**【绝色甘青】 青甘大环线10日游（卧铺）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | YYTX20230030 | **出发地** | 江苏省-南京市-安徽省-合肥市 | **目的地** | 甘肃省-兰州市-青海省-西宁市-宁夏回族自治区 |
| **行程天数** | 10 | **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** | **合肥卧铺前往兰州**卧铺上交通：火车到达城市：火车 |
| **用餐** | 早餐：自理 午餐：自理 晚餐：自理  |
| **住宿** | 火车 |
| **D2** |
| **行程详情** | **兰州（西宁）-温馨的家**今天根据航班送机/送站，我们的西北之行就此画上圆满的句号！1、酒店退房时间为中午 12:00 之前，若您航班为晚班机，请于 12 点前自行完成退房，行李可寄存前台后自由活动，若超过退房时间退房所产生的费用请自理！2、请至少提前 2 小时抵达兰州机场，自行办理登机手续；3、送机/站工作人员会提前一天 21 点之前与您联系（根据临近航班人数安排对应车辆规格），送机/站为赠送项目，不用不退，请知晓！交通：火车到达城市：合肥 |
| **用餐** | 早餐：自理 午餐：自理 晚餐：自理  |
| **住宿** | 温馨的家 |
| **D3** |
| **行程详情** | **抵达兰州**带好行囊与相机，来和我们的大西北来一场美丽的邂逅吧！请您务必于航班起飞前 2 小时抵达相应机场办理乘机手续，司机接站后入住酒店。备注：接机为我社专业接站师傅接机（期间无导游），抵达后由司机送您前往酒店，敬请自行办理入住。距离/时间 海拔 1500-2000 米【重要提示：请您务必详细阅读】工作人员会在出团前一天打电话或发短信与您确认您的航班号或者火车车次时间，请保持所留电话的畅通，谢谢！【关于接机】1.接机服务为赠送项目，由于各位游客抵达的时间不同，所以需要适时等待，等待时间不超过 1 小时。接站方式为城际快车/机场大巴车/小车。如不愿意等待，可自行乘车至酒店办理入住手续，费用敬请自理！2.备注：报自己的姓名在酒店前台办理入住，只需要付房卡押金即可。交通：火车到达城市：兰州 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 兰州：【长信国际酒店】【河湾丽景酒店】【坤逸星光酒店】【维也纳西客站店】【维也纳 3 好】或同级新区：【格林豪泰酒店】【奥莱阳光假日酒店】【五悦悦心酒店】【兰石美仑酒店】【瑞玲商务酒店】或同级特别提醒：因兰州城市地域限制，同类酒店条件较好的位置较偏而位置较好的条件较差，敬请知晓！ |
| **D4** |
| **行程详情** | **兰州－祁连草原古城驿站（420KM，行车约6.5H）－张掖（135KM，行车约2H）**当日特色：【祁连草原古城驿站】（含门票，游览时间2小时左右。）中国六大草原之一的祁连山大草原，能够让游客置身大自然的生态环境，融入祁连峨堡地区草原游牧文化。当日行程：早餐后，乘车前往祁连县【祁连草原古城驿站】属于中国六大草原之一的祁连山大草原。在浅雪的山层之中，有名为雪山草甸植物的蘑菇状蚕缀，还有珍贵的药材一一高山雪莲，以及一种生长在风蚀的岩石下的雪山草。“雪莲、蚕、缀、雪山草”又合称为祁连山雪线上的“岁寒三友”。着【草原民族服装】骑马驰骋草原，【射箭】是草原游玩必不可少的项目，景区西侧设有射箭场地，广阔的草原给游玩者提供完美的射箭场地。景区利用地形高差条件，在景区内设立观景台一处，游客可通过木质栈道步行前往参观。还可体验打酥油、堆玛尼石、挤牦牛奶、制作手工酸奶、织黑帐篷、参观牛粪墙等民俗生活项目。后乘车抵达张掖酒店休息。NO.1【草服体验】穿上藏服、零距离体验藏族人民的传统文化，从生活一角解读藏族文化，感受多彩服饰下蕴藏的民族意识和精神文明。NO.2【草原骑马+射箭】以体验骑马、射箭等中华传统体育游戏、娱乐项目，让孩子在感知精忠报国、爱国主义教育的同时，体验中华优秀传统体育文化的独特魅力。NO.3【草原藏式牧场体验】体验挤牛奶、做酸奶、堆玛尼情石、堆牛粪墙、放牧、坐豪华马车。【气候温度】1、西北气候干燥，多请适量饮水，女士注意皮肤保湿；2、戈壁地区紫外线强，注意防晒，建议备好遮阳伞、墨镜、防晒霜、帽子、水杯等。交通：当地旅游车到达城市：张掖 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 张掖【祁连明珠大酒店】【鼎和酒店】【山水源酒店】【钻石大酒店】【丝路悦港酒店】【锐驰国际酒店】或同级 |
| **D5** |
| **行程详情** | **张掖-丹霞地质公园-嘉峪关城楼-敦煌**距离/时间 张掖-丹霞地质公园 45KM，行车约 1H；海拔 1811 米丹霞地质公园-嘉峪关城楼 220KM，行车约 3H；海拔 1412-2722 米嘉峪关城楼-敦煌 370KM ,行车约 4.5H （连霍高速-柳格高速）；海拔 1139 米当日特色：【丹霞地质公园】中国最美的七大丹霞”之一，电影《太阳照常升起》《三枪拍案惊奇》外景拍摄主场地；（含门票，游览时间 2-3 小时）。【嘉峪关城楼】因地势险要，建筑雄伟而得有，“天下雄关”、“连陲锁阴”之称（含门票，游览约 2-3 小时）当日行程：七彩丹霞是国内唯一的丹霞地貌与彩色丘陵景观高度复合区，色彩之缤纷、观赏性之强、面积之大冠绝全国，集雄、险、奇、幽、美于一身。现为国家 5A 级旅游景区，是“世界十大神奇地理奇观”之一，2018 年 12 月，获“2018 中国品牌旅游景区 TOP20”。早餐后，乘车游览【丹霞地质公园】从来没有一个地方，可以将大自然的元素色彩运用的如此淋漓尽致，张掖的七彩丹霞就像上帝的颜料盘洒落在了这篇山地丘陵上。如果不是立于山巅，你也许无法感慨丹霞之奇特，众多数百米高的悬崖峭壁拔地而起，危崖劲露，光滑削齐，气势磅礴，苍劲雄浑。“巍峨独标峙，登之心旷然”的心境让人恍惚间竟觉得骄阳已近在身边，光晕已相邻在握。俯瞰之下，眼前的群峰像是一幅油画上的那些凹凸不齐的颜料色块。让人无不惊叹！在这里你能感受到西北旷野上的阳刚之美，是那样纯粹的自然之美，丝毫不加雕琢的张扬和毫不掩饰的奔放。这里被专家誉为“张掖窗棂状宫殿式丹霞地貌中国第一”；在《中国地理》杂志举办的“选美中国”中被评为全国最美的七大丹霞之一，具有很强的观赏性和很高的科考价值，连同七彩的山峦一定会冲击你的视觉，呈现出变幻的色彩。中餐后，乘车前往参观【嘉峪关城楼】，嘉峪关城楼号称“天下第一雄关”，位于嘉峪关市西 5 千米处最狭窄的山谷中部，城关两侧的城墙横穿沙漠戈壁，北连黑山悬壁长城，南接天下第一墩，是明长城最西端的关口，是古代“丝绸之路”的交通要塞。历史上曾被称为河西咽喉，因地势险要，建筑雄伟，有连陲锁钥之称。整个嘉峪关城关有三道门，也就是三个牌楼。关城中央最高楼的牌匾写着“天下第一雄关”，城墙四角都有角楼，中间最大的空地是练兵场和将军府。结束后前往敦煌！【今日玩点】1、张掖七彩丹霞，大自然的鬼斧神工把他刻画成了精美绝伦、独一无二的艺术品。把我们带到了一个童画的 世界，乘坐观光车参观每一个观景台。2、嘉峪关城楼，明代万里长城从这里开始嘉峪关城楼在嘉峪关市区西南 6 公里处，位于嘉峪关最狭窄的山谷中部，地势最高的嘉峪山上，城关两翼的城墙横穿沙漠戈壁，向北 8 公里连黑山悬壁长城，向南 7 公里，接天下第一墩，是明代万里长城西端主宰，自古为河第－隘口。【沿途看点】1、从兰州出发，进入河西第一郡武威之前，沿途我们最重要经过乌鞘岭，乌鞘岭隧道目前是我们国家最长公 路隧道，穿过隧道进入河西西段古浪峡谷地带，历来都是兵家必争之地，也是西域进入中原的第一屏障。2、沿途我们会路过铁人王进喜的故乡-玉门，还有世界风库-瓜州。有人说，没去过大西北，就不知道中国有多大。去了大西北，你才能体会到那里有多壮美，又多苍凉！【气候温度】进入河西地区早晚温差较大气候干燥，请注意保持衣物添加。嘉峪关张掖由于靠近祁连山，早晚温差较大，夏天温度 10-28 度之间。【特别提示】1、张掖都是属于气候比较干燥的地方，建议您游玩时多喝水，多吃当地水果来补充水分能量。游玩时带好 自己的随身贵重物品等等。2、这天温度的差异会比较大，越走越热，减去厚重的衣物，晚上自由活动期间注意安全。交通：当地旅游车到达城市：敦煌 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 敦煌【天河湾大酒店】【嘉锦大酒店】【锦轩酒店】【方舟大酒店】【金龙大酒店】【瀚海明珠酒店】【聚丰大酒店】 |
| **D6** |
| **行程详情** | **敦煌-鸣沙山·月牙泉-莫高窟**距离/时间 敦煌市区-鸣沙山·月牙泉 6KM 约 10 分钟敦煌市区--莫高窟 20KM 约 0.5 小时；海拔 1139 米【颐达酒店】【天宇大酒店】【润泽精品】或同级当日特色：【莫高窟】欧亚大陆最伟大的艺术宝库，世界文化遗产（含门票，游览时间 3-4 小时）；【鸣沙山·月牙泉】“山以灵而故鸣，水以神而益秀”自古既有“塞外风光之一绝”之美誉；（含门票，游览时间 2-3 小时）【中餐】敦煌驴肉黄面、特色果木烤全羊...（10 人以下为烤羊腿、7-15 人为半只羊、15 人以上为烤全羊）当日行程：早餐后，乘车前往【鸣沙山月牙泉】，这里是有着“山以灵而故鸣，水以神而益秀”之美誉的沙漠奇观，同时这里也被誉为“塞外风光一绝”；鸣沙山因沙动成响而得名，山为流沙积成，沙分红、黄、绿、白、黑五色；汉代称沙角山，又名神沙山，晋代始称鸣沙山。月牙泉处于鸣沙山环抱之中，其形酷似一弯新月而得名；古称沙井，又名药泉。水质甘冽，澄清如镜；流沙与泉水之间仅数十米，但虽遇烈风而泉不被流沙所掩没，地处戈壁而泉水不浊不涸，这种沙泉共生，泉沙共存的独特地貌，确为"天下奇观"；月牙泉，梦一般的谜，在茫茫大漠中有此一泉，在黑风黄沙中有此一水，在满目荒凉中有此一景，深得天地之韵律，造化之神奇，令人神醉情驰，实可谓："晴空万里蔚蓝天，美绝人寰月牙泉，银山四面沙环抱，一池清水绿漪涟"也。午餐后根据莫高窟预约时间安排乘车前往游览【莫高窟 A 类票】(当天免费升级 A 类票，如当天 A 类票已售罄则安排出莫高窟 B 类票（无差价退还），这里是我国著名的四大石窟之一，世界文化遗产，又称：千佛洞，拥有大量的壁画、石窟、文物等，是敦煌游玩的首选之地，游客可以在展示中心观看电影，然后去观赏规模浩大、内容丰富的石窟和壁画艺术；洞窟内到处画着佛像、飞天等，同时这里既有高达九层楼的佛教人物坐像，也有仅十几厘米的小菩萨雕塑，数量众多，形态各异，栩栩如生。参观结束入住酒店休息！【贴心提示】1、莫高窟这座闻名遐迩的世界文化遗产，面对游客的蜂拥而至，已经不堪重负，为减少游客参观给洞窟带来的潜在影响，保护珍贵而又脆弱的壁画彩塑，2016 年莫高窟景区实行预约实名制购票参观官网上提前 30 天统一发售，实行实名制预约，A 类票每日限 6000人，B 票每日限 12000 人。2、莫高窟景区每日接待人数受景区严格控制，旺季景区排队等候时间较长，在春夏两季敦煌经常会有特殊天气，如遇沙尘暴、大风、下雨等不可抗力因素，景区将会采取临时关闭，不能参观，如遇特殊情况、自然灾害、当日接待量超出限额，无法参观，我社统一安排莫高窟的姊妹窟-西千佛洞+敦煌影视城（无门票差价）。如若无法参观西千佛洞+敦煌影视城当地现退 100 元每人。西千佛洞开凿于党河河岸的悬崖峭壁上，是敦煌艺术的重要组成部分，具有极高的艺术价值。请游客提前知晓，感谢支持理解！3、莫高窟预约按照下单前后顺序依次进行预约，同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的情况，参观时必须严格按照预约场次进行，故敦煌的行程及景点参观顺序可能会根据莫高窟时间进行调整，敬请配合！4、10 人以下为烤羊腿、7-15 人为半只羊、15 人以上为烤全羊【今日玩点】1、莫高窟进入景区之后乘坐区间车抵达窟区，抵达停车场之后顺着人流抵达入口，莫高窟参观要注意跟随 专业讲解员跟随参观，洞窟参观以后可以建议参观莫高窟陈列馆中心，然后返回停车抵达数字中心停车场返回。2、下午天 气凉爽一点后，去游玩沙漠奇观鸣沙山月牙泉景区，进去可以自费骑着骆驼感受古悠悠驼铃的丝路古道，就可以玩滑沙 等娱乐项目，后可以在月牙泉亭阁欣赏月牙泉。【气候温度】敦煌属于典型的沙漠性干旱气候，昼夜温差大，夏季 7-8 月份最高温度可达 38-40 度【娱乐推荐】1、敦煌还有不容错过的就是几场视觉盛宴【又见敦煌】【敦煌盛典】，演出时间都是 90 分钟，三大演出各具特色。2、敦煌盛典，大型沙漠实景演出，360 度旋转观众席和灯光秀，也是绝对不容错过的一场视觉盛宴，将盛世的敦煌和沸腾的都会以及丝绸之路的兴盛表演的淋漓尽致，让我们在惊喜中感到意外，在意外中感到惊喜。3、又见敦煌：大型室内情景体验剧，奥运会导演王潮歌的作品，一场走着看的情景剧，走五步仿佛穿越到 100 年之前，莫高窟在怎样 的情形下发现的，走 10 步，仿佛穿越到 2000 年前，丝绸之路再怎样的情形下开凿的，全球首创古代大型地下穿越剧，完全沉浸在场景中，体验度非常高，让我们身临其境的感受到敦煌文化。【美食推荐】1、大漠风沙鸡 流行于西北地区的名菜！2、泡儿油糕 敦煌非遗美食 宫廷、官邸宴席上的美食！3、金丝鸣山大枣 红枣香又甜一颗养容颜 中国四大名枣之一！4、敦煌当地以面食为主，推荐品尝敦煌特色驴肉黄面，天上龙肉，地下驴肉，敦煌最具特色面食！5、在农家品尝当地的果木烤全羊，是在土窑当中焖烤出来的，既不失水分也不失羊肉本身的味道因这里的羊肉都是戈壁放养的滩羊。交通：当地旅游车到达城市：敦煌 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 敦煌【天河湾大酒店】【嘉锦大酒店】【锦轩酒店】【方舟大酒店】【金龙大酒店】【瀚海明珠酒店】【聚丰大酒店】 |
| **D7** |
| **行程详情** | **敦煌-翡翠湖-德令哈/茶卡**距离/时间 敦煌--德令哈约 548KM，行车约 8H （柳格高速） ；海拔 2980 米茶卡镇【长鑫大酒店】【星际大酒店】【格日大酒店】或同级当日特色：【翡翠湖】湖水如油画般绚丽，犹如翡翠一般镶嵌于大地，网红打卡地；（含门票，游览时间约 1.5 小时）当日行程：早餐后乘车出发前往网红打卡地【翡翠湖】，这里黑褐色的土地，白色的盐晶，蓝绿色的湖水，艳丽缤纷的色彩，一定会惊艳到你的眼球，她是人迹罕至的真实秘境，即使是当地人都甚少知道，水面比天空更干净，比梦境更迷幻，四周的盐滩和富含矿物质的水共同组成了镜像一般的空间；晚入住酒店休息！【今日玩点】翡翠湖，是深藏在大柴旦深处的一抹翡翠绿。柴达木是干旱的，褐色和黄色是主色调，而一处处盐湖， 如上天落下的翡翠，镶嵌在苍茫大地上，从高空看去，与远处千沟万壑的丘陵相互映衬，美得摄人心魄。【沿途看点】一路向西，沿着格茫公路领略戈壁坦途。【气候温度】早晚温差大，天阴风大，天晴的时候紫外线很强，需要注意防晒。【贴心提示】1、一定要带上偏光墨镜，天气晴朗的时候，阳光照在盐湖上，反射光很强，以防对眼睛造成伤害。2、盐湖最美的就是海天一色的倒影了，建议带上一些鲜艳的衣服，拍摄出的照片效果会更佳。3、如果住茶卡，因路途遥远，需打包早餐，敬请谅解！交通：当地旅游车到达城市：德令哈/茶卡 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 德令哈【云湖大酒店】【洲龙国际大酒店】【聚龙酒店】【坤宜大酒店】或同级 |
| **D8** |
| **行程详情** | **德令哈-茶卡盐湖-青海湖-青海湖 /多巴/西宁**距离/时间 德令哈-茶卡 230KM，约 3.5H；（茶德高速）；海拔 3100 米茶卡-青海湖 160KM，约 2.5H ；海拔 3196 米当日特色：【青海湖二郎剑】藏语“措温布”，意为“青色的海”，曾被《中国国家地理》评选中国最美湖泊；（含门票，游览时间约 1.5 小时）；【茶卡盐湖.天空一号】与塔尔寺、青海湖、孟达天池齐名，是“青海四大景”之一，被誉为中国“天空之镜”；（含门票，游览时间约 2 小时）【中餐】青海牦牛肉铜火锅...... 当日行程：早餐后乘车前往游览“天空之镜”--【茶卡盐湖.天空一号】茶卡盐湖是固液并存的卤水湖，镶嵌在雪山草地间而非戈壁沙漠上，天空白云悠悠，远处苍山峥嵘，蓝天、白云、雪山映入湖中，如诗如画，四周牧草如茵，羊群似珍珠洒落；漫步湖上，犹如进入童话世界；在这里，可以乘小火车深入湖中观光，可以观看现代化大型采盐船采盐时喷水吞珠的壮丽场景，也可以透过清盈的湖水，观赏形状各异、正在生长的栩栩如生的朵朵盐花，探寻湖底世界的奥秘，还可以领略到涨潮后湖面上留下的滚滚盐涛奇观；后乘车前往游览【青海湖二郎剑】青海湖是中国第一大咸水湖，藏语叫做“错温布”，意思是“青色的海”、“蓝色的海洋”，面积 4500 多方公里，苍茫无际的千里草原，而烟波浩淼、碧波连天的青海湖，如同是一盏巨大的翡翠玉盘嵌在高山、草原之间，构成了一幅山、湖、草原相映壮美风光和绮丽景色”，同时被评为“中国最美的湖泊”；水天一色的青海湖，好似一泓玻璃琼浆在轻轻荡漾，大美青海，只要来了，一定会让您一见钟情；后乘车前往酒店休息。【今日玩点】1、茶卡景区分东入口和西入口，东入口进入后乘坐观光小火车从一号点至四号点顺序参观，其中 1 号 2 号 3 号观景台均可下水拍照，建议在茶卡盐湖游玩时带上防水鞋套或透明水鞋，水中有石子，容易划破脚，这样在伤口上撒 盐非常疼。4 号观景台为天空之境观景台这里天空很低，云朵触手可及，湖面在白色盐晶体之上，真正的水天一色，漫 步其间，有那么一瞬间你会分不清哪里是天，那里是湖仿佛置身于童话世界一般亦梦亦幻，穿一袭红衣拍照，分分钟出 大片。2、青海湖的美在于它不同季节里有迥然不同的景色。夏季是青海湖最美的季节，蓝色的湖水，绿色的草原， 数不尽的牛羊，金黄色的油菜花， 以及那五彩缤纷的野花，景色让人叹为观止。【沿途看点】1、远观日月山，它位于我国季风区与非季风区的分界线上，地处黄土高原与青藏高原的叠合区，是青海省内 外流域的天然分界线，划分了农耕文明与游牧文明。 日月山自古就是历史上"羌中道"、"丝绸南路"、"唐蕃古道"的重要。2、中途会路过黑马河，秋天是看日出的最佳季节，而黑马河正是观看青海湖日出的最佳地点之一，翻越橡皮 山，最高海拔 3812 米，登上橡皮山的山口，放眼望去，美丽的高山牧场、悠闲吃草的羊群尽收眼底。【气候温度】1、早晚温差大，紫外线强，风大；需要注意防寒保暖。2、茶卡青海湖地区海拔较高，紫外线强烈，建议注意保暖，外套随身携带【特别提示】1.游玩盐湖前最好准备一些湿纸巾，当裸露的皮肤沾上盐粒或者盐水后要用淡水清洗或用纸巾擦掉，时间稍长，会对皮 肤造成一定的损伤。这里晴天时光线很强，而且还有湖面的反射，都需要防晒准备，而且最好准备一副墨镜保护眼睛。2.茶卡盐湖地区海拔约 3000 米，要注意不能剧烈运动，以免产生高原反应。3.游览茶卡盐湖请注意脚下，盐湖中有很多小盐洞，容易陷入擦伤。建议穿着颜色艳丽衣服进行拍照 (例如红裙子、彩 色丝巾等) 。通道这里曾经是会盟、和亲、战争以及"茶盐"、"茶马"互市等等重多历史事件的见证。交通：当地旅游车到达城市：西宁 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 参考酒店 西宁【英德尔酒店】【福茵长乐】【新春兰大酒店】【那朵酒店】【白云翔羚酒店】【交通花苑酒店】【尚东酒店】【柏威花园酒店】【自然里酒店】或同级 |
| **D9** |
| **行程详情** | **西宁-塔尔寺-兰州/兰州新区/西宁**距离/时间 西宁-兰州 240KM，约 3.5H（京藏高速）；海拔 1500-2000 米当日特色：【塔尔寺】中国藏传佛教格鲁派（黄教）六大寺院之一，全国重点文物保护单位，国家 5A 级景区；（含门票，游览时间约 3 小时）当日行程：早餐后，乘车前往藏传佛教格鲁派(黄教)创始人宗喀巴的诞生地【塔尔寺】位于青海省西宁市西南 25 公里处的湟中城鲁沙尔镇，塔尔寺又名“塔儿寺”，创建于明洪武十年（1377 年）。得名于大金瓦寺内为纪念黄教创始人宗喀巴而建的大银塔，藏语称为“衮本贤巴林”，意思是“十万狮子吼佛像的弥勒寺”，位于青海省西宁市西南 25 公里处的湟中县城鲁沙尔镇，国家 5A 级旅游景区塔尔寺是中国西北地区藏传佛教的活动中心，在中国及东南亚享有盛名，历代中央政府都十分推崇塔尔寺的宗教地位。明朝对寺内上层宗教人物多次封授名号，清康熙帝赐有“净上津梁”匾额，乾隆帝赐“梵宗寺”称号，并为大金瓦寺赐有“梵教法幢”匾额。三世达赖、四世达赖、五世达赖、七世达赖、十三世达赖、十四世达赖及六世班禅、九世班禅和十世班禅，都曾在塔尔寺进行过宗教活动。塔尔寺是中国藏传佛教格鲁派（黄教）六大寺院之一，也是青海省首屈一指的名胜古迹和全国重点文物保护单位。游览后乘车前往兰州酒店入住。【今日玩点】塔尔寺有一下几塔1、如来八塔。通过检票口，一眼可见的就是寺前广场上经典的如来八塔，建于清朝乾隆年间，八塔象征佛祖一生中的八大业绩，其造型大同小异，塔身白灰抹面，底座青砖砌成。这天天气极好，云比塔美。2、祈寿殿。从如来八塔一侧进巷子，首先看到的就是祈寿殿。这是一座小巧幽静的院落，是给七世达赖喇嘛格桑嘉措祝寿而建。3、时轮塔。就在祈寿殿的旁边，是 1942 年为纪念九世班禅为塔尔寺众僧讲授时轮大灌顶法而建造的。塔高三层，造型别致，古雅秀丽。4、护法神殿。就在时轮塔后面，也称小金瓦殿。1692 年塔尔寺第十七任法台仿拉萨哲蚌寺护法神殿兴建的，内供五尊护法神。5、大经堂。是塔尔寺最重要的建筑，位于寺中心，初建于 1606 年，1913 年失火后历时三年重建了一百六十根主柱的经堂，可容千余僧人打座诵经。大经殿里 还包含了大金瓦殿、释迦佛殿、九间殿等殿堂。6、大金瓦殿。是塔尔寺的主殿。图中位于中心位置金碧辉煌的建筑就是大金瓦殿，初建于 1560 年，后于 1711 年用黄金 1300 两，白银一万多两改屋顶为金顶。殿内为纪念藏传佛教格鲁派创始人宗喀巴而建了 11 米高的大银塔，塔尔寺因此得名，先有塔，而后有寺，故名塔尔寺。7、时轮坛城。在大经堂对面是时轮坛城，有一个漂亮的阶梯通到上面，上面竖立了一座金象雕塑，在这里最大的看点是可一眼看清整个塔尔寺，尤其是金光闪闪的大金瓦殿。【贴心提示】1、塔尔寺寺庙内不能用手触摸佛经、法器、佛像等，在寺院内是严禁拍摄的，否则后果自负，严禁大声喧哗，耍闹；2、严禁穿裙子，短裤等不庄重服饰进寺参观，严禁逆转佛塔金轮，严禁吸烟，喝酒；3、不要在寺庙外的商贩们手中购买藏刀或任何野生动物的毛皮，以及野生藏羚羊的角，头骨等等，如被相关部门查获，严惩不贷。4、因兰州机场距离市区较远且市区容易堵车故 12 点左右的航班住宿将安排在兰州新区酒店入住，酒店标准一般但价格高，敬请理解。交通：当地旅游车到达城市：兰州（西宁） |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 兰州：【长信国际酒店】【河湾丽景酒店】【坤逸星光酒店】【维也纳西客站店】【维也纳 3 好】或同级新区：【格林豪泰酒店】【奥莱阳光假日酒店】【五悦悦心酒店】【星程酒店】【瑞玲商务酒店】或同级特别提醒：因兰州城市地域限制，同类酒店条件较好的位置较偏而位置较好的条件较差，敬请知晓！ |
| **D10** |
| **行程详情** | **火车抵达合肥**火车卧铺交通：火车到达城市：合肥 |
| **用餐** | 早餐：自理 午餐：自理 晚餐：自理  |
| **住宿** | 火车 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1、合肥-兰州往返火车卧铺。2、导服：当地中文导游讲解服务【如8人以下（含8人）成人散客不成团，由司机安排餐、酒店以及代买门票】。3、用餐：7早6正餐；30元每人每餐，酒店含早、不用不退；正餐8菜1汤10人1桌或根据客人人数情况酌情安排；团餐不吃不退。4、住宿：全程当地酒店双标间，西北酒店多无三人间；（三人间安排为：标准三人间，亲子间，标间加床，各别酒店无三人间）（西北部分地区因旅游条件有限，酒店基础设施较差，住宿标准低于其他省份标准，敬请谅解。）参考酒店：兰州：【长信国际酒店】【河湾丽景酒店】【坤逸星光酒店】【维也纳西客站店】【时代经典】或同级新区：【格林豪泰酒店】【奥莱阳光假日酒店】【五悦悦心酒店】【兰石美仑酒店】【瑞玲商务酒店】或同级特别提醒：因兰州城市地域限制，同类酒店条件较好的位置较偏而位置较好的条件较差，敬请知晓！张掖【祁连明珠大酒店】【鼎和酒店】【山水源酒店】【钻石大酒店】【丝路悦港酒店】【锐驰国际酒店】或同级敦煌：【天河湾大酒店】【嘉锦大酒店】【锦轩酒店】【方舟大酒店】【金龙大酒店】【瀚海明珠酒店】【聚丰大酒店】【颐达酒店】【天宇大酒店】【润泽精品】或同级德令哈：【云湖大酒店】【洲龙国际大酒店】【聚龙酒店】【坤宜大酒店】或同级茶卡镇：【长鑫大酒店】【星际大酒店】【格日大酒店】或同级西宁：【英德尔酒店】【福茵长乐】【新春兰大酒店】【那朵酒店】【白云翔羚酒店】【交通花苑酒店】【尚东酒店】【柏威花园酒店】【自然里酒店】或同级备注：行程中所列参考酒店满房情况下会安排当地其他同等级酒店，此调整不作为投诉理由。5、用车：5-55旅游车。根据人数安排车型，一人一坐。6、门票：含行程所列景点大门票。（全程门票不含缆车、电瓶车、区间车、讲解费等）温馨提示：本产品销售价格已享受门票优惠政策，不再重复享受特殊证件优惠退费（如学生证、教师证、军官证、老年证、残疾证等证件）7、儿童：含车位、导服、半餐（身高1.2米以下,年龄12周岁以内儿童）。8、购物：纯玩（景区或酒店必经购物场所不属旅行社安排）。 |
| **费用不包含** | 1、以上报价不含航空保险、旅游意外险、旅行意外伤害险、旅客自行产生费用（酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费）。2、以上行程景点参观顺序可能互换，但景点不少，因人力不可抗拒因素造成的游览变化和景点减少或增加，本社仅负责协助并退还门票差额或旅客补足差额，不承担因此造成的其他损失和责任。3、请仔细核对名单和行程，行程内包含的火车票一旦出票不得改签、变更、退票，否则损失自付；儿童门票自理。4、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。5、旅客在旅游地如无异议，返回后提出异议的，我社将以“旅游服务质量评价表”为准处理旅客意见！ |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
|  | 翡翠湖 50 元/人 游客根据自身状况决定是否选用嘉峪关城楼 15 元/人 游客根据自身状况决定是否选用青海湖游船 180 元/人 游客根据自身状况决定是否选用青海湖电瓶车 20 元/人 游客根据自身状况决定是否选用青海湖自行车 50 元/人 游客根据自身状况决定是否选用鸣沙山月牙泉电瓶车 单程 10 元/人 往返 20 元/人 游客根据自身状况决定是否选用鸣沙山月牙泉骑骆驼 100-120/人 游客根据自身状况决定是否选用鸣沙山其他项目 鞋套 15 元/人 滑沙 25 元/人 游客根据自身状况决定是否选用又见敦煌 238 元/人起 游客根据自身状况决定是否选用敦煌盛典 198 元/人起 游客根据自身状况决定是否选用 |  |  |
| 必消小交通 | 丹霞地质公园区间车 38 元/人 必须消费茶卡盐湖天空壹号区间车 60 元/人 必须消费塔尔寺电瓶车及讲解 55 元/人 必须消费 |  |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1、西北地区气候以温带大陆性气候为主，日照较长，紫外线强，需自备遮阳伞、遮阳帽以及防晒霜、水壶等。2、西北气温一般在15-35摄氏度，温差较大，即使在夏季也建议您带两件较厚的衣物，及时增添衣物，有备无患；昼夜温差很大，要多准备一些衣物备用。要随身携带一些防晒用品，穿浅色的抗紫外线的衣服。3、西北气候比较干燥，应当及时补充水分、盐分及维生素，保持身体处于良好状态。4、西北地区地域辽阔，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，让您的心思能全部放在景点上。5、受旅游发展限制，西北地区酒店发展较慢，硬件及软件方面较内地落后，门面大厅及房间面积相对较小、设施粗糙，不能以内地标准星级酒店来衡量西北的酒店。6、西北地区受宗教影响，风俗习惯特殊，游览时请谨记导游宣布的有关旅游注意事项，在任何场合下都不要提及有关少数民族的政治问题，配合好导游工作。穆斯林民族地区部分清真餐厅不允许喝酒（包括西北地区回、维吾尔、哈萨克等十个民族），请入乡随俗；（1）、忌食猪、狗、骡等不反刍动物的肉及一切动物的血，不食自死动物；（2）、进入清真寺禁止吸烟、饮酒、在礼拜堂内禁止拍照；（3）、忌讳在回族聚集的地方或清真餐厅谈论关于“猪”的话题。7、来到西北地区，沙漠娱乐项目必不可少，是久居闹市的人修整身心、调节情绪、锻炼意志、是您体验神奇经历的最佳选择。沙漠旅游虽然新奇刺激，但它毕竟属于探险旅游范畴，因而特提供以下忠告：（1）、骑骆驼时要防止骆驼站起来和卧倒时将人摔下，在这时要抱紧驼鞍或驼峰，要绷着劲，要顺着骆驼的步伐自然骑坐，随时调整坐姿，并适时下来步行一段；（2）、沙漠景区沙子较多较细，要小心保护好摄影器材和手机等；（3）、在沙漠中要注意环保，一定要把垃圾带出沙漠，不能就地掩埋。8、旅游者应做好身体方面的准备，并自带一些常用必备的药品，如：抗高反药物、感冒药、腹泻药、阿司匹林等药品及创可帖、清凉油等。 |
| **退改规则** | 以旅游合同约定为准，如按约定比例扣除的必要的费用低于实际发生的费用，旅游者按照实际发生的费用支付。因部分旅游资源需提前预订的特殊性，本产品线路在旅行社成团后至出行前6天（出境的把6天改成30天）取消的，也将产生实际损失，具体损失包括但不限于机票、酒店等，如旅游者需要取消订单，应及时联系旅行社，旅行社除协助旅游者减损并退还未实际发生的损失费用外不再承担其他赔偿责任。 |