**【甘南】佛国色达-甘南川西双卧10日/双高8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 61741933404FJ | **出发地** | 徐州市 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 车次仅供参考具体车次以实际出票为准，选择卧铺乘客提前1天出发。如直达车次无票，则安排沿途车站中转。★高铁参考车次：G1971（徐州东09:12-天水南15:13）/G2685（徐州东14:48-天水南20:50）。★卧铺参考车次：K2187(徐州站17:00-天水站10:11+1）/T113（徐州站18:47-天水站07:44+1）/K419（徐州站23:26-天水站15:40+1）。 | | | | |
| **产品亮点** | 全程无隐形消费，让您全心全意沉浸于甘南、川西的绝美秘境之中，感受大自然的鬼斧神工与藏地文化的独特魅力。我们精心策划，只为给您带来一场心灵与视觉的双重盛宴，让您的甘南川西之行成为一生难忘的美好回忆。【匠心品质】专业的产品团队多次实地踩线，用心打造更别致经典的旅行线路，展示优美风景，时间沉淀专业，专业铸就品质；【纯真之旅】100％真纯玩、零自费、零购物、零景交使您旅途无忧，尽享纯净风光与深度文化体验；【经典路线】安多藏区震撼自然景观+丰富多彩人文探秘，神山、圣湖、雪山、冰川、寺庙、石窟、草原、瀑布……【专业团队】金牌导游全程贴心陪伴，专业讲解，细致入微的关怀让旅途更舒心；【贴心安排】赠送高原便携式氧气1瓶，每人每天1瓶品牌矿泉水；【商务尊享】甄选全新2+1豪华陆地头等舱，USB手机充电，135度躺卧随行；【甄选住宿】5晚舒适型酒店，色达升级1晚携程3钻供氧酒店，天水升级1晚携程4钻酒店；【特色美食】天水八大碗、唐克黄河鱼；【色达直通车】专业团队操作，色达五明佛学院无需预约，保证入园，让您不虚此行，不留遗憾；【特别安排】深入体验藏地风情，感受浓厚的宗教氛围与独特的民族文化，赠送高山祈福撒隆达仪式，为您的旅程增添一份神秘与祝福！【专属赠送】价值20元的手工编织五彩祈福金刚结； | | | | |
| **产品介绍** | 天数行 程 安 排用 餐住 宿D1各地-天水-接站-自由活动自  理天  水D2米拉日巴佛阁-拉卜楞寺-桑科草原早  中碌  曲D3天下黄河第一桥-阿万仓湿地-娘玛寺-莲宝叶则 早  晚阿  坝D4东嘎寺-金马草原-色达喇荣五明佛学院早  晚色  达D5黄河九曲第一湾早  晚唐  克D6若尔盖大草原-花湖-郎木寺-扎尕那 早  中迭  部  D7腊子口战役遗址-麦积山石窟-天水古城早  晚天  水D8天水-送站-各地早 | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 详细行程：Day1 各地-天水 用餐：敬请自理 住宿：天水 根据车次时间乘车前往天水。车次仅供参考具体车次以实际出票为准，选择卧铺乘客提前1天出发。如直达车次无票，则安排沿途车站中转。★高铁参考车次：G1971（徐州东09:12-天水南15:13）/G2685（徐州东14:48-天水南20:50）。★卧铺参考车次：K2187(徐州站17:00-天水站10:11+1）/T113（徐州站18:47-天水站07:44+1）/K419（徐州站23:26-天水站15:40+1）。 热烈欢迎各地游客抵达羲皇故里天水。出站后由我社安排专车接站服务（司机师傅会提前一天打电话或短信通知）前往市区酒店入住，到达酒店后可自由活动。天水，是因为“天河注水”的美丽传说而得名。这里是一画开天，文明肇启的宝地，是华人寻根祭祖圣地，享有“羲里娲乡”之美称；这里历史底蕴深厚，有八千多年的文明史、三千多年的文字记载史和两千七百多年的建城史。这里是风光优美，钟灵毓秀的热土，是中国优秀旅游城市，素有“陇上江南”之美誉；这里人文积淀丰厚，以伏羲文化、大地湾文化、先秦文化、石窟文化、三国文化独具魅力。推荐天水市区热门景点：伏羲庙、南郭寺、玉泉观、天水古城、南北宅子等；推荐特色小吃：麻辣烫、烧烤、呱呱、面皮、凉粉、面鱼、杏茶、猪油盒等；推荐传统美食：浆水面、打卤面、散饭、鸡丝碎面、天水暖锅、天水酒碟、天水老三篇、天水八大碗等；推荐天水特产：花牛苹果、秦安蜜桃、清水鲜核桃、烟铺樱桃、甘谷辣椒、秦安花椒、武山粉条、张川锅盔、秦安脆瓜、孟姑浆水等；温馨提示： 1.今日抵达天水后接站司机会在车站等候。请每位游客务必保证手机畅通，跟工作人员联系，不要随便和陌生人交流，不要跟陌生人随意走动，我社接站司机确认身份后才上车。（接站服务为我社免费赠送，不用不退费，也不换等价商品）。 2.送至酒店入住后自由活动，当日无行程安排，不含导游、用餐、用车服务，如时间允许，可自行安排活动，外出时请携带好酒店房卡/名片，熟悉酒店周边环境。外出时请注意个人人身及财产安全。 3.司机或导游将在当晚 18:00-22:00 之间电话或短信方式联系您第二天的接车时间，请您务必保持手机畅通，若超时未通知，可拨打我社24小时紧急联系人电话。Day2天水—碌曲 用餐 ：早中餐 住宿：碌曲早餐后，在指定地点集合乘车前往甘南藏族自治州州府合作市。（车程约5.5小时）中餐后，乘车前往【安多合作米拉日巴九层佛阁】(车程约10分钟，景区免首道门票，如登佛阁20元/人，自愿自理，游览时间1小时) 米拉日巴佛阁位于甘肃安多藏区合作市，始建于清乾隆四十二年(1777年)，原建楼阁已毁于&quot;文革&quot;。现存建筑重建于 1988 年 5 月，历时四年落成。是藏传佛教格鲁派(黄教)在安多藏区最主要的寺院之一。米拉日巴佛阁是为纪念米拉日巴而修建的佛阁。米拉日巴是藏传佛教史上最富传奇色彩的一位大师，是噶举派（白教）创教者之一，他的一生充满了神奇和传奇。米拉日巴佛阁建筑宏伟，外观金碧辉煌，色彩浓烈，内部更是绘满了精美的壁画，展示了藏传佛教的丰富内涵和深厚底蕴。佛阁共有九层，每一层都代表着不同的教派和佛教理念，供奉着不同的佛像和主尊。在佛阁内，你可以感受到那种庄严肃穆的气氛和佛教信仰的力量。米拉日巴佛阁注意事项：在参观米拉日巴佛阁时，请脱鞋以示尊重，并遵守佛阁内的规定和礼仪。每一层佛堂内都有许多信徒在虔诚地参拜和祈祷，他们的虔诚和信仰感染着每一位到访的游客。在这里，你可以沿着走廊和楼梯上至楼顶，俯瞰整个佛阁和周围的景色，感受那种宁静和祥和。之后乘车前往夏河县游览【拉卜楞寺】（门票已含，车程约1.5小时，游览时间1.5小时）拉卜楞寺是藏语“拉章”的变音，意为活佛大师的府邸。拉卜楞寺在历史上号称有108属寺。是甘南地区的政教中心，目前拉卜楞寺保留有全国最好的藏传佛教教学体系。拉卜楞寺下设六大学院，其中一个显密学院，五个密宗学院。拉卜楞寺成为一个具有6大学院，48座佛殿和昂欠（活佛住所），500多座僧院的庞大建筑群体，列居格鲁派六大寺院之一，在安多地区有“卫藏第二”之称，享有极高的声誉。在这里，随处可见虔诚的信徒，他们或低眉沉思，或合十祈祷，那份对信仰的执着与坚持，让人动容。红衣僧人们穿梭其间，他们的存在，不仅为这座寺庙增添了浓厚的宗教氛围，更成为了信徒们心灵的慰藉。继而乘车前往郎木寺镇。途径车观【桑科草原•桑科湿地】这里是著名的英雄格萨尔王烟祭铸神、赛马称王的地方。藏语中称烟祭为桑火,进行烟祭为煨桑,因此称此地为桑科(煨桑的地域)。走进桑科草原，但见绿草如茵、花团锦簇，蓝天、流云、悠闲的羊群、翔鸣的飞鸟，一切如诗如画。拉布楞寺注意事项：1、拉卜楞寺内禁止吸烟、喧哗，游客要保持安静。2、进入殿堂内不能拍照，不得随意触摸佛像、经书、壁画等文物，不能踩门槛。3、转经筒一定要顺时针转，转经廊也要顺时针走。4、拉卜楞寺寺庙一定记得跟着喇嘛讲解，但藏民或僧人普通话不太标准，也没有扩音器，要跟紧。 Day3 碌曲—阿坝 用餐 ：早晚餐 住宿：阿坝早餐后，乘车前往玛曲县游览【天下黄河第一桥】（车程约1.5小时，打卡拍照时间15分钟）位于甘肃玛曲县城南4公里处。黄河自西向东一波三折地流入甘南草原，受到阿尼玛卿山的余脉——西倾山阻挡，绕了一个180度的大弯，折返向西，这就是著名的黄河首曲。后乘车前往【阿万仓湿地】（车程约1小时，游览时间0.5小时）位于甘肃省甘南藏族自治州玛曲县阿万仓乡。这里风景优美，环境独特，水草丰富，牛羊肥壮。湿地与湖泊相辉映，雪山与黄河并存，被称为中国最美丽的湿地。继而前往【娘玛寺】（车程约10分钟，游览时间1小时）娘玛寺，又称努尔玛寺，坐落于甘肃省甘南藏族自治州玛曲县阿万仓乡，是藏传佛教宁玛派（红教）的一座重要寺院。这里不仅有着悠久的历史，更以其宏伟的建筑和丰富的圣物吸引着无数游客前来参观。来到娘玛寺，最不能错过的就是那座世界最大的藏经转经筒。这座转经筒高达42.38米，重达320吨，内部藏有11万册经书。它的筒体浮雕用60公斤黄金由尼泊尔工匠锻铸而成，工艺精湛，令人叹为观止。转动这座转经筒，不仅可以为自己和家人祈求平安幸福，还能感受到那份来自信仰的力量与温暖。继而乘车前往“东方魔幻世界”——【莲宝叶则】（门票已含，分段景交车65元，非必乘，自愿选择乘坐，车程约3.5小时，游览时间2小时）藏在川西的人间秘境，简社是非常独特的。这里不仅有高山，也有湖泊，也有海子，蓝天白云下风景是非常漂亮的。当地人民习惯称之为石头山，属巴颜喀拉山南段支脉，位于川甘青三省结合部，总面积约500余平方公里，莲宝叶则·石头山景区是以奇峰异石 ，冰川遗迹、雪山湖泊为主的生态旅游区;是穿越石头城堡 ，探寻冰川遗迹、亲近神山圣湖、倾听格萨尔传说，体验无人机观光的自然景区;是开展观光、摄影、探险、科考、登山等特色旅游的绝佳之地。是藏区著名的神山，位居藏区十大神山的第八位，安多地区众神山之首。游览结束后前往阿坝县入住酒店。温馨提示：今日中餐无法安排团餐，藏区条件有限，请游客提前准备补给，敬请悉知。莲宝叶则行程小贴士：（景交车自愿选择乘坐）线路1:河源服务中心→扎尕尔措(往返费用15元)线路2:河源服务中心→盘羊坪(往返费用35元)线路3:盘羊坪→4520观景平台(往返费用15元) Day4 阿坝—色达 用餐 ：早晚餐 住宿：色达早餐后，乘车前往色达县。(车程约7小时）后换乘色达直通车前往【东嘎寺】(车程0.5小时，游览时间0.5小时)东嘎寺是藏传佛教宁玛派白玉传承的著名寺院之一，位于四川省甘孜藏族自治州色达县金马草原上，由观世音菩萨的化身第一世东嘎仁波切创建于清康熙二十四年（1686年），为古今色达十三座寺院之首，由瓦须色达首领家族所护持，曾是瓦须色达的政治宗教及文化中心，至今已有三百多年的历史。途径【金马草原】金马草原，绿草如茵，蓝天白云和雪山草地融为一体，构成一幅幅美丽动人的草原画卷。夏天的草原上，开满了鲜花，风景优美，徜徉在这片开阔的草原上，心情非常舒畅，回归本真，体验自然，享受神圣动人的草原风情。后前往【色达喇荣五明佛学院】(车程约40分钟，游览时间2小时，换乘直通车费用已含)色达喇荣五明佛学院是一座规模极大的佛学院，上千座绛红色小木屋分布在山坡之上，延绵起伏，蔚为壮观。在转经塔西南方向满是经幡的山坡上可以俯视整片佛学院，还能拍摄出整个佛学院的全貌。那些成千的红色僧舍，都是由僧尼们亲手搭建，当你立于山顶俯瞰，定会直震心灵。倾听着似天籁的颂经声，融入在上万喇嘛、觉姆的红色海洋，空气中充满生机和祥和气氛，同时感受着藏传佛教的宗教神韵，一股神圣感会油然而生，震撼不已。晚餐后入住酒店。重要提示：1. 色达喇荣五明佛学院为宗教旅游区，可能会临时调整参观规则，如遇临时调整，以当地发布政策为准，旅行社和导游不承担任何责任，敬请悉知。2. 由于地理位置和宗教文化的特殊性，色达县旅游局规定，色达喇荣五明佛学院禁止外国人和台湾省同胞进入。（港澳游客当天到色达县后前往统战部报备）3. 今日中餐无法正餐安排团餐，藏区条件有限，请游客提前准备补给。色达喇荣五明佛学院行程小贴士：1.佛学院海拔约4200米，带好高原反应药物(如：红景天)。感冒药、肠胃药和葡萄糖以及个人常用药物。氧气瓶必不可少，不要激动跑跳，避免高反引起不适。2.一定要尊重当地的信仰和风俗文化不要随意拍别人，要经过别人同意。3.川西景点距离比较远在车上的时间长，带好零食和晕车药。4.高原地区天气变化无常，昼夜温差大，一定要带好厚外套或者冲锋衣、羽绒服、防水衣物、防晒用品保湿护肤品都需要带上哦！5.携带身份证、必要的旅行证件和部分现金。 Day5 色达—唐克 用餐 ：早晚餐 住宿：唐克早餐后，乘车前往唐克镇。（车程约10小时）前往游览【黄河九曲第一湾】（车程约1.5小时，游览时间2小时，门票已含，不含上行扶梯60元/人，自愿选择乘坐）。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，因其在地图上恰似《周易》中阴阳太极图，故而誉为。黄河于此段流程中，为四川与甘肃之界河，河西为甘肃，河东为四川。黄河自甘肃一侧来，白河自黄河第一湾湾顶汇入，型如&quot;S&quot;型，黄河之水犹如仙女的飘带自天边缓缓飘来，在四川边上轻轻抚了一下又转身飘回青海，故此地称九曲黄河第一湾，游览结束后乘车前往唐克镇入住酒店。今日特别安排：体验高山祈福撒隆达，飞舞的隆达是纯净的祈福，为自己的家人朋友祈祷安康，给您一次有仪式感的行摄之旅。撒隆达也叫风马纸，通常是用玉米淀粉制作的，遇水后在一定时间内会融进士壤里，不会造成环境污染。撒隆达是藏族的一种祈祷形式，每年新年伊始藏民们撒隆达，为祈祷全家一年平安和外出顺利。也希望遇见此场景的你旅途顺利，平平安安。黄河九曲第一弯行程小贴士：1.可徒步走栈道抵达观景台，九曲海拔3500米以上，根据自己身体量力而行，切勿快步走，不要大声呼喊，以免产生高原反应。2.景区内专门给游客提供了上行扶梯，60元/人，非必乘，建议可乘坐扶梯抵达观景台，观赏九曲日落之美全景。3.景区会随处碰到可爱的草原精灵土拨鼠，建议游客们不要给野生动物投喂零食、饮料等。不要触摸它们的皮毛，防止细菌产生，如不小心摸到请立即洗手做好消毒工作。温馨提示：今日景点距离比较远，在车上的时间长，请游客提前准备补给和晕车药。 Day6 唐克—迭部 用餐 ：早中餐 住宿：迭部早餐后，乘车前往若尔盖县。途径车观【若尔盖大草原】若尔盖，这里是一方圣洁的雪域，一片神奇的土地，若诗若画，如梦如幻，让人流连忘返。美丽的若尔盖大草风吹草低，遍地野花，牦牛悠闲的吃着嫩草。湛蓝的天空辽阔而高远，大团大团柔软的白云漂浮不定，脚下的青草地绵延不尽仿佛与天相接，面对这样壮丽的美景，任谁都要赞叹造物主的神奇。继而前往“地球之肾”【花湖】（车程约2小时，游览时间2小时，门票+必乘景交车已含）花湖位于四川若尔盖和甘肃郎木寺之间的213国道旁，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，海拔3468米。热尔大坝上有3个相邻的海子，最小的叫错尔干，最大的叫错热哈，花湖是居中的一个。花湖四周数百亩水草地就是高原湿地生物多样性自然保护区。简单，安静，却让人燃烧，这就是花湖，妖娆的花湖。午餐后，前往郎木寺镇参观游览“东方小瑞士”之称的【郎木寺】（门票已含，车程约50分钟，游览时间1.5小时）郎木寺坐拥在海拔3480米的高原之上，占地面积达55公顷，使其成为一片神秘而庄严的宗教圣地。寺庙分为两部分，一是四川达仓郎木寺寺院，又称格尔底寺，包括虎穴、仙女洞、郎木寺大峡谷以及肉身佛舍利等，而另一部分为甘肃寺院，又名赛赤寺，通往天葬台方向。主要游览赛赤寺。两座寺院隔着小溪相互守望，形成了一幅宗教与自然相融的画卷。在郎木寺，游客可以参观大雄宝殿、金顶、经堂等主要建筑，感受浓厚的宗教氛围。大雄宝殿内供奉着释迦牟尼佛像，殿内的壁画和雕塑工艺精湛，令人叹为观止。金顶是寺院的最高点，从这里可以俯瞰整个郎木寺和周边的美景。郎木寺的寺庙建筑宏伟而壮丽，历经沧桑却在高原上屹立不倒。继而前往参观游览“天然石城，人间仙境”【扎尕那】（车程约2小时，游览时间2.5小时，门票+保险已含，景交车40元/人，非必乘自愿选择乘坐）扎尕那位于甘肃省迭部县益哇乡，“扎尕那”是藏语，意为“石匣子”扎尕那山位于迭部县西北34公里处的益哇乡境内，是一座完整的天然“石城”地形既像一座规模宏大的巨型宫殿，又似天然岩壁构筑的一座完整的古城。山势奇峻、景色优美，犹如一座规模宏大的石头宫殿，这片世外桃源虽然早在近百年前就被地理学家洛克誉为亚当和夏娃的伊甸园，但至今仍是一块处女地。扎尕那村寨静谧，宛若仙境，袅袅炊烟，从木质板房升起，融进缥缈的云雾中。扎尕那游玩攻略：1、游客可沿栈道步行前往仙女滩、仙女湖拍照游览。仙女滩与达日观景台遥相呼应，有两个视野开阔的观景台，可以眺望整个扎尕那的全景。2、老虎嘴——一线天——石林是扎尕那的一条美丽的峡谷，一路穿越溪流、瀑布、石林、佛寺，没有尘世间的喧闹，行走在峡谷之内，整个身心都得到了治愈。从一线天开始，便是陡峭的山路了，除了徒步，只能骑马前行。是徒步爱好者的天堂。（扎尕那游览时间2.5小时，不建议游客前往后山，后山未经开发，路非常难走，并且手机信号很差，注意集合时间）3、景区门口有藏族老阿妈给来往的游客编织五彩小辫，还有租赁藏装拍照，价格不贵，爱美的女神们，可以尽情体验藏式风情，各种美拍。 Day7 迭部—天水 用餐 ：早晚餐 住宿：天水早餐后，乘车前往“腊子口上神兵降，百丈悬崖当云梯”—【腊子口战役遗址】（车程约2.5小时，游览时间0.5小时）连绵青山之间，一道天堑乍现——这便是位于甘肃省迭部县境内岷山深处、红军长征最后生死关口的天险腊子口。腊子口位于迭部到岷县的公路边上，是一处地势极为险要的峡谷隘口，周围群山耸列，峡口如刀劈斧削，腊子口河从中奔涌而出。“腊子口”为藏语的转音，原意为“险绝的山道峡口”，是四川通往甘肃北上的必经之地。继而乘车前往天水市。游览中国四大石窟之一【麦积山石窟】（车程约6小时，游览时间2.5小时，首道门票+石窟门票已含，必乘景交已含）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，全国重点文物保护单位，中国四大石窟之一。它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。游览结束后，前往【天水古城】（车程约1小时，游览时间1小时）天水古城始建于先秦，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。天水以前有古民居2000余座，古巷数百条，大都是官宦、富豪、名人、学士的故居，多建于明清两朝。随着时代的变迁，经过数百年的日晒雨淋及不可避免的人为破坏，到现在只剩伏羲城和西关两座城池，现存古民居200余座，这些凝固的建筑史已成为天水这座历史名城的灵魂所在，见证着天水璀璨的文化和辉煌的历史。游览结束入住酒店。 温馨提示：今天是本次行程的最后一站，如若你对此次行程有任何异议，请告诉我们，我们会在第一时间根据你反馈的情况落实调查并及时处理；并请您为导游如实填写【游客意见单】以便于我们得到您真实意见的反馈。我们将以此作为旅游服务质量标准依据。并以多数游客填写的意见单作为旅游服务质量评定标准。如果游客在完团后提出与其填写《游客意见单》意见不符的投诉我社将不予处理。Day8 天水—各地 用餐：早 住宿：温馨的家欢乐的时光总是匆匆而过，伴随着欢声笑语，我们的色达之行也将在这里画上一个圆满的句号。这一天您将乘车返回温馨的家，根据您的车次时间送您前往高铁站/火车站，祝您一路平安！我们下次旅途再会！★高铁参考车次：G2686（天水南08:19-徐州东14:19）/G1972（天水南12:19-18:21徐州东）。★火车硬卧参考车次：K420（天水13:19-徐州05:47+1）/T118（天水15:13-徐州05:29+1）/T114（天水18:15-徐州09:18+1）。 温馨提示：酒店中午12点之前退房，请检查好您的行李以及贵重物品后到前台办理退房手续。如您的火车时间较晚，行李可以免费寄存酒店前台，自由活动。如需12点以后退房，到前台办理延住手续，酒店产生的延住费用自理，旅行社不承担延时费用！敬请悉知! |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1.门票：行程内所含景点首道门票+必乘景交车已含，色达直通车费用已包含。重要提醒：因报价已提供综合优惠，故持导游证、军官证、残疾证、老人证、教师证、学生证等优惠证件的客人均不再享受门票减免或其它优惠退费。2.交通：徐州-天水往返高铁二等座/徐州-天水火车硬卧。当地甄选全新豪华宽体保姆车 2+1 陆地头等仓。（若成团人数不足 18 人，包含 18 人，则换为普通空调旅游大巴，或根据人数安排安排车型，保证一人一座，不提供座次要求）3.用餐：7 早 6 正，正餐餐标30元（个别酒店早餐为打包路早，正餐八菜一汤、十人一桌，不足十人则按比例减少菜品数量和分量，沿线餐饮质量比较差，不吃不退，请游客提前做好心理准备。另途中用餐时间难于掌握可以自己准备饼干、朱古力等高热量干粮，异地旅游用餐较易引起水土不服，请自备常用药品）。4.住宿：精选5晚舒适型酒店+色达升级1晚携程3钻供氧酒店+天水升级1晚携程4钻酒店。以两人一房为标准，报价含每人每天一张床位。西北大部份酒店无三人间和加床（若参团人数为单或单男单女的游客，我社协调拼房，如不能拼房则客人补单房差700元。（6.15日-8.25日单房差1180元）藏区和青藏高原地区沿线住宿硬件和软件条件都有限，请不要以城市的标准来衡量，敬请谅解！行程中提到的酒店，为经济舒适型住宿，是非国家旅游局授牌的星级酒店，仅指旅行社行业内部评称，特别告知！地区特殊，酒店服务人员未经过专业培训上岗；因特殊气候酒店易潮湿，行程内酒店住宿押金均为客人自付自退。温馨提示：1.所预定酒店均没有3人间，没有加床业务，如不愿与其他客人拼住，单男单女拼住不上，自行当地现补单房差。2.西北经济条件有限，比较落后，同档次酒店要比内地酒店低一档次，请勿拿内地酒店来衡量。由于甘南特殊地区，住宿条件有限，请您理解！参考酒店：天水：天水天嘉酒店、天水东安饭店、天水恒利宾馆、天水悦居精品酒店、天水天泽宾馆、天水干训大厦宾馆或同级郎木寺：郎木寺酒店、郎木寺隆达假日酒店、郎木寺达仓大酒店、郎木寺8090主题宾馆、郎木寺朗瑞假日宾馆或同级阿坝县：阿坝波罗酒店、阿坝青藏商都酒店或同级色达县：色达贡嘎大酒店或同级唐克镇：唐克金座大酒店、唐克黄龙大酒店或同级迭部县：迭部兴盛酒店、迭部星期天宾馆、迭部山舍酒店、迭部鸿泰酒店、迭部恒兴酒店、迭部红顺酒店、迭部新视界假日酒店、迭部龙达酒店、迭部雪山家园酒店或同级天水升级1晚携程四钻参考酒店：天水财富阳光酒店、天水华陇国际酒店、天水地质宾馆、天水金成大酒店或同级以上酒店仅为参考酒店，如房满等特殊情况，因房源紧张，将安排不低于以上酒店档次。5.导游：持全国导游资格证优秀导游服务。8人以上安排导游，8人以下司机兼向导，负责沿途协调工作，无专业讲解。6. 保险：包含旅行社责任险（强烈建议游客出团前购买旅游意外险）7.儿童：年龄3-12 岁，包含车位费、半价餐费、导服等费用；儿童不含床位，不含早餐及门票，如产生门票及其他费用由家长现付。1.2 以下需大人带进景区，1.2 以上门票超高家长现付。如产生早餐费用家长现付，如需要给儿童安排床位家长补全程单房差。 | | |
| **费用不包含** | 1.米拉日巴佛阁首道免门票，如登佛阁20元/人（自愿自理）2.扎尕那景交车 40 元/人（非必乘， 自愿选择乘坐）3.黄河九曲黄河第一湾扶梯 60 元/人（非必乘，建议乘坐）4.莲宝叶则分段式景交车65元/人（非必乘， 自愿选择乘坐）5.景区自费项目以及一切私人开销。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.收客年龄:3-75 周岁。因为部分地区车程较长，海拔较高，75 岁以上老年人及孕妇恕不接待，敬请谅解！18岁以下的未成年人报名，须至少一名成年旅客陪同；70 周岁以上的游客报名，须至少一位18周岁-69 岁家属亲友陪同方可参团，65 周岁以上游客报名参团时，必须提供由子女签订确认的健康证明和免责声明书。2.由于地理位置和宗教文化的特殊性，色达县旅游局规定，色达境内禁止外国人和台湾省游客进入。（港澳游客当天到色达县后前往统战部报备） |
| **温馨提示** | 1.在出团前导游会将出团信息发至客人手机。2.客人在自由活动时，请结伴而行保证财务安全。3.请保持手机畅通，以便可以联系上您！4.中途因个人原因离团需与导游签定离团协议，费用一概不退，餐不吃不退！5.以上行程在景点不减少的情况下我社有保留调整游览顺序的权利；6.如果因客人自身原因造成景点减少，我社不予赔偿；7.如因人力不可抗拒等因素(如自然灾害、航空铁路部门原因、政治形势或政府机关制定的有约束力的法规、命令、特殊事故)而导致行程延误，造成滞留，滞留所产生的费用客人自理，我公司协助安排。如门票遇政府政策性或季节性调价，差价由客人现付当地接待社；8.出现单男单女，我社尽量安排三人间，若酒店无法安排则由客人补足单房差；若出现单男单女，请服从导游安排拼房。9.敬请客人如实填写意见反馈单，衡量团队质量标准以游客意见反馈单为准；10.敬请游客带好有效身份证；甘 南 须 知：1、川西北、甘南地区平均海拔约 3700 米，大气含氧量只及平地 70%左右，初抵步者，有或轻或重的高山反应，只要多饮开水，多休息，服用红景天、螺旋藻、单晶冰糖和葡萄糖，症状很快会消失，无需担心和恐惧。在高原行动切忌过剧、不跑步，不闭气，不着凉，不吸烟，不饮酒，防感冒，平时多喝水，睡眠充足，注意保暖。2、日照充分游览时间需备太阳伞、太阳镜、丝巾、护肤霜、防晒霜、唇膏、晕车药等；4、重要提醒：游客如患有心脏病、高血压、哮喘、肺并呼吸系统疾并严重糖尿病和贫血等疾病，以及医生认为不宜进藏或高原者不能参团，如隐瞒病情，后果一切由游客自身承担，旅行社不承担任何连带责任；5、甘南川西北地区的民风深受藏族宗教影响，有些现象和习惯，不能以城市人的心态标准来衡量和看待。请记住不要离团去观天葬，偶有不慎，就会触怒当地人，引起不必要的麻烦；6、藏族寺庙建筑风格独特，遇上节日，藏族人衣着更是华丽，色彩缤纷，这些都是摄影的好题材，取景前要注意：一般寺庙的外围建筑可以随意拍摄，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。摄影人物也要小心，藏族人未必都喜欢被人拍摄，为免不必要的麻烦，取景前最好先打个招呼；7、藏族人不喜欢随地吐痰，不喜欢被人摸头搭肩，不喜欢大声喧哗；当地治安算是不错，但若在偏僻地方或夜间外出应结伴同行，不要单独行动，不要掉队和离团；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；8、在少数民族地区参观，请尊重当地的生活、宗教习惯，谨记地陪宣布有关旅游注意事项，入乡随俗，在任何场合下都不要提及有关少数民族的宗教和政治敏感问题，配合好地陪工作。8、因当地条件限制，甘南酒店整体环境与服务比较差，不能和内陆发达城市同级相比较；9、购物属于个人自愿行为，慎重选择（旅行社不负责退货，为此请慎重考虑是否购买）。警惕上当受骗，注意防盗、防抢。购买工艺品时，请一定要事先了解价位，如无意购买，请不要随意讲价，以免发生不愉快; 在旅游期间要特别注意人身和财产安全，妥善保管好身份证、现金、相机等贵重物品；10、旅游全程请服从导游的安排，牢记导游告知的安全事项，带小孩的请时刻注意小孩的安全，防止走失，爱护文物古迹，保护环境。旅游者每到一地都应自觉爱护当地的文物古迹和景区的自然环境。11、如遇因人数不足,具体景点可因抵离时间相应调整；旅行中由于人力不可抗拒的原因，造成滞留，超出费用客人自付；特 别 提 示：\*部分景区或酒店内设有购物场所，属于其自行商业行为；\*车售、高原氧气补给点，不算做购物项目；\*我社在保证景点不减少的情况下，保留对行程调整的权利；\*此线路经过地区均属少数民族居住地，游客需尊重当地民俗民风；\*客人在行程中如遇问题请及时告知，当天处理,回程后不予处理。特 别 声 明：如游客中途擅自离团，未产生的所有费用一概不退（包括往返飞机、门票、住宿、车费、餐费、导游服务费），则视为游客单方面违约。 |