认给您，以此为准。9、请游客认真填写游客意见书。游客签名的意见书将作为处理投诉及反馈意见的重要依据；请游客务必认真填写意见书，如不签或签了“满意”而又再回到深圳投诉，请恕我社概不承担责任。10、退团说明：游客报名后因故不能参加本次旅游，国内游可在出发前换人参团，在旅行社重新签订合同，但所换游客须承担被换旅游者已出的机票或火车票的实际退票损失费用。如果确认退团，游客须承担旅行社业务预订损失费。如机票和火车票和订房费，因散客操作特殊性，若出现旅游者退团，我社严格按照《团队国内旅游合同》规定来执行，如果按规定比例支付的业务损失费用不足以赔偿旅行社的实际损失，旅游者应当按实际损失对旅行社予以赔偿，但最高额不应当超过旅游费用总额。 11、行程中发生的纠纷，旅游者不得以拒绝登(下)机(车、船)、入住酒店等行为拖延行程或者脱团，否则，除承担给组团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。 |