

**避暑中太行-河南双飞八日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 11611754639128Bf | **出发地** | 浙江省-宁波市 | **目的地** | 河南省-郑州市 |
| **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** | 清凉山水揽胜：嶂石岩清凉仙境、石板岩山风沁凉，五指山飞瀑送爽，太行山水皆是清凉秘境；红色纳凉之旅：西柏坡、129师青砖荫凉忆峥嵘，红旗渠畔峭壁遮阴品清凉；古韵消暑体验：广府古城水绕风凉，古巷漫步、城楼揽风，泛舟碧波间消暑怀古；特别安排：探索与张家界齐名的自然奇观，载入吉尼斯记录的世界最大天然回音壁，夏日里的清凉仙境唤起【小学课本·经典影视】的记忆之：赵州桥  西游记如来佛掌 少林功夫一次旅行，河北、河南的精华景点一网打尽，走进中太行，揽尽山水间的23℃盛夏！全程无购物!真正的纯玩行程，没有任何购物店,土特产超市也不进！不走回头路；摆脱以往长途跋涉的颠簸；带来更舒适的旅途感受！ | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 第一天宁波—郑州不含郑州 指定时间指定地点乘机赴河南省会城市郑州。[网红打卡地]：二七纪念塔、玉米楼（又称千玺广场）、海滩街、星河里唐宫夜宴等[美食必打卡]：郑州烩面、葛记焖饼、河南卤面、白吉馍、登封烧饼、特色炒面等第二天郑州—文字之都5A殷墟博物馆-千年北方水城5A广府古城晚餐邯郸地区早上郑州火车站接团，乘车赴世界文化遗产，中国考古学的诞生地，甲骨文发祥地——【殷墟博物院】，殷墟博物馆，位于河南省安阳市。因其坐落在殷墟宫殿宗庙遗址而命名，是中国考古学的诞生地，甲骨文发祥地，又是中宣部公布的全国百个爱国主义教育示范基地之一和首批全国旅游景区全国青年文明号，属历史遗址类型的全国重点文物保护单位。殷墟博物馆中展出的文物，每件都是国宝级精品。殷墟博物馆直接折射出了殷商历史，是商代辉煌历史的缩影。观赏殷墟宫殿区、殷墟车马坑、殷墟甲骨文、殷墟青铜器、司母戊大鼎、妇好墓等。漫步在一座展示华夏历史瑰宝的艺术殿堂，得以古代文明的陶冶和启迪。之后前往【广府古城】，历史文化底蕴深厚，北方水乡风光秀美，太极文化源远流长，是中国独一无二的古城、水城、太极城。广府古城已有2600多年历史，古城墙周长4.5千米，城内面积1.5平方千米，广府古城坐落在面积达4.6万亩的永年洼，围绕广府城墙四周是环绕5千米，宽100米的护城河，护城河之外是湿地，“一城双水”成为广府一道独特景观。洼淀内常年积水，被誉为“北国小江南”。广府古城是杨、武式太极拳发源地，诞生了杨露禅和武禹襄两大门派创始人，是太极之乡，太极拳从广府走向全国，走向世界。晚入住酒店休息。第三天天下第一桥、建筑史上的奇迹赵州桥-新中国革命征程转折点5A西柏坡圣地-红楼梦的发源地5A正定古城早晚餐正定地区早餐后，乘车前往游览【课本里的4A赵州桥】景区，赵州桥始建于隋朝（公元595年—605年），由匠师李春设计建造，距今已有1400余年，是世界上现存年代最久远、跨度最大、保存最完整的单孔坦弧敞肩石拱桥。赵州桥因其建筑结构独特，设计合乎科学原理，桥体雄伟壮观，被世人誉为“天下第一桥”。唐代中书令张嘉贞在《赵州大石桥铭》中说它“制造奇特，人不知其所为”。从整体看，它是一座单孔弧形石桥，由28道石拱圈纵向并列砌筑而成，是中国造桥史上的杰作，对全世界后代桥梁建筑有着深远的影响。元代诗人刘百熙曾盛赞它：“水从碧玉环中过，人在苍龙背上行”。前往平山，参观新中国从这里走来——【解放军进京赶考第一站—5A西柏坡圣地】，观赏三大战役作战半景图身临其境、全国最大的表现领袖人物最多的群体雕像、全国最长的电报长廊； 中共中央七届二中全会旧址（震惊中外的辽沈、淮海、平津决策中国命运的三大战役作战指挥部）；五大书记旧居（朴实整洁，内有简陋的办公用具和生活用品，再现了革命时期的艰苦奋斗的时刻）。后游览【国家历史文化名城5A正定古城】，国家历史文化名城—正定古城始建于北周（557—581年），初为石城，规模较小。唐按镇治扩为土城。明砌为砖城，遗存至今。现存主要建筑有隆兴寺、正定四塔、正定城墙等。正定古城内大量的寺庙建筑及其内留存的碑文、器物等为中国北方地区佛教文化的研究提供了珍贵的实物资料。晚入住酒店休息。 第四天中太行核心避暑圣境、太行山特种邮票背景地、中国三大砂岩地貌之一嶂石岩国家地质公园亮剑的原型-八路军一二九师革命纪念馆早晚餐涉县地区早餐后，乘车游览【中国三大地貌之一、太行特种邮票专属背景—4A嶂石岩】，嶂石岩景区是中国三大砂岩地貌之一“嶂石岩地貌”的命名地，是《太行山》特种邮票的取景地，是国家级风景名胜区、国家地质公园、国家4A级旅游景区和国家自然遗产地。景区位于被称为“宰相之乡”的千年古县—河北省赞皇县境内，距省会石家庄86公里，总面积120平方公里，最高峰海拔1798米。景区有九女峰、纸糊套（回音壁）、圆通寺、冻凌背、花海欢乐谷（红石街）五大游览区。世界地质奇观：嶂石岩景区以“奇峰、幽谷、丹霞、云海”四绝为特色，“嶂石岩地貌”闻名世界，与丹霞地貌、张家界地貌并称为中国三大砂岩地貌，入围“中国地理百年大发现”。它雄浑壮阔、丹立翠横、三层叠起的赤壁红霞，有“百里赤壁，万丈红绫”之称。景区自然生态良好，森林覆盖98%，植物计98科654种，是华北地区保护最好、品种最全的“天然植物园”，被誉为“燕赵自然宝库”。景区雨量充沛，气候宜人，夏季平均气温22.1℃，有“北方凉岛、天然氧吧”之美誉。前往涉县【八路军一二九师纪念馆】位于太行山东麓、河北省西南部、冀晋豫三省交界处的涉县赤岸村，由司令部旧址、将军岭、陈列馆、太行颂文化园、红色记忆小镇、胜利广场以及涉县境内130余处革命旧址等相关红色景区、产业园区组成，规划占地面积3.2平方公里，年均接待游客逾160万人次。属全国先进爱国主义教育示范基地、全国重点文物保护单位、全国红色旅游经典景区、国家AAAA级旅游景区、国家级风景名胜区、国家国防教育示范基地、国家二级博物馆、国家级抗战纪念设施遗址。晚入住酒店休息。 第五天“西游记如来佛掌”五指山 清凉圣地—空中大草原人工天河5A红旗渠早晚餐林州地区早餐后，乘车赴【“西游记如来佛掌”五指山】，主峰海拔1283米，占地面积28平方公里，因五座奇峰形似如来佛祖五个手指而得名五指山，相传孙悟空就是被压在五指山下参禅悟道。五指山周围群山环抱，山势巍峨峻秀，植被郁郁葱葱，以“雄、奇、险、秀”著称。一千五百多年前，孙悟空就是在这里被如来佛祖座下第二大弟子、智慧第一的舍利弗看管，以佛教净土宗最有名的《无量寿经》和《阿弥陀经》为主，每日口诵佛号，参禅打坐，养心静性，加之对世事轮回的戡破，而逐渐脱离俗念，走向佛家境地。五百年的苦修，五百年的定力，给后人留下了一笔宝贵的财富。五百年后，孙悟空经菩萨点化、保护唐僧一路西天取经，最终得道成佛，与他在洞中的苦苦修练是分不开的。可以说，五指山，赋予了孙悟空第二次生命。尤其给他后来修炼成佛，打下了坚实的基础。之后乘车赴河南红色教育基，地世纪工程、世界八大奇迹，被誉为“人工天河”的【红旗渠】，参观分水枢纽工程分水苑，观大型浮雕、六幅彩照、纪念碑、分水闸、及相关展厅等；参观青年洞是红旗渠总干渠上的咽喉工程，在太行山悬崖绝壁之上走宽8米高4.3米渠道，忆虎口崖除险队长任养成和社员腰系大绳下崖除险惊天动地的场面、思崖当房石当床的艰苦条件；回顾 1959年至1961年期间由于大跃进运动及全国性的粮食短缺和饥荒；大环境下修建的生命之渠；了解人民用自己勤劳的双手，在太行山脉上逢山凿洞、遇沟架桥、一锤一钎坚持苦干十年，建成的盘绕林滤山长达1500公里的引水灌溉工程。晚入住酒店休息。 第六天太行山最美的裂痕5A太行大峡谷-冰冰背-太行天路网红石板岩小镇早晚餐登封地区早餐后，乘车前往【太行大峡谷】，地处河南省最北部，南太行山东麓的林州市西侧，南北长100华里，东西宽2.5华里，海拔800--1739米，相对高差达1000米以上，景区总面积120平方公里，其植被覆盖率为90%，森林覆盖率80%，其中原始植被约占60%，森林茂密，自然生态保持良好，植被完美，旅游资源丰富，有&quot;天然氧吧&quot;之美誉，集雄、奇、险、幽、美于一体，共有景观400余处，景点44个。太行大峡谷先后获&quot;国家森林公园、国家地质公园、中国最美十大峡谷、国家AAAAA级景区、中国攀岩基地等荣誉称号。之后前往【石板岩风情小镇】这是一个用石头建成的小镇，傍晚时分，华灯初上，流光溢彩，煞是热闹。地理书上写，这一条太行峡谷长约三十多公里，共326个自然村，石板岩小镇是人气最旺的一段。晚上漫步石板岩风情小镇，感受峡谷的幽静、风华与魅力。全国各种小吃应有尽有，喷泉、灯光秀、惬意浪漫。晚入住酒店休息。需自理推荐自费景点：首部大型功夫秀《功夫天下》 （自理168元/人起）或《禅宗音乐大典》山地实景演绎（自理299元/人起） 第七天禅宗祖庭5A少林寺早餐郑州早餐后，乘车游览中国佛教禅宗发源地、天下第一名刹、名扬天下的少林功夫圣地【少林寺】，参观历经1400多年，现存240座少林寺历代高僧的古墓——塔林，历代少林高僧的八宝山；大雄宝殿等，看大型武术表演“武林雄风”（定时表演，大家注意别错过表演时间！）领略少林功夫的博大精深。 第八天返程不含温馨的家根据航班时间，车送机场，乘机返回宁波，结束愉快的行程。 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 大交通 宁波往返郑州经济舱（含税），具体航班待定，以实际出票为准住宿标准 全程4晚快捷酒店住宿+升级1晚当地五星酒店或携程4钻酒店（出现单男单女拼住，或现付房差70元/人/晚）景点门票 参团人员根据年龄按景区相应政策自补差价 60岁以下需补：殷墟博物馆80 红旗渠80 太行大峡谷60 少林寺8060岁以上免门票用餐标准 全程5早5正餐 （早餐酒店赠送，正餐十人一桌，八菜一汤，不足十人，酌情减菜） 正餐中包含升级特色餐：河北驴肉火烧、太行山忆苦思甜饭 少林禅悦素食斋，行程内所列餐食具体安排请见行程安排。如出现游客自行放弃用餐，因用餐为提前预订，旅行社不退换差价，敬请理解！落地必消 嶂石岩索道+五指山玻璃天桥+红旗渠红歌会+升级特色餐+车导服务费=499元费用不含 五指山景交车20+索道70=90元 太行大峡谷景交60元 红旗渠景交20元嶂石岩魔毯50+滑道30+电瓶车20=100元 少林寺耳麦20元 少林寺电瓶车15元【单程】旅游购物 纯玩无购物，土特产超市也不进温馨提示：行程中，餐厅、景点、农家、长途中途休息站及周边购物店商店购物，均不属于旅行社安排的购物店场所，请根据个人需求谨慎购买。导游服务 持证专业优秀导游讲解服务旅游交通 当地旅游车，按成团人数调配车辆，保证一人一正座 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 【一】 请客人一定带齐身份证，入住需登记，若出现单男单女，安排三人间或客人补房差【二】 中原当部分景区执行分景点验票，且个别景区实行指纹验票，请务必保管好自己的门票，一旦丢失，需要重新购全价票；全陪需持自己的真实国导证、经理资格证、旅游局有效证明方可享受景区免票政策。【三】 沿太行山一带的山地景区，体力消耗相对较大，请根据天气变化，轻便着装，舒适穿鞋；景区内因花草繁茂，故牛虻、蚊虫较多，请注意躲避；夏季天气比较炎热，请提早做好防暑准 备、多补充水分，高血压、心脏病等病人请携带自身药品；通往青龙峡、青天河、峰林峡景 区的道路为盘山公路，如有晕车、晕船的习惯，请提早预防并调整座位。坐船时风大，如非 夏季旅游，建议多加衣服； 【四】 请您在旅游过程中妥善保管好自己的人身和财务安全，在景区不要到偏僻难行的地方。换乘景区车时，要查看凳子上的遗留物品。酒店用餐时不要把自己的钱包，手机随便放。晚上住酒店后，把窗户、房门都要反锁，贵重物品寄存前台，不要在床上吸烟、染发后不要污染枕套，不要拿酒店的毛巾擦鞋油，不要穿着一次性拖鞋进入卫生间等有水的地方，注意防滑； 退房时，检查手机、充电器、首饰、钱包等贵重物品。如有自由活动，请结伴出行。如在旅游过程中发现有丢失物品的情况，及时和导游联系。【五】 在不影响接待质量和游览景点数量及时间的前提下，我社可根据实情况对景点顺 序进行调整，如遇人力不可抗拒的因素造成景点的遗漏我社不承担责任 。【六】 中原的住宿条件和大城市无法相比，同等级别我们会安排相对较好的酒店，但是酒店情况不一和旅游季节淡旺，会根据团队用房情况调整三人间，如团队上有特殊住房情况，请提前给我们提出。不便之处请多担待； 【七】 气候：中原地区属于内陆地区，气候干燥，请多喝水，多吃水果。出门在外，气候变化无常，请最好带上雨伞或雨衣。并准备一些常用的肠胃药和感冒药，以备不时之需。 【八】 全程为旅游团队餐，标准不高，十人一桌、十菜一汤、不含酒水；（因南北方差异，正餐中的汤可能为北方的稀饭/粥），河南饭菜偏咸，口味较重，请入乡随俗，如实在不合口味，请及时和导游沟通改善，如果确因地方差异造成的不便之处，请多担待；【九】 饮食：河南菜又名豫菜，历史悠久，风味独特，早在宋代，就已形成色香味俱全的宫廷风味菜肴；是中国传统美食之一。主要特点是:选料精良、讲究配菜、汤鲜香浓、色形俱佳。豫系名菜有:鲤鱼三吃、鲤鱼焙面、扒猴头、番茄煨鱼、郑州鲜味鸡、道口烧鸡、河南烤鸭等，此外，还有著名的洛阳水席，24 道带汤佳肴中汇集了洛阳知名的风味菜点【十】 景点：中原文化底蕴浓厚，出行的游客若想更了解当地的景区文化可提前做一些小功课，当地景区尤其在年代较为久远的建筑游览区，非常注意环境保护和清洁维护工作，还请游客多加留心，共同呵护我国的文化遗产和生态环境。【十一】 请您一定认真听并遵守，务必听从导游的安排，期间有任何问题请第一时间跟全陪导游联系，如需要脱团要提前跟导游及领队说明方可离开。晚上请尽量减少单独外出，请早点休息，才有充沛的精力来玩第二天的项目。【十二】 在中原购物，各地的方式还略有不同。河南省的物产非常丰富，这为到此一游的游客提供了多样化的购物选择。历史悠久、丰富多彩的手工业品以禹州钧瓷、南阳玉雕、洛阳仿唐马（唐三彩）、滑县点锡壶、济源盘砚（古称天坛砚）等为著名传统产品。其他特产有河南卢氏、栾川木耳，信阳毛尖茶，灵宝大枣，封丘石榴，杜康酒，淮阳金针菜，黄河鲤鱼，以及豫北四大怀药（生地、牛漆、山药、菊花）怀庆府闹汤驴肉，逍遥镇胡辣汤，修武松花蛋，武陟油茶等。在开封、洛阳和郑州等大中城市购物，游客会发现市场活跃，而最能够吸引游客的并非是大型商场，而往往是土特产品商店或集贸市场。河南省文化底蕴深厚，手工艺品种类繁多，但是在旅游景点购买时还请仔细辩别挑选。【十三】 如客人在旅途当中有任何的意见或建议，请及时与导游联系，我们会尽力妥善及时解决，避免问题长期矛盾化；请游客在返回之前认真给导游填写意见反馈表，以便我们不断提高服务质量； |