**05【探秘甘南】双飞八日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GS17477893314q | **出发地** | 南宁市 | **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 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **南宁-兰州**指定时间在南宁吴圩国际机场集合，自行乘航班前往兰州（以出团通知书为准），抵达后由工作人员接机，随后前往酒店休息。温馨提示： 1、抵达兰州的前一天，我司客服人员会通过短信或电话联系您，并告知酒店名称、酒店地址和入住方式等，请保持手机畅通。 2、本线路免费赠送接机/接站服务，滚动发班，临近航班/车次抵达的游客可能会乘坐同一辆车送达酒店，等待时间不超过50分钟；接机/接站为赠送项目，不用无费用可退。 3、不愿意拼车等待接机/接站的团友，可自行打车前往酒店，费用自理。4、当天不含车导服务，自由活动期间请注意人身/财产安全。交通：飞机+大巴 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 兰州/兰州新区 |
| **D2** |
| **行程详情** | **兰州-麦积山石窟-伏羲庙-天水**酒店早餐，后乘车赴天水【麦积山石窟】（参观时间不少于100分钟）世界文化遗产，国家AAAAA旅游景区，中国四大石窟之一，位于甘肃省天水市麦积区，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。随后前往【伏羲庙】（参观时间不少于50分钟）伏羲庙位于天水市秦城区西关，是全国较大较早的伏羲庙。是一处古柏参天，浓荫盖地；庙宇辉煌，亭角挑翘；布局严谨清幽雅静；高墙围绕，芳草添色的所在，有着作为我们中华民族初祖的宏伟气魄。是天水现在保存较为完整的古建筑群之一。为甘肃省重点文物保护单位。当天行程结束后入住酒店休息。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：成人正餐餐标30元/人，儿童含半餐（餐不用则不退亦不做等价交换） 晚餐：X  |
| **住宿** | 天水 |
| **D3** |
| **行程详情** | **天水-官鹅沟-鹅嫚沟-宕昌**酒店早餐，后乘车赴宕昌，游览【官鹅沟】（游览时间不少于120分钟）官鹅沟自然风景区位于青藏高原东部边缘与西秦岭、岷山两大山系支脉交错地带，由官鹅沟、大河坝、缸沟、南河沟组成，官鹅沟里有13个大小不等、形态各异的湖泊，还有9道险峻深幽的峡谷让人惊叹不已。景色特点官鹅沟自然风景区原始古朴，环境优美、空气清新、风景如画。景区内山岭重迭、幽谷纵横、青山碧水、奇峰怪石，瀑布飞溅、草甸雪山、湖泊激流，古木参天，四季色彩变幻无穷，春天野花竟发，争奇斗艳；夏日绿荫蔽日，了无暑意；秋来枫叶红遍，层林尽染；冬则百雪覆地，琼花玉树，冰柱、冰挂、冰瀑晶莹玲珑，构成一幅幅精美艺术品，实为赏冰玩雪胜地。游览【鹅嫚沟】（游览时间不少于30分钟）鹅嫚沟与官珠沟是姊妹沟。鹅嫚沟内主要有天池、金樽瀑、神象瀑、金羊湖、鹅嫚湖等景点。如果说官鹅沟的看点是瀑布和地貌，那么鹅嫚沟就凸显了江南水韵。当天行程结束后入住酒店休息。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：成人正餐餐标30元/人，儿童含半餐（餐不用则不退亦不做等价交换） 晚餐：X  |
| **住宿** | 宕昌 |
| **D4** |
| **行程详情** | **宕昌-腊子口战役-扎尕那-仙女滩-迭部**酒店早餐，后乘赴迭部，后参观【腊子口战役遗址】（游览时间不少于50分钟）腊子口战役旧址位于迭部县腊子口乡腊子口村内，是红军与国民党军队曾激战的地方。腊子口是岷山支脉迭山上的一处隘口，长30米，宽3米，两壁绝峰对峙，高耸入云，周围崇山峻岭环拱，腊子河水流湍急，地势十分险要，是甘、青、川三省藏区通往汉区的门户。1935年9月16日，毛泽东、周恩来等率领中国工农红军一方面军长征途经腊子口天险，经过一天一夜的淤血奋战，攻破国民党军队的严密防守，占领腊子口，为红军脱离给养困难的雪山草地，顺利进入陕甘宁边区，实现北上抗日打开通途。为了纪念红军长征的状举，缅怀具有传大历史意义的腊子口战役，甘肃省人民政府在此建立了“腊子口战役纪念碑”。游览【扎尕那】（游览时间不少于100分钟）“扎尕那”是藏语中“石座子”的意思。是一座完整的天然“石城”，那里的人们延续着古老的生活方式，在与世隔绝的岁月里演绎着不为人知的桃花源记。大约100年前，美籍-旅行家约瑟夫·洛克来到甘南藏族自治州送部县，穿过崇山峻岭，看到了一处名叫扎尕那的人间秘境。所以从北面进来扎尕那的路也叫“洛克之路”。游览【仙女滩】（游览时间不少于30分钟）仙女滩是一片高山草甸，也是扎尕那看日落的较佳地点。站在山巅能收获较好的俯瞰视野，山顶白色的薄雾笼罩，山石的颜色层次分明，深浅有别，高低错落间制造出有落差的美。当天行程结束后入住酒店休息。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：成人正餐餐标30元/人，儿童含半餐（餐不用则不退亦不做等价交换） 晚餐：X  |
| **住宿** | 迭部 |
| **D5** |
| **行程详情** | **迭部-若尔盖花湖-黄河九曲一湾-若尔盖**酒店早餐，后乘车前往【若尔盖花湖】（游览时间不少于100分钟）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。若尔盖怀抱中的花湖就是这样一道风景，难以用言语描摹。千百年来，绿野与花海如期盛放藏民、羌人悠悠往来岁月蕴藏的纯澈宁静在3468米、接近天空的地方磅礴流泻炊烟缭绕，绿草成茵繁华似锦，牛羊成群牧歌悠悠，鸟翔鱼跃骑马驰骋草原，可躺下欣赏星光它用三季的蛰伏换剩下这一季的瑰丽用草的碧绿用花的绚烂送你我一场迷离的梦。 游览【黄河九曲一湾】（游览时间不少于100分钟）俗语说:天下黄河九曲十八湾，不到黄河心不甘，今天就看到了这黄河一湾，她发源于巴颜喀拉山，流经四川省境内，在若尔盖县唐克乡索克藏寺院旁形成的景点。放眼望去这蓝天白云是不是很辽阔、很壮观，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，故此地称九曲黄河一湾。 当天赠送价值88元/人【草原牦牛肉火锅】（不用不退亦不做等价交换或其余补偿）感受多元美食文化相融汇，体验既有康区独特个性和凝重宗教色彩，又有丰富内涵和底蕴的康巴饮食文化。当天行程结束后入住酒店休息。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：成人正餐餐标30元/人，儿童含半餐（餐不用则不退亦不做等价交换） 晚餐：X  |
| **住宿** | 若尔盖 |
| **D6** |
| **行程详情** | **若尔盖-郎木寺-郭莽湿地-桑科草原-夏河**酒店早餐，后乘车前往【郎木寺】（游览时间不少于100分钟）郎木寺由藏语地名“达仓郎木”演化而来，是一个囊括了川、甘两省的地名，两省依照地名法的相关规定，规范的写法均应为“郎木寺”。现在的郎木寺属于川甘两省分治，具体划分为甘南藏族自治州碌曲县下辖的郎木寺镇和四川省若尔盖县红星乡下辖的郎木寺村，地图上有明确的界限，实际上两省百姓混居，很难界定。现在的郎木寺地区设有两座格鲁派佛教寺庙：位于四川若盖尔的达仓郎木格尔底寺（简称格尔底寺）、位于甘肃碌曲的达仓郎木赛赤寺（简称赛赤寺），还有两座分属伊斯兰教派中“格的木”派和“伊和瓦呢”派的清真寺。游览【纳摩大峡谷】（游览时间不少于20分钟）在格尔底寺的尽头，有一条纵深十几公里的纳摩峡谷，白龙江的源头就在这里。峡谷内有一处仙女洞，洞口有五彩经幡和玛尼堆，藏民将其奉为神灵所在。游览【红石崖】（游览时间不少于30分钟）郎木寺镇后方有一座神秘的红色砂岩--红石崖。高大巍峨的红石崖就像一道屏障，守护着山下的小镇，又因为其形态独特，甚至有人形容它为“魔鬼微笑的牙齿”。游览【郭莽湿地】（游览时间不少于30分钟）这里是黄河支流洮河的发源地和水源涵养地，在黄河流域生态涵养和水源保护中具有重要意义。游览【桑科草原】（游览时间不少于30分钟）在甘南州夏河县城西13公里处、便进入了辽阔美丽的桑科草原。桑科草原是桑科乡达久滩（“跑马滩”之间）草原的一部分，为四周群山环抱，中间开阔平坦的高山草原。以其优良的草场和历史上多在此举行盛大的藏传佛教佛事活动，而享誉西北藏区。 桑科草原属于草甸草原，平均海拔超过3000米，草场面积达70平方公里，地形起伏缓和，宽广无垠，水草丰美，牛羊肥壮，是甘南州的主要畜产品基地。当天赠送价值108元/人【草原体验大礼包】（不用不退亦不做等价交换或其余补偿）可选择自己喜欢的藏族服饰进行穿戴，由专业讲解员带领转白塔，撒隆达祈福及酥油杷制作，远离城市的喧嚣，在这一片净地体验不一样的异域风情。当天行程结束后入住酒店休息。重要提示：1、甘南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。忌穿超短裙、长裙、短裤、吊带装等不庄重服装进入寺内参观。2、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。为免不必要的麻烦，取景前先打个招呼。3、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，敬请悉知。4、在藏区，政治问题是十分敏感的，无论任何场合都不要讨论政治问题，敬请悉知。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：成人正餐餐标30元/人，儿童含半餐（餐不用则不退亦不做等价交换） 晚餐：X  |
| **住宿** | 夏河 |
| **D7** |
| **行程详情** | **夏河-拉卜楞寺-甘加秘境-兰州**酒店早餐，后乘车前往【拉卜楞寺】（游览时间不少于120分钟）拉卜楞寺始建于清康熙四十八年（1709年），经历代寺主嘉木样活佛和广大僧众的开发，已成为包括显、密二宗，有闻思、续部下、续部上、医学、时轮、喜金刚六大学院，108个属寺和八大教区的大型寺院。是西藏以外，藏传佛教格鲁派的又一中心，朝圣者终年不断，盛时寺内僧侣达4000人。【转经长廊】拉卜楞寺外围是世界上较长的转经筒，周长有3公里还多，由2000多个大大小小的转经筒组成，转经筒大的有一人多高需2-3个人合围才能保住，小的周长则只有1米左右。沿着长廊徒步，依次转动这些转经筒，每转动一次，就等同诵经一次祈福。远观【晒佛台】，拉卜楞寺东南面的山坡，修建有晒佛台，每年正月十三做法事的这一天，众僧抬着长达54米、宽24米的佛像唐卡，从拉卜楞寺出发，穿过小桥，沿着山坡的小路攀登到晒佛台顶端展佛。游览【甘加秘境】（游览时间不少于100分钟）甘加秘境位于甘肃省西南部甘南藏族自治州夏河县甘加镇，南边接壤千年古刹作海寺，东毗邻甘加溪豁，凌越北部的达里加山，总面积达131.23平方公里，南北部海拔落差达1300米。独特的地质构造使得其蕴藏了崖壁、草原、高原湖泊、石林、峡谷、史前溶洞、河流等多种地质资源在内的青藏高原所有的景致特征。八角古城、作海寺、白石崖寺、等多个千年藏传佛教古寺簇成了甘加的历史文化积淀，涌现。出了宗喀巴大师、贡日仓女活佛、更敦群培、十世班禅大师等学术大师和高僧大德。当天行程结束后入住酒店休息。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：成人正餐餐标30元/人，儿童含半餐（餐不用则不退亦不做等价交换） 晚餐：X  |
| **住宿** | 兰州/兰州新区 |
| **D8** |
| **行程详情** | **兰州-南宁**早餐后根据返程航班时间送机，自行搭乘航班返回南宁（以出团通知书为准），抵达南宁机场后自行散团，结束愉快的甘南之旅。 温馨提示： 1、本线路赠送拼车送机/送站服务（根据临近航班/车次人数安排对应车辆规格），接送人员会提前一天晚上与您联系并确认送机/送站时间及乘车地点，请保持手机畅通。 2、如有乘坐飞机的游客，我社将安排中川机场附近酒店，由酒店负责送机服务。3、酒店退房时间为中午12点之前，若您返程航班/车次较晚，请于12点前完成退房，行李可寄存前台后自由活动，若由于超过退房时间退房所产生的费用请自理！交通：大巴+飞机 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早，不用不退，儿童不占床不含早 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 费用包含:【门票】行程所列景点首道门票【用餐】行程所列餐（7早6正） 早餐：酒店含早 正餐：30元/人/餐，十人一桌、餐不用不退【住宿】7晚住宿（酒店标准2人间）参考酒店名称：（以实际入住为准）兰州/兰州新区：TOWO上品酒店(焦家湾地铁店)/新德丽/飞天空港/随安或其他同档次酒店天水：悦居精品酒店/皇冠假日或其他同档次酒店宕昌：凯瑞酒店/东苑或其他同档次酒店迭部：金鑫酒店或其他同档次酒店若尔盖：大藏阳光(藏式)或其他同档次酒店夏河：桑珠（藏式）/白云大酒店或其他同档次酒店【用车】当地空调旅游用车，景区内为公共环保车（车辆大小由旅行社根据人数安排，保证每位游客1个正座）【大交通】广西-兰州往返经济舱含税机票/往返火车硬卧费用（团队机票一经出票不退不改，如遇政府或航空公司政策性调整燃油税费，税费涨幅差价客人按照实际差价补齐）【导游】当地中文导游服务费50元/人 |
| **费用不包含** | 费用不含：1、行程以外的个人消费2、旅游意外险3、单房差费用儿童价格：12岁以下儿童包含往返机票、当地车位、正餐半餐，不占床不含早、不含门票 |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 麦积山石窟电瓶车 | 麦积山石窟电瓶车（景区交通） |  | ¥ 15.00 |
| 官鹅沟区间车 | 官鹅沟区间车（景区交通），为配合团进团出，建议乘坐 |  | ¥ 50.00 |
| 扎尕那区间车 | 扎尕那区间车（景区交通） |  | ¥ 40.00 |
| 若尔盖花湖电瓶车 | 若尔盖花湖电瓶车（景区交通），为配合团进团出，建议乘坐 |  | ¥ 30.00 |
| 九曲黄河一湾扶梯 | 九曲黄河一湾扶梯（景区交通） |  | ¥ 60.00 |
| 甘家秘境 |  |  | ¥ 40.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1、当地空调旅游大巴车，如遇大雪天气出现不可抗力因素，空调大巴车改为火车（费用自理）2、当地住宿按2人入住1间房核算，如出现单男单女，尽量安排该客人与其他同性别团友拼房；如不愿拼房或未能拼房，请补齐单房差以享用单人房间。西北甘南地区经济发展相对落后，接待条件相对有限，故绝大多数酒店无空调，如遇政府征用、旺季房满等情况，将安排不低于原档次的本地域或临近地区的其他酒店。3、用餐不含酒水，如有忌口者可自备食物：房费中包含早餐，若客人不用早餐及正餐，费用不退。4、在不减少景点的情况下，我公司导游在经得全团客人签字同意后，可根据当时情况有权对行程游览顺序进行前后调整。如遇政策性调价及人力不可抗拒因素（天气/政治/火车/航班等因素）导致增加费用则按《旅游法》第六十七条。5、当地旅游用车，车型根据人数而定，保证1人1正座。6、导游服务，因东北旅游业正处于发展阶段，导游服务无法与内地导游相比较，请游客谅解。7、出游过程中，如因游客自身原因放弃行程（餐，住宿，旅游车），均视为自愿放弃，费用不予退还，放弃行程期间的人身安全由旅游者本人自行负责，与本司无关。8、产品为打包价格，如因游客个人原因，放弃行程或行程中包含的任何项目，所有费用均无法退还，也不做任何等值交换。9、为保证我们的服务质量，请各位团友在游览结束前，本着公正、公平、实事求是的原则务必认真填写《游客意见反馈表》。10、建议客人自行购买旅游意外保险。11、游玩途中贵重物品请游客随身携带或自行寄存入住酒店的前台，就寝时请悉心检查门窗是否关好。以保障个人的人身及财产安全，避免造成不必要的损失。12、注意卫生与健康。旅游在外，品尝当地名菜、名点，无疑是一种“饮食文化”的享受，但一定要注意饮食饮水卫生，切忌暴饮暴食。油腻的食物要少吃，以免肠胃不适引发消化系统疾病。多吃蔬菜水果，少吃方便食品。13、受旅游地自然条件限制，特别是高原藏族地区，景点、酒店、沿途餐厅等的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从硬件设施或饭菜质量都有一定的差距，且北方大部分地区口味偏重，喜辛辣；但我们尽努力与餐厅协调，满足不同旅客的需求。西北地区由于地域辽阔，景点之间车程较长，请游客在来西北旅游时注意休息，调配好时间，以充足的体力参加旅游活动。西北甘南地区酒店硬件设施和服务与内陆旅游发达地区相比较，有较大差距。请勿拿内陆地区同等酒店做比。13、请游客出发前根据旅游地天气情况准备适宜旅游的衣物、鞋子、雨具等；并请游客依照个人习惯带适量常用药品、护肤用品等；14、游客在活动期间不遵守规定，由于自身过错，自由活动期间内的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负。 |