**纯玩西藏双飞八日游行程单**

拉萨、林芝、羊湖

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | XZ1742459306uK211 | **出发地** | 南宁市 | **目的地** | 西藏自治区-拉萨市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 具体以实际出团通知书为准 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **南宁（具体以实际出团通知书为准）—拉萨**游客持有效身份证自行前往南宁机场，乘坐飞机前往拉萨，抵达拉萨后接飞机，入住酒店，结束当日行程。交通：飞机景点：无 |
| **用餐** | 早餐：敬请自理 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D2** |
| **行程详情** | **拉萨-鲁朗林海-鲁朗小镇-漫步高山牧场-林芝**早餐后酒店出发乘车前往游览【鲁朗林海】（参观时间不少于30分钟），在山顶遥望中国十大名山之冠的南迦巴瓦峰如瑞士的阿尔卑斯山；原始森林环抱的鲁朗高山牧场一片欧陆风光。"鲁朗"藏语意为"龙王谷"，是龙王爷居住的地方，也是"叫人不想家"的地方。区内树满青山、河流纵横，有规模巨大、终年碧绿苍翠、林木葱茏的原始森林等。后前往鲁朗小镇：位于西藏自治区林芝鲁朗镇，是由广东省援建的重点旅游开发项目，凸显藏族文化、自然生态、圣洁宁静、现代时尚的国际旅游小镇。有"东方瑞士"的美誉，主要以冰川地貌、高山峡谷和动植物资源景观为主，是冰川、高山、峡谷、草甸、森林、河流、湖泊等各种景观并存不可多得的游资源地。后前往漫步鲁朗高山牧场鲁朗高山牧场是的天然牧场。海拔3000多米高原上的鲁朗牧场，绿草如茵，野花遍地，马儿在溪边悠闲的玩耍，牦牛晃动着巨大的身躯与青草厮守。田园般的景致让人流连往返！游览结束后乘车前往林芝，抵达后入住酒店，结束当日行程。交通：旅游巴士景点：鲁朗林海 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：餐标30元/人 晚餐：餐标30元/人  |
| **住宿** | 林芝 |
| **D3** |
| **行程详情** | **林芝-骑马射箭-雅尼湿地-雅鲁藏布大峡谷-林芝**早餐后酒店出发，前往骑马射箭：林芝骑马射箭场地众多，导游根据客流量选择一处让游客体验；在保证您安全的情况下让您感受在高原上策马奔腾的乐趣。射工布响箭，让您做一个真正的藏族人乘车前往【雅鲁藏布江大峡谷】（车进车出，游览时间不少于150分钟）。沿途蓝天、白云、雪山、桃花、村寨与清澈的江水辉映，绵延千米的佛掌沙丘，古松迎客，到达素有“背包客圣地”之称的派镇，换乘景区观光车，参观公元8世纪莲花生大师的修行洞“厅姆·古茹查布”、在美丽的公尊德姆农庄观看中国山峰“南迦巴瓦峰”， 天气晴朗时，还可以欣赏到南迦巴瓦峰在雅鲁藏布江中的倒影，进入索松村，到达南峰醉美观景台，将十里桃花的美景尽收眼底，又可以远眺白雪皑皑的南迦巴瓦，还可观看舞台的锅庄表演，大家亦可参与其中，充分感受当地的民风民俗。后游览【雅尼国家湿地公园】（游览时间不少于30分钟）位于林芝县驻地普拢的东南方，雅鲁藏布江北侧的工波地区。该山是本波教徒们所崇拜的重要神山之一，教徒们把自己今世的幸福、来世的解脱等所有希望都寄托给苯日神山，为了消除罪障以及各种疾病，他们年年按时绕转该山。藏族所有史记中都公认，雅尼湿地是一座是由敦巴辛饶佛亲自加持的神山。因为此山是被幸饶弥沃如来佛祖加持过的大神山，所以至今仍然被加以 重视和崇拜。绕转雅尼湿地也是全世界众多信众心中的理想。游览结束后乘车前往林芝，抵达后入住酒店，结束当日行程。交通：旅游巴士景点：雅鲁藏布江大峡谷、雅尼国家湿地公园- |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：餐标30元/人 晚餐：餐标30元/人  |
| **住宿** | 林芝 |
| **D4** |
| **行程详情** | **林芝-卡定沟-G318-日多-桑日马鹿自然保护区-远观雍布拉康 -泽当**早餐后酒店出发，乘车前往【卡定沟】（游览时间不少于60分钟）：卡定藏语译为人间仙境，此处山势险要高耸入云，是典型的峡谷地貌，奇峰异石古树参天，落差近200米的瀑布飞流直下雄伟壮观，山崖天然形成的大佛、女神、观音、护法、如来佛祖、喇嘛颂经、神龟叫天、神鹰献宝、酥油灯，以及藏文“六字真言”佛字等；清新自然的天然氧吧将使您无限陶醉。后前往桑日马鹿自然保护区:公元1995年有关专家到我地区考察时发现了西藏马鹿、白唇鹿。景区河谷开阔，树林灌丛隐蔽条件很好，给马鹿提供了良好的生存环境。景区被确定为国家动物保护区。目前，该地的马鹿数量已达到5100多头，活动范围约5000平方千米。景区内还有西藏的名贵中草药虫草、贝母等。由于景区风景秀丽，游客络绎不绝，既可参观自然风光，又可参观野生动物，内容丰富，风景宜人。后前往远观沃德贡杰神山:穿过贡德林草原，可以远眺沃德贡杰雪山，它是西藏雪山之祖；海拔5998米，雪山十分独特,少了雪山的雄伟,却透出一份秀气,没有咄咄逼人的寒气,却有着其它雪山没有的灵气.雪山下有一个雪巴村；温泉十分出名，村里大大小小的温泉很多(比如沃卡温泉、绵曲卡温泉)。后前往雍布拉康：（远观）雍布拉康是西藏历史上一座宫殿，后来成为松赞干布和文成公主在山南的夏宫，五世达赖时改为寺院。大殿的壁画上描绘着西藏国王、一座宫殿和山下的块农田。宫殿位于山头，气势恢宏。游览结束后乘车前往拉萨，抵达后入住酒店，结束当日行程。交通：旅游巴士 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：餐标30元/人 晚餐：餐标30元/人  |
| **住宿** | 泽当 |
| **D5** |
| **行程详情** | **泽当-扎囊沙漠-羊卓雍措-赠送旅拍或航拍-拉萨**酒店早餐后；前往扎囊沙漠公园：你可能看多了西藏的雪山和湖泊，但是你一定不知道西藏也有沙漠，扎囊沙漠是西藏国家沙漠公园；这里游玩项目有沙地摩托；在这个沙漠公园有种仿佛置身于西北大漠的感觉，无人机也不限飞，可以放肆玩；阳光打在沙丘上，非常有层次感；容易拍出大片。后前往【羊卓雍错】：是一个高原堰塞湖，海拔4441米，湖岸线总长250公里，是喜马拉雅北麓的内陆胡泊，西藏的三大圣湖之一，湖岛上黄鸭、灰鸭、黑颈鹤、天鹅成群结队，时起时落；湖水颜色会随着环境变化而变得的色彩斑斓 ，十分神奇，生活在湖边的人们，用“天上的仙境，人间的羊卓；天上的繁星，湖畔的羊群”来赞美她。赠送圣湖旅拍或无人机航拍（导游团上视情况安排）:也许你这一辈子都没见过这样的蓝和绿，大片大片的，就像上帝的颜料盘毫不吝啬地全倒在了这里，浓郁却又不过艳，湖就该那样蓝，山就该那样绿，在赏风景之余，您的一颦一笑都被摄影镜头所记录。湖边有玛尼石堆和经幡山，与这湖光山色融为一体，如同行走在画间。这时候的风光能让新人放松了，见过很多表情僵硬的客人，在这“美色”面前，也忍不住一展笑颜。记录此时的美好和幸福，定格精美瞬间；让您在多年后翻起，还是能让您心头涌上幸福，这是圣湖旅拍的意义。游览结束返回拉萨入住酒店；结束当天行程；交通：旅游巴士 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：餐标30元/人 晚餐：餐标30元/人  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D6** |
| **行程详情** | **拉萨-布达拉宫-药王山观景台-大昭寺广场-八角街**早餐后酒店出发，乘车前往【扎基寺】（赠送项目，游览时间不少于30分钟），扎基寺位于拉萨市北郊的扎基路上，是全西藏的财神庙，香火十分鼎盛，每周一拜财神、周三保平安、周五求健康。游览结束后乘车前往【药王山观景台】（50元人民币背景拍摄地，游玩时间不少于10分钟），药王山藏名“夹波日”，意为“山角之山”，在布达拉宫右侧，海拔3725米。供有药王菩萨，而且山顶的招拉笔笔洞寺为业医喇嘛所居。后游览【布达拉宫】（游览时间不少于60分钟，另参观布达拉宫需预约，以具体预约的参观时间为准），是历代达赖的驻地，也是过去西藏政教权力的中心，分为红宫和白宫两部分，红宫主体建筑是灵塔殿和各类佛堂，白宫是历代达赖喇嘛起居、诵经及处理行政事务的场所。午餐后自行在【八角街】（自由活动时间不少于30分钟）是拉萨的转经道和商业中心，较完整地保存了古城的传统面貌和居住方式。八廓街原街道只是单一围绕大昭寺的转经道，藏族人称为"圣路"。游览结束后乘车前往拉萨，抵达后入住酒店，结束当日行程。交通：旅游巴士景点：羊湖 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：餐标30元/人 晚餐：自理  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D7** |
| **行程详情** | **全天自由活动**全天自由活动交通：无景点：无 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D8** |
| **行程详情** | **拉萨—南宁（实际以出团通知书为准）**早餐后酒店内自由活动，后根据航班时间送客人至拉萨贡嘎机场乘坐飞机返回南宁，抵达南宁后散团，结束愉快行程。交通：飞机景点：无 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不吃不退 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1．交通：南宁--拉萨往返经济舱机票含税。2．用车：当地旅游车，保证一人一正座（根据实际出团人数定车型）。若客人自行放弃当日行程，车位费不予退还, 因西藏特殊气候条件，旅游车辆均不能开空调设施，因高原长时间行车，途中车辆负荷较大，可能会 遇到汽车抛锚并影响行程的情况，旅行社对此会迅速做出补救措施，请游客做好心理准备。3．住宿：含7晚当地酒店住宿酒店参考酒店如下，以实际安排入住为准（全程单房差700元/人）拉萨：天祥圣居/宝山宾馆/福藩林酒店/普仁仓/金鹏银/圣瑞斯（柳梧店）或同档次酒店林芝：惠光酒店、布迦向宝、嘉龙酒店、聚源酒店、盛德宾馆、俊凯或同档次酒店鲁朗：扎西岗村民宿或同档次酒4．用餐：7早9正餐，早餐酒店赠送，正餐餐标30元/人，如因自身原因放弃用餐，则餐费不退（拉萨饮食多为川菜，且条件有限，可能有些行程为路餐，请客人从发地带些自己喜欢的食品到拉萨，以备不时之需）。5.门票：含行程首道大门票及必须景交6．服务：当地导游服务（导服费20元/人）7. 赠送项目：赠送项目如因客人自身原因或不可抗力无法安排，费用不退敬请谅解 |
| **费用不包含** | 1、不含单房差700元/人，不含旅游意外险（建议客人自行购买或委托旅行社购买）。2、因天气、台风、政策调整、台风和自然灾害等旅行社不可抗拒原因，产生的机票损失、吃、住、行等费用由客人自理。3、酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒、吸氧、医疗等个人消费。4、因交通延阻、罢工、天气、台风、自然灾害、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因而产生的费用。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1.在不减少景点的前提下，在全体客人同意并签字确认后，根据航班、车次、天气、节假日等具体情况变更行程顺序。2.在以下不可抗力事件发生的情况下，为避免该事件对游客、旅行社权益损害，在全体客人同意并签字确认后，对行程顺序进行调整、减少不可抗力事件发生地旅游景点、经双方协商解除旅游合同，涉及相关退费以旅行社行程计划为主！因不可抗力不能履行民事义务的，不承担民事责任!（1）自然灾害、如台风、洪水、冰雹、凝冻； （2）政府行为，如征收、征用； （3）社会异常事件，如罢工、骚乱；（4）疫情。 |