**宁夏吴忠中卫腾格里沙漠三湖穿越双飞六日行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 151754879744vl | **出发地** | 宁波市 | **目的地** | 宁夏回族自治区 |
| **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** | 1、【舌尖美食】——安排极具当地民族特色餐：手抓羊肉，臊子面等。2、【优选行程】——梦回大话西游拍摄地“西部影城”，东方史前考古摇篮“水洞沟”，探秘历史-西夏陵古遗址；3、【精选酒店】——全程安排最优体验酒店住宿，舒适入住体验；让您不虚此行；4、【特色安排】—-越野车穿越腾格里沙漠，张家湖，吉他湖，寻找”地球心脏”——【乌兰湖】 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 简要行程：时间地点餐食酒店第一天宁波—银川—水洞沟—吴忠/中晚参考：吴忠嘉悦万达锦华酒店或同级第二天吴忠—青铜峡108塔—沙坡头早中晚参考：中卫金土木国际酒店或同级第三天腾格里沙漠三湖穿越—银川-怀远夜市早中晚参考：银川温和瑞锦酒店或同级第四天银川—镇北堡西部影城—贺兰山岩画早中晚参考：银川温和瑞锦酒店或同级第五天银川—西夏王陵-宁夏博物馆早中晚参考：银川温和瑞锦酒店或同级第六天银川-宁波早///行程安排：　　　　　　日期行 程住宿用餐第一天宁波—银川—水洞沟（50 KM车约1小时）—吴忠（65 KM车约1小时）参考航班： 宁波-银川 MU6597 07:55-11:10 早上贵单位指定地点出发车赴宁波栎社国际机场，搭乘航班飞往美丽的“塞上江南”—宁夏银川。前往【水洞沟】（含博物馆实景体验、藏兵洞、游船、特色观光车，游览不少于180分钟），国家AAAAA级景区，中国最早发掘的旧石器时代文化遗址，被誉为“中国史前考古的发祥地”，还被《国家地理》和《中华遗产》杂志联合评选为中国“最具中华文明意义的百项考古发现之一”。水洞沟的明长城遗址是宁夏境内相对保存最完整的一段长城遗址，来到水洞沟的游客或闲庭信步于明长城脚下，或者登上新修建的长城观景台，尽览水洞沟全景。乘车前往吴忠晚餐后入住酒店。吴忠中餐晚餐第二天吴忠酒店-青铜峡108塔（30KM车约1小时）-中卫营地（140KM车约2小时） 早餐后游览有“黄河小三峡”之称的【AAAA青铜峡108塔】（游览时间不少于约120分钟）览黄河大坝、登转西夏古塔群、参观塔林博物馆，拜塔林寺、赏独特的黄河奇观。后乘车前往中卫，游览【沙坡头旅游区】（游览时间不少于180分钟）大漠与黄河共生沙坡头以“大漠孤烟直，长河落日圆”的壮丽景色闻名，腾格里沙漠与黄河在此交汇，形成罕见的“沙河相依”景观，沙漠与绿洲仅一河之隔，展现西北苍茫与江南灵秀的碰撞。景区内S型黄河湾地貌酷似太极图，曾被《国家地理》评为世界奇观，沙山、绿洲、黄河水与远处祁连山余脉构成立体画卷。在中卫品尝特色小吃宴（黄河大鲤鱼、中卫烩小吃、田园溜达鸡等）。晚餐后入住酒店。【温馨提示】：2、进入沙漠游玩，请备好防晒等用品（如遮阳帽、太阳镜、防晒霜、围巾等）；3、体验骑骆驼时，上下骆驼，务必听从工作人员安排，以免摔伤；骑行中请勿打闹；4、体验滑沙时，掌握要领，以免翻板；体验景区其他娱乐项目，必须按项目要求选择，不适合的项目请勿尝试；5、进入沙漠地带，请务必保管好随身贵重物品，以免遗落在沙子里，寻找困难，尤其保护好单反相机镜头，以免进入沙损坏镜头；中卫早餐中餐晚餐第三天中卫酒店-腾格里沙漠（62KM,车程约1.5小时）-三湖穿越-览山公园-怀远夜市--银川酒店 （车程约20分钟）早餐后，乘车前往中国第四大沙漠——【腾格里沙漠】（游玩时间不少于2小时），乘坐越野车穿越连绵沙丘，体验“沙海冲浪”的失重感与颠簸刺激，沿途可近距离观察沙丘纹理与沙漠植被‌。腾格里沙漠三湖穿越以极致的自然色彩、荒野探险的刺激感与生态人文的交织，成为深度体验沙漠魅力的代表性旅程‌穿越腾格里沙漠。乌兰湖——“地球心脏”：湖水因富含菌胡萝卜素呈现鲜红色，夏季高温时颜色尤为浓烈，航拍视角下形似心脏跃动于沙漠中，被誉为“地球之心”。湖面随季节变化形成独特纹理，雨后湖水与白色盐碱地交织，形成“红白棋盘”奇观。‌天鹅湖——沙漠绿洲：湖面细长如带，被沙丘与沙枣树环绕，冬季栖息天鹅、水鸟等候鸟，夏季芦苇荡与牛羊群构成宁静的生态画卷。湖水与周边草地形成“沙漠翡翠”，兼具湿地生态与荒漠苍茫的视觉反差。‌骆驼湖——粉色秘境：湖水呈粉红色或橘红色，中心区域被芦苇丛包裹，航拍如镶嵌在沙海中的宝石，被称为“沙漠调色盘”。湖畔常有野生骆驼群饮水觅食，与粉色湖水、金色沙丘构成奇幻场景。‌抵达银川后前往【览山公园】（游览时间不少于60分钟）山顶观景台正对贺兰山，可俯瞰银川平原与阅海湿地，黄昏时分夕阳与罗马柱群交相辉映，被游客誉为“中国版罗马假日”最佳日落观赏点。而后闲逛【怀远夜市】（游览时间不少于60分钟），怀远夜市以美食为核、文化为翼，通过规范管理与场景创新，实现从“网红”到“长红”的蜕变，成为宁夏夜生活的“立体橱窗”‌。晚餐后入住酒店。 银川早餐中餐晚餐第四天银川酒店-镇北堡西部影城（30KM，车程约1小时）-贺兰山岩画（40KM，车程约1小时）-银川酒店（40KM，车程约1小时）早餐后前往参观【镇北堡西部影城】（游览不少于120分钟）国家AAAAA级景区，影城以明清边防城堡遗址为基础，保留黄土夯筑城墙、青砖灰瓦等元素，形成原始粗犷的西北边塞风貌，被誉为“荒凉与真实的极致融合”‌。在此拍摄了《牧马人》、《红高粱》、《黄河谣》等获得国际大奖的电影及《大话西游》、《新龙门客栈》、《锦衣卫》等多部脍炙人口的影视片，许多蜚声国际影坛的中国影星由此一举成名故而镇北堡西部影城享有“中国电影从这里走向世界”的美誉。下午参观【贺兰山岩画】（游览不少于90分钟），属全国重点文物保护单位，是中国游牧民族的艺术画廊 。贺兰山岩画景区以形态万千的人面像岩画为核心，完整记录了远古游牧民族放牧、狩猎、祭祀等生产生活场景，其粗犷质朴的凿刻技法与神秘奇谲的图腾符号，展现了跨越3000至10000年的原始艺术魅力，兼具自然景观与人文遗迹的双重特质‌。在南北长200多公里的贺兰山腹地，就有20多处遗存岩画，游客可沿贺兰山27处遗存点（如黑石峁、大麦地）近距离观察岩画，感受远古文明与现代时空的对话。‌返回银川入住酒店。夜幕降临，当城市褪去忙碌，各种味蕾便开始欢呼雀跃。晚餐后入住酒店。银川早餐中餐晚餐第五天银川酒店-西夏王陵（32KM,车程约40分钟）-宁夏博物馆（30KM,车程约40分钟） --银川酒店（车程约20分钟）早餐后乘车前往东方金字塔的【西夏王陵】（游览时间不少于90分钟），西夏陵又称西夏帝陵、西夏皇陵，是西夏历代帝王陵以及皇家陵墓。王陵位于宁夏银川市西，西傍贺兰山，东临银川平原，海拔1130米至1200米之间，是中国现存规模最大、地面遗址最完整的帝王陵园之一，也是现存规模最大的一处西夏文化遗址。下午乘车前往【宁夏博物馆】（周一闭馆，游览时间不少于90分钟），博物馆以“建筑即展品”的设计理念、三大国宝级文物为核心支撑，构建起从史前文明到多民族融合的完整叙事链，成为解读宁夏历史文化基因的立体百科全书‌，新馆采用伊斯兰宫殿式设计，外立面布满回族风格雕花，入口处镶嵌“迦陵频伽”（妙音鸟）石刻，兼具宗教象征与美学价值，平面布局呈“回”字型，呼应宁夏回族自治区名称；建筑四角设置仿西夏陵石雕力士支座，强化边塞文化特征；博物馆凭借高价值文物、特色建筑、免费政策及沉浸式文化体验，已成为银川旅游的标志性打卡地，兼具网红属性与历史深度。晚餐后，返回酒店。‌‌‌银川早餐中餐晚餐第六天银川河东机场-宁波 参考航班：银川-宁波 MU6598 12:20-15:30早上睡到自然醒，适时前往银川机场，乘坐飞机返回宁波，结束愉快旅程。温馨的家早餐 服务内容：序列包含内容航空交通宁波-银川往返经济舱含机建税燃油税参考航班：宁波-银川 MU6597 07:55-11:10 东方航空 直飞银川-宁波 MU6598 12:20-15:30 东方航空 直飞交通服务含旅游车指定地点到疗养地点接送、景区交通 等全过程交通出行工具。车辆：空调旅游车（车辆须有由公路运输管理部门核发的 在有效期内的《道路运输经营许可证》，驾驶员须持有 A1驾照，驾驶经验丰富）。车况良好，车位 充足（每车次须确保2个以上空位，含未成年座位），空调效果好，司机服务态度好、技术好，确保 行程安全（三年内新车）。含贵单位到宁波站往返接送。 住宿标准四星标准及以上酒店（二人一间），酒店交通便利（城市中心区域或附件）、环境较好、干净卫生、服务优质，有较强的接待能力，同时配套设施齐全、使用安全方便。自然单间我社承担补差。参考酒店名称：网评五钻：银川温和瑞锦酒店\*3晚（2020年开业，房间面积35平，干净宽敞，中西式早餐，酒店地理位置佳）网评五钻：吴忠嘉悦万达锦华酒店\*1晚（欧式风格，地处鼓楼东街，出行方便）网评五钻：中卫金土木国际酒店\*1晚（2022年开业，地处吴忠万达广场，房间面积32平，早餐丰富，有泳池）特色活动特别安排三湖穿越用餐标准五早十正，酒店内自助早餐，中餐50元/人，晚餐80元/人.除景区外全程安排社会餐厅，食物新鲜、安全、适合职工口味，菜单搭配合理（菜品多样），餐厅交通便利，环境较好，干净卫生，包厢优先，必定安排特色餐。用餐时间段参考：早餐约07:00-09:00 中餐约11:30-12:30 晚餐约17:30-18:30 门票安排景区门票包括大门票和景点内必游的小门票，以及索道（如有）、电瓶车（如有）、游船（如有）等，自费的娱乐项目除外 水洞沟+青铜峡108塔含游船+三湖穿越换乘小车（4人/辆车）+镇北堡西部影城+贺兰山岩画+西夏王陵+宁夏博物馆讲解费导游服务出团全程配导游及当地优秀资质公司有导游资格的专业导游讲解（实行双导制，持有导游资格证书且不少于五年导游经验），引导、讲解景点山水、典故等，解决旅途中可能出现的突发事件，并给予游客食、宿、行等方面的帮助。 保险服务800万旅行社责任险+旅游人身意外伤害险（额度不少于100万元，其中医疗部分不少于10万元）购物及加点整个行程不安排购物点，不推荐自费项目或景点增值服务提供矿泉水(畅饮)提供应急医药包等防署、防寒用品等旅途必备品随餐两瓶饮料、生日蛋糕、长寿面、小菜、时令水果、零食包等  |