**梦幻西北·2024秘境甘南A丨小众深度7天6晚|2-5人小团人文风光之旅行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 0351718036482WQ | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |
| **产品介绍** |  |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| D1 出发地-兰州全天集合 用餐：全天用餐自理住宿：兰州商务型酒店标间 今天是活动的集合时间，大家从全国各地到达兰州集合酒店，办理入住早的小伙伴可以去西关清真寺、黄河第一桥中山桥、甘肃博物馆自由游览。 到了兰州就不得不去品尝当地的特色兰州拉面，推荐去正宁路小吃街或者大众巷美食街哦~小贴士：1、酒店入住时间为14：00以后，提前到的酒店有空房可以直接入住，也可把行李寄存在前台后自由活动。2、请提前最少2天告知航班号及时间、人数，未告知者视为自动放弃。D2 兰州-（70KM，约1.5h）刘家峡水库（160km，约3h）-米拉日巴佛阁-合作市用餐：含早，正餐自理住宿：合作商务型酒店标间08 : 00酒店用过早餐后集合出发，开启我们梦幻甘南的新旅程！09 : 30抵达【刘家峡水库】这里也被称为“塞上小江南”，黄河自西北入境贯穿临夏北部，提起黄河人们多半的印象都是黄色的，但在这里看到的黄河却是蓝色的，蓝色黄河与黄色的洮河以“Y”字形交汇，泾渭分明行程“黄洮交汇”的天下奇观！1、在当地需要尊重少数民族的信仰和习俗，进入寺院大殿前需要脱帽，进入后不能喧哗，不可以用手指指佛像，且所有殿内均不可以拍照。2、合作市海拔约3000米。上高原的第一天，请不要剧烈运动，保持开心玩耍。12 : 00适时午餐，随后赴【米拉日巴佛阁】，这里是米拉日巴佛阁是为纪念米拉日巴而修建的佛阁。这里也是藏传佛教噶举派（白教）在安多藏区的代表寺院。佛阁共有9层，每一层都是一个单独的佛堂，每一层代表着不同的教派，供奉的主尊均不相同。壁画、唐卡、塑像，都在这个九层的佛阁里独自发光。17 : 30晚上入住合作市酒店，随后自由活动。小贴士：1、在当地需要尊重少数民族的信仰和习俗，进入寺院大殿前需要脱帽，进入后不能喧哗，不可以用手指指佛像，且所有殿内均不可以拍照。2、合作市海拔约3000米。上高原的第一天，请不要剧烈运动，保持开心玩耍。D3 合作市-洛克之路（如遇封路/交通管制或恶劣天气改走公路）-扎尕那/仙女滩轻徒步，住扎尕那（180km，约5h）用餐：含早，正餐自理住宿：扎尕那藏式民宿标间08 : 00早上吃过早餐后集合出发，经过传说中的【洛克之路】，这里曾是美籍探险家洛克走过的自然之路，一路上雪山连绵伏，寺院掩映，草原上牛羊遍地，让人不禁走走停停，流连忘返（如遇封路/交通管制或恶劣天气改走公路）11：30抵达【扎尕那】，这里群山环绕，四个藏族村寨静谧被高耸的山林包裹其中；这里有无限延伸的峡谷、广袤的青稞麦地、晨曦微明的寺院、晚霞浸染的山巅和云雾弥漫的垭口。14：00下午我们自由活动，也可以一起沿着大峡谷进行【轻徒步】，在仙女滩草甸上尽情撒欢。感受这宁静又美丽的圣境村寨。18：30晚上住扎尕那藏式农家院，我们晚饭后可以在院子里静静观赏星空美景。小贴士：1.扎尕那海拔约3000米，由于是藏区，请一定尊重当地的风俗习惯，与当地村民友善相处。2.扎尕那地处崇山峻岭之间，原始且偏僻，住宿条件有限，敬请谅解。3.穿越洛克之路的时候手机可能全程无信号4.洛克之路是相对原始的非铺装路面，如遇自然灾害或者政府管制可能无法前往，适时走铺装公路前往扎尕那。D4 扎尕那晨曦-小独库-（100km，约3h）花湖-黄河第一湾，住唐克（100km，约2h）用餐：含早，正餐自理住宿：唐克舒适型酒店标间05：30清晨的扎尕那烟雾缭绕，空气清新，在这里，所有的语言都苍白无力，唯有云白风清，心旷神怡，物我两忘。07：30适时早餐，大家可以选择自由活动或者稍微休息一会。09：30随后我们整装待发，出发前往花湖，我们途径【甘南小独库公路】，这里相比洛克之路更加原始小众，一路上遍布喀斯特地貌崖壁我们在高山草原上来回穿行，走走停停，美不胜收，一点不输新疆独库公路哦~（如遇封路/交通管制或恶劣天气改走公路）12 : 00适时自由用餐，随后抵达【花湖】，这里宛如一块镶嵌在川西北边界上瑰丽夺目的绿宝石，是我国三大湿地之一，芦苇丰茂，碧蓝的天空倒映在湖面，身旁不时飞过几只候鸟，非常适合拍照15：00乘车前往【九曲黄河第一湾】，黄河发源于青海巴颜卡拉山自西向东，迂回曲折，在四川若尔盖县唐克乡与白河汇合，此处是四川、青海、甘肃三省交界处；这里水流清澈缓慢，从茫茫草海中穿过，牛羊在河边悠闲的漫步，是黄河九十九道弯中最美的一湾。17 : 00随后抵达酒店办理入住，晚上AA觅食。小贴士：1.唐克海拔约3400米，由于是藏区，请一定尊重当地的风俗习惯，与当地村民友善相处。2.小独库是原始的非铺装路面，如遇自然灾害或者政府管制可能无法前往，适时走铺装公路前往花湖。D5 唐克镇-（190km，约4h）莲宝叶则-各莫寺，住久治（90km，约2h）用餐：含早，正餐自理住宿：久治县舒适型酒店标间08 : 00早餐后赴【莲宝叶则】，这里是藏区著名的神山，挺拨的千刃石峰是其雄伟的风骨，晶莹闪亮的湖泊是她宝石般多情的眼睛。世上的行者分两种，一种是来过莲宝叶则的，另一种是正在赶来途中的。与年保玉则同属巴颜喀拉山脉，一个在青一个在川。我们来到这片秘境中的秘境，朝拜这安多地区神山之首。12：00适时用餐，随后前往拉卜楞寺的分寺之一【各莫寺】，也是阿坝州藏传佛教三大格鲁派寺院之一。这里也是阿坝州藏传佛教三大格鲁派寺院之一，是非常出名的高僧修炼之地。17 : 30晚上入住酒店，自由觅食。小贴士：1、莲宝叶则海拔约4200米。D6 久治县-阿万仓湿地-（180km，约4h）郎木寺/纳摩大峡谷轻徒步-桑科草原，住夏河县（180km，约3h）用餐：含早，正餐自理住宿：夏河商务型酒店标间07：30早餐后途径【阿万仓湿地】，这里水草丰美，是黄河流域生态安全的天然屏障。连绵的曲水穿梭在这篇高山草原之上，美不胜收。12 : 00随后抵达郎木寺镇，我们先前往【格尔底寺】，位于四川和甘肃交接的郎木寺镇，是中外驰名的背包客圣地；这里也是之前进藏的必经之地，各族文化在这里融合交汇。随后前往【纳摩大峡谷】，它隐藏在郎木寺的后山里，两侧山坡上被红色、黄色、绿色的植被覆盖，宛若世外桃源，据说最深处藏着白龙江的源头，，感兴趣的小伙伴可以去多多了解一下哦~15 : 00适时出发前往【桑科草原】，这里是藏族人民的天然牧场，水草丰茂，夏季草场碧绿如毯，蓝天白云下牛羊成群，一派自然田园风光。 18 : 30晚上入住酒店入住，随后自由觅食。小贴士：1、夏河海拔约3000米。D7夏河县-拉卜楞寺-（40km，约1h）甘加秘境-兰州解散（270km，约4h）用餐：含早，正餐自理住宿：无08：00早餐后出发，乘车前往世界藏学府【拉卜楞寺】，拉卜楞意为活佛的居所；这里是全世界最有名的藏密学院，拥有中国最完整的藏传佛教教学体系。这里西北山形似银灰色卧像。南山如八瓣瑞莲，大夏河水自西向东流淌，这里山川灵秀，瑞云缭绕，这里也是电影《天下无贼》中的凡间净土，有小西藏之称。11：00随后集合出发【甘加秘境】，这里是甘南最神秘的存在，独特的地质构造使其蕴藏了悬崖、草原、高原湖泊、石林、峡谷、溶洞，河流等多种景色，无边无际的草原被陡峭的石崖齐齐分隔开，云雾氤氲下，平添许多神秘感，我们可以在这里尽情拍照，也可以什么都不做，在草原上坐着发发呆。18 : 00抵达兰州市火车站解散，此次活动就接近尾声了，让我们江湖再见，含泪吻别，期待下一次行程的开始！小贴士：1、在当地需要尊重少数民族的信仰和习俗，进入寺院大殿前需要脱帽，进入后不能喧哗，不可以用手指指佛像，且所有殿内均不可以拍照。2、如果小伙伴今晚离开兰州，建议定20点以后的火车，定22点之后起飞的航班。3、如果不走的小伙伴，也可以联系客服代订兰州酒店4、甘加秘境属于非常规景区，适时可能因为环保、政府等各种不可抗力因素关闭部分或者全部区域，如部分免费则会退门票差价。【单房差说明】单人报名全程默认安排拼房，不收单房差，如需自己单独住需补房差。【儿童费用说明】1.2米及以下为儿童，免门票、免早餐、含车位、含领队、含保险、含赠送项目，不占床位，超高但未满12周岁需补半价门票410及早餐费180元，如需占床需补床位费800-900-1200（含早餐）【门票费用说明】如持有教师证、军官证、记者证、伤残证、导游证、学生证等特殊证件，请在报名时告知(买优惠票)，并携带证件 提前向带队领队出示，由于旅行社在景区门票是折扣票，优惠减免是按照旅行社折扣价退换的，不以景区挂牌价退还。（具体优惠政策以景区实际收费为准）【全程赠送】1.赠送户外百变头巾、旅行三宝（U型枕、眼罩、耳塞）2.每人每天一瓶矿泉水，随车携带应急氧气3.二十四小时机场接机服务（接机车辆前后航班可能等待30-40分钟，着急的小伙伴可自费前往市区）4.团期满三台车赠送航拍（保证两个机位）5.所有赠送项目，不体验或者不可抗力无法进行，不退费用 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1.住宿：兰州商务型酒店标间1晚、合作市商务型酒店标间1晚、扎尕那藏式民宿标间1晚、唐克镇舒适型酒店标间1晚、久治商务型酒店标间1晚、夏河商务型酒店标间1晚备注：舒适型按当地三星酒店建造，商务型按当地四星酒店建造，未挂星，西北经济较为落后，酒店较南方酒店略差，敬请谅解。2.用餐：全程6早3.交通：2-3人使用5座SUV，4-5人使用7座商务车，根据当期人数安排车辆。4.门票：刘家峡水库、米拉日巴佛阁、扎尕那、花湖门票+景交车、拉卜楞寺、格尔底寺、甘加秘境、莲宝叶则、九曲黄河第一湾5.司导：司机兼管家，帮助大家购买门票，给团友游玩建议，无法进入景区和提供专业讲解等服务，敬请谅解；6.保险：每人赠送50万元保额旅行社责任险、34万元旅游意外险 |
| **费用不包含** | 1.往返大交通；2.除早餐外，其他正餐不含，可大家AA或自行解决，全程400元左右；3.九曲黄河第一湾扶梯门票；4.其他未包含的景区内行程中的消费。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.请您在预订时务必提供准确、完整的信息（姓名、性别、证件号码、国籍、联系方式、是否成人或儿童等），以免产生预订错误，影响出行。如因客人提供错误个人信息而造成损失，我社不承担任何责任。2.港澳台同胞及外国友人可以报名，但是由于政府管制原因，需要现询政策及资源，部分区域需要单独住涉外酒店补差价；参加活动默认两人起报，如单人报名需补涉外酒店单房差，差价价格以客服确认为准。3.因西北属高原地区，有高血压、心脏病、冠心病等心血管疾病、近一年内手术人员谢绝参加。4.18岁以下未成年人需要至少一名家长或成年旅客全程陪同。5.65周岁到69周岁需客人确定无上述疾病，70周岁（含）以上老年人预订出行需确保身体健康适宜旅游，并有18周岁以上到59周岁以下直系家属全程陪同出行，75周岁以上客人不收。6.本产品行程实际出行中，在不减少景点且征得客人同意的前提下，领队、司机可能会根据天气、交通等情况，对行程进行适当调整（如调整景点游览顺序等），以确保行程顺利进行。7.出游过程中，如遇不可抗力因素造成景点未能正常游玩，领队经与客人协商后可根据实际情况取消或更换该景点；或由导游在现场按旅游社结算价退还费用，退费无法以景区挂牌价为准，敬请谅解。8.如遇路况原因等突发情况需要变更集合时间的，届时以导游或随车人员公布为准。9.行程中的赠送项目，如因交通、天气等不可抗因素导致不能赠送的、或因您个人原因不能参观的，费用不退，敬请谅解。10.团队行程中，非自由活动期间，如您选择中途离团，未完成部分将被视为您自行放弃。仅退还未产生的门票费用 |
| **温馨提示** | 1.西北平均海拔3000米，部分人可能会产生高原反应症状，例如头晕、头疼、全身无力、失眠等，轻微的高反症状一般会在1-2天内随着身体对海拔的适应而消失。 行前禁止烟酒，避免劳累，禁止过量有氧运动，可适当提前几天服用红景天等预防药品。 多吃蔬菜水果多喝水，保证睡眠，放松心情。2.西北大部分地区气候干燥，紫外线强烈，请备口罩，防晒霜，太阳眼镜等物品。多喝水多吃蔬菜水果，不要无节制地食用牛羊肉。3.西北城市间路途较远，景点较分散，故乘车时间较长，请备好晕车药，夏季温差大，自备常用晕车药等药品，避免生病中暑。4.西北夏季光线强烈，建议携带防晒霜墨镜等用品，也为拍照单品。5.西北夏季炎热，携带正常夏季衣物，以纯棉透气运动户外服装为佳，穿舒适合脚运动鞋/徒步鞋，昼夜温差大，带上外套备用为佳，注意着凉。6.西北许多地方都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，尽量不要浪费食物。7.如参观穆斯林家庭，不经允许不要擅自进入厨房，也不要进入主人特别是女主人的房间。宗教器物不要触碰。8.西部地区少数民族同胞性格直爽，确定好购买意向后再进行讨价还价，注意民族团结。9.寺院或庙宇殿堂里的佛像严禁拍照，请遵守寺内的相关注意事项，尊重当地民俗习惯。10.行程中产生的垃圾禁止随意丢弃，不可以破坏环境。11.贵重物品随身携带，丢失自理。 |
| **退改规则** | 旅行社违约：行程前7日至4日，支付旅游费用总额30％的违约金。行程前3日至1日，支付旅游费用总额50％的违约金。行程开始当日，支付旅游费用总额80％的违约金。旅游者违约：行程前7日至4日，支付旅游费用总额30％的违约金。行程前3日至1日，支付旅游费用总额50％的违约金。行程开始当日，支付旅游费用总额80％的违约金。 |