**青海双飞六日游（high玩西北）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 1231751616348Ic | **出发地** | 浙江省-宁波市 | **目的地** | 西宁市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 【缤纷景点】360°环青海湖， 茶卡盐湖3小时摄影，草原骑马，深度游西北，感受到大西北的粗犷与豪迈！【精选酒店】精选舒适酒店，住的好才能玩的更好，静享惬意旅程，景点游览时间充足，享受自由旅程。【服务保障】不进店，无自费，无隐形消费，真正纯玩，消费明明白白，让您自由轻松【舒心出游】老司机带队，一车到底不换车，24小时接机服务， 让您行程无忧！ |
| **产品介绍** | 行程速览天数行程餐食住宿DAY1宁波-西宁——西宁DAY2西宁-塔尔寺-青海湖-茶卡早餐茶卡DAY3茶卡盐湖-环湖西路-仓央嘉措广场-大冬树垭口-祁连早餐祁连DAY4祁连-阿柔大寺-卓尔山-张掖早餐张掖DAY5张掖彩色丹霞-扁都口-达板山-黑泉水库-西宁早餐西宁DAY6西宁-宁波早餐温馨的家 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 日期行程D1宁波-西宁（航班待定，具体以实际出票为准）乘交通工具前往中国夏都——西宁，抵达后入住酒店温馨提示：1、您抵西宁的前一天工作人员会通过短信或电话的方式在20点之前跟您联系，请保持手机畅通！2、抵达西宁指定酒店报姓名入住，酒店名称工作人员会提前一天以短信方式发送至您手机！3、赠送的接送机或接送站服务，每个订单抵达和返程只能各免费接送机（站）一次，同时必须提前在使用前一天17:00之前告知工作人员且上述接送机或接送站服务为免费赠送项目，不使用，无任何费用退还。自行寻找当地美食——舌尖上的西宁西宁的民族特色的地方风味小吃颇多，如自然肥嫩的手抓羊肉、清凉爽滑的酸奶、酸辣可口的酿皮、筋道正好的牦牛肉，以及狗浇尿、尕面片、酥油糌粑、甜醅等等，不仅经济实惠，而且独具特色。莫家街：一条老牌美食街，有名的是“马忠食府”，街内有很多马忠家小吃，包括酿皮、甜醅、烤羊肉、风味砂锅等。水井巷：号称“小香港”，有许多烤羊肉摊，挑人多进，味道不会差。酿皮、酸奶、甜醅、羊肠面也很不错的。大新美食街：全是排档，基本都是清真的，牛羊肉为主。手抓羊肉、羊蹄、牛蹄、牛骨、手抓饭和一些面食味道都很好，吃肉是用刀割的，看起来相当豪迈。用餐早餐：敬请自理 午餐：敬请自理晚餐：敬请自理住宿西宁精选酒店D2西宁-塔尔寺-青海湖-茶卡早餐后，集合乘车前往塔尔寺，（西宁/塔尔寺40KM，车程约30分钟）抵达塔尔寺。参观黄教六大宗主寺之一的【塔尔寺】（含区间车以及以及讲解费，参观时间约2小时），藏香袅绕在空远的雪域，虔诚的信徒手持转经筒、叩长头、填清油,将一生的祈愿留于天地之间车赴青海湖参观梦中的高原蓝宝石——【青海湖】（不含游船、电瓶车，参观约2小时），青海湖虽然有丝丝凉意，但是我们有美景可以挑起心中最美的向往，听一段关于文成公主的传奇，唱一段青藏高原上的格桑花。（西宁/青海湖150公里，车程约3小时），途中车览【日月山】，后车赴茶卡入住酒店。 温馨提示：1、因青海湖地处高原地区，平均海拔3190米。平均比西宁温度低3-5度，光照紫外线强。即使是盛夏季节前往青海湖也要带长袖衣服，下雨更冷一些；2、在青海湖景区游览时，请注意不要剧烈活动、不要饮酒。绝大多数人初到高原，会有轻微的高原反应，主要症状是头痛、呼吸急促、对此不必惊慌，多饮水，好好休息，很快就可以适应高原气候3、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，另外穿一双合脚、透气性好的鞋，可以为您的旅途省去不必要的麻烦。4、西宁前往青海湖的路上，我们需要在倒淌河东藏旅游服务区停留休憩。旅游服务区内设有旅游购物商店，属于当地旅游扶贫项目，非本行程涉及购物场所，请您按照自身需求购买商品,请您谅解！用餐早餐：酒店早餐午餐：敬请自理晚餐：敬请自理住宿茶卡精选酒店D3茶卡盐湖-环湖西路-仓央嘉措广场-大冬树垭口-祁连早餐后，车赴茶卡镇(青海湖/茶卡150公里，车程约2.5小时），参观天空之境【茶卡盐湖】（不含游船、小火车、电瓶车，摆渡车、参观约1.5小时），这是一个胜似玻利维亚“天空之镜”的地方，走在湖面，宛若走在天边，亦如行在水中，天空透明如水，水面清透如镜，这里是西部的秘境，特殊形成的盐水层，犹如天空倒影绝美无比，因阳光而形成的不同色彩，幻化成天堂般的缥缈纯净参观在这里，没有汽车的轰鸣，只有滔滔的湖水与你相伴。后车赴祁连（茶卡/祁连560公里，车程约8小时），途中车览【环湖西路】环湖西路是青海湖西岸的隐匿风光，水面比较高，颇具太平洋西海岸的风范【仓央嘉措广场】仓央嘉措文化广场是为了纪念有名的诗歌大师仓央嘉措而建，广场上的石碑讲述了其伟大的一生，以及其众多脍炙人口的爱情诗歌。【大冬树垭口】，抵达后入住酒店休息。 用餐早餐：酒店早餐午餐：敬请自理晚餐：敬请自理住宿祁连酒店D4祁连-阿柔大寺-卓尔山-张掖早餐后，参观【阿柔大寺】（祁连/阿柔大寺20公里，车程约30分钟，参观1小时）阿柔寺最初为一座静房，30年后，献寺于阿里达尔罕曲结。里达尔罕曲结后又称“阿里呼图克图”，其第二世罗桑丹巴热吉出生于阿柔部落，曾入藏学经，返回后扩建阿柔寺；第三世桑丹巴达吉建立显宗学院，完善各种法会制度，寺僧增至400 人，发展成一座正规寺院。后参观【卓尔山】（阿柔大寺/卓尔山20公里，车程约30分钟，参观2.5小时），后车赴张掖（祁连/张掖200公里，车程约4小时）入住酒店休息。 用餐早餐：酒店早餐午餐：敬请自理晚餐：敬请自理住宿张掖酒店D5张掖彩色丹霞-扁都口-达板山-西宁早餐后，参观被《中国地理学》杂志评为中国最美的七大丹霞地貌之一，彩色丘陵色彩之缤纷、面积之大、造型之丰富冠绝全国的张掖【彩色丹霞地貌】（赠送环保车，参观约3小时），这里的美丽与神奇，通过老谋子的渲染，表现的酣畅淋漓《三枪》、《长城》都在这里取景拍摄，集自然和独特的人文景观于一体，将浓郁的中国风展现的淋漓尽致！后车赴西宁（张掖/西宁460公里，车程约7小时），沿途我们可以车览到【扁都口油菜花】远远望去金灿灿的一片，怒放的花蕊是它的心灵的独语，只要能在阳光下开放，生命处处会放光芒。抵达西宁后入住酒店休息。 用餐早餐：酒店早餐午餐：敬请自理晚餐：敬请自理住宿西宁酒店D6西宁-宁波 （航班待定，具体以实际出票为准）早餐后，将安排送机，结束愉快的西北行程！用餐早餐：酒店早餐午餐：敬请自理晚餐：敬请自理住宿温馨的家参考酒店：茶卡：茶卡君道酒店 茶卡星际酒店 茶卡云湖之星酒店 茶卡星入海酒店 茶卡东晨酒店祁连：祁连翠光酒店、祁连玉林商务酒店、祁连宾馆、祁连丽山暮景酒店 祁连大酒店张掖：张掖丝路悦港酒店、张掖顺祥酒店、张掖鼎和酒店、张掖绿洲酒店 张掖丹霞口石头城大酒店西宁：西宁中鹏酒店、西宁白云翔羚酒店、西宁自然里酒店、西宁新春兰酒店 西宁宜采青航酒店注意事项：1.西北地区位于我国西北内陆，气候以温带大陆性气候为主，日照强度与昼夜温差较大，请游客根据自身情况，带足御寒衣物，水壶、墨镜太阳帽和特级防晒油以做外出护肤之用。2.西北地区气候干燥，初到高原旅游者，不要太多改变自己以往的饮食习惯，有人可能会出现鼻腔干痛、口焦舌燥、皮肤干裂等症，需带一些常用药，如油质滴鼻药水或者药膏、上清丸、桔梗丸、凡土林、及感冒药、消炎药、助消化药、止腹泻药和创可贴等，同时注意多喝开水，多吃新鲜蔬菜、水果。3.受旅游地自然条件限制，景点沿途餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从软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；但我们尽最大努力与餐厅协调，满足不同游客的需求。4.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。5.西北地区是少数民族聚集的地区，宗教色彩很浓，风俗习惯与我们不同，游览时（如进寺庙）请谨记地陪宣布有关旅游注意事项，入乡随俗，不要提及有关少数民族的政治问题，配合好地陪工作。6.参观清真寺禁止吸烟饮酒，注意衣冠整洁，不可大声喧哗，对于正在作礼拜的信徒不可指手划脚。在藏区偶见身挂红、黄、绿布标的牛羊徜徉于郊野，可不要随意驱赶、伤害，那是臧民敬神祭品。7.拍摄禁忌：一般寺庙内是严禁拍摄的，偷拍后果十分严重。有些地方注明付款后才可拍摄，如有需要，请按当地规定执行，拍摄人物，尤其是僧侣、妇女，取景前一定要经对方允许，以免不必要的麻烦，在野外拍摄时，谨记安全第一，注意自身身体状况，请大家保管好随身拍摄器材，谨防丢失。8.参加沙漠娱乐项目时，请在导游的安排下进行，注意自身及他人安全，带摄影器材的朋友尤其要注意防止沙子进入摄影包内，以免损坏机器设备，请不要破坏沙漠中的各类植物，在结束了愉快的“沙漠游”后，尽量把垃圾带出沙漠，保护沙漠的生态环境。 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 接待标准：1、交通：宁波往返西宁经济舱（含税），具体航班待定，以实际出票为准。2、门票：景点大门票（塔尔寺、青海湖、茶卡盐湖、仓央嘉措广场、卓尔山、阿柔大寺、七彩丹霞）学生证、军官证、老年证、记者证、教师证、残疾证等相关证件产生门票优惠，由当地地接工作人员按折后优惠退还至客人，儿童收费不含门票，如产生，请家长在景区自行购买。3、住宿：精选精品酒店标准间4、餐饮：全程含5酒店早餐，正餐均自理！5、导服：此行程由司机兼向导，司机只负责酒店和门票相关事宜，不做讲解服务。6、保险：含旅行社责任险，建议客人出发前买旅游意外险7、儿童价格：不满12周岁（1.2以下儿童含车位费；不占床位，不含酒店早餐、门票等，若产生费用自理）8、在不减少景点的情况下，我社可调整行程，如遇人力不可抗拒因素造成无法游览的景点我社只负责退还团队门票价差额，不承担由此造成的损失和责任。 |
| **费用不包含** | 1、景区小交通费用和行程中注明需要另付的景区自费项目；2、单房差：全程入住相应指定酒店双人标间，西北酒店多无三人间，如无人拼房，需补单房差；3、因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用； 4、酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费； |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **保险信息** | 【 特别说明 】1、《意见单》这是对游览质量的最终考核标准，我社将以此作为团队质量调查的依据，任何投诉以游客《意见单》为准，否则不予授理。不签意见单者视为放弃，按无意见处理！二：由于青海属于高海拔地区，考虑到游客自身安全问题，70 岁（不含）以上和 2 岁以下报名参加此行程有一定风险，须谨慎参与。但我社工作人员非专业第三方医疗鉴定机构，故在此特别提醒：报名前请确认身体适合参加此行程，并愿意承担相关风险。按照旅游相关要求，70 岁以上需附带三级甲等医院开具的 3 个月内的有效健康证明或体检报告。75 岁以上需附带三级甲等医院开具的 3 个月内的有效健康证明或体检报告。还需老年旅游者成年直系家属签字，且由直系成年家属陪同。如报名前未认真阅读此条， 给您造成损失，我社不承担任何责任。 |