

**【品•秘境甘南】兰州双飞8天 | 天水麦积山 | 陇南官鹅沟 | 腊子口 | 扎尕那 | 松州古城 | 唐克九曲第一湾郎木寺 | 桑科草原 | 拉卜楞寺 | 黄河观景台行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SD-XB20230313A | **出发地** | 广州市 | **目的地** | 甘肃省 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 航班仅供参考，以实际出票为准，我社不再另行通知 | | | | |
| **产品亮点** | 这里是甘南，一个缺氧却不缺信仰的地方这里是藏地，安多的藏羌遗风至今浓郁神山圣水护佑着世代繁衍的生灵，晨暮中的念念梵音祈求.产品推荐✱深度纯玩：远离喧闹，一路领略雪山、圣湖、寺院、草原、花海、石城自然之美✱亲身体验：龙达祈福、投喂草原精灵 | 土拨鼠、徒步白龙江源头、转动最大转经筒✱爱国教育：腊子口纪念馆产品亮点✱倾情赠送：价值68元/人特色藏餐，品尝当地美食✱赠送品尝：舌尖上的甘肃 | | | 兰州牛肉面、东乡手抓羊肉、✱赠送体验：赠送走进藏家+篝火晚会品质承诺✱管家服务：24h跟踪服务，专属对接，给您一场有温度的旅行✱专业规划设计：旅游策划师实地考察，工匠精神精益求精，拒绝遗憾✱专属金牌导游：服务热情讲解风趣，使您宾至如归 | | | | |

**行程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **天数** | **行程详情** | **用餐** | **住宿** |
| D1 | 广州—兰州指定时间于机场集中。导游于机场代办理乘机手续，乘飞机前往兰州接机后入住酒店。【兰州】是西北旅游集散中心，也是甘肃省省会城市，如果抵达时间充裕可以自行游览兰州黄河四十里风情线，晚上也可逛逛兰州正宁路步行街，各种美食齐全，可以自费品尝西北地方特色小吃！【美食推荐】如您抵达兰州的航班时间较早，可自费品尝西北地道美食：1、张掖路步行街以及大众巷（白天、晚上均营业），这里汇集了各种特色美食，手抓羊肉、甜胚子、灰豆子、马子禄牛肉面、马爷炒面、平凉羊肉泡馍、胡家包子、茹记烤肉、杜记甜食等，打车大概20分钟。2、正宁路夜市（营业时间19:00 | 凌晨24:00），各种烧烤，面食，牛奶鸡蛋醪糟，尽显西北风味。打车大概30分钟。【餐厅推荐】1、通渭路伊兰紫阁：宫爆山药、羊排、沸腾鱼、茶树菇牛柳等，人均93元地址： 城关区 通渭路小学旁(近省政府)。2、兰州西关里阿拉兰牛肉：推荐：牛肉面、烤肉、甜培子、酸奶、凉面、牛肉，牛筋肉，牛腱子等，地址：城关区西关永昌路西城巷68号西关里美食商圈1楼(张掖路步行街、永昌路夜市)。3、阿西亚羊羔肉：黄焖羊肉、手抓、烤包子、酿皮、馓子、油果子、酸辣肚丝、羊头。地址：城关区大沙坪109国道(近G30收费站) 。【游玩小贴士】1、如您抵达较早，可自行在市内自由活动。诚意推荐如下，自行前往，费用自理： 甘肃省博物馆（周一关闭，必须登记证件）、秦腔博物馆等是来兰州的好去处。2、晚间的兰州夜景也很美丽，如果逛好小吃街或夜市后，可自行前往有"兰州外滩"之称的黄河风情线，漫步在滨河路，逛逛中山铁桥、黄河母亲像等景观，留下珍贵“金城”印象。交通：飞机 | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X | 兰州当地舒适酒店 |
| D2 | 兰州—天水（约300km，约4h）—麦积山石窟—天水（约50km，约1h）早餐后，乘车前往东方雕塑馆 | 【麦积山石窟】（游览2.5小时，含门票，不含往返区间车15元/人）从东晋十六国开凿至今，自有其深厚的文化底蕴。虽然色彩已经不再鲜艳，外观也会日渐蒙尘，还是可以想象出昔日的繁华。山峦上密布着翠柏苍松，野花茂草。攀上山顶，极目远望，四面全是郁郁葱葱的青山，只见千山万壑，重峦叠嶂，青松似海，云雾阵阵，远景近物交织在一起，构成了一幅美丽的图景，这图景被称为天水八景之首的“麦积烟雨午餐后乘车前往陇南，抵达陇南后入住酒店。❤❤ 温馨提示：麦积山参观区为悬空栈道，有恐高者量力而行，不要拥挤，注意安全。交通：汽车景点：【麦积山石窟】自费项：区间车15元/人 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 天水当地舒适型酒店 |
| D3 | 天水—官鹅沟—腊子口纪念碑—迭部（约390km，约5.5h）早餐后，乘车前往游览【官鹅沟国家森林公园】（含门票、不含区间车50元/人，游览时间2.5小时）、官鹅沟的森林覆盖率达75.1%，官鹅沟最好的季节是夏天，看湖泊、瀑布、峡谷、原始森林、高山草甸等自然景观，峡谷里气候凉爽，是炎炎夏日避暑的知名胜地。下午：午餐后，乘车前往迭部途径【腊子口红军纪念碑】（游览时间30分钟），天险腊子口是川西北进入甘肃的唯一通道，是甘川古道之“咽喉”；长征途中著名腊子口战役遗址❤❤ 温馨提示：1.参观官鹅沟时，一定要穿着颜色鲜艳的衣服，这样拍出的照片才够漂亮。2.官鹅沟沟内紫外线强，准备好充足的防晒用品，一条多用头巾将非常实用。交通：汽车景点：【官鹅沟国家森林公园】【腊子口红军纪念碑】 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 迭部当地舒适酒店 |
| D4 | 迭部—扎尕那—川主寺（约320km，约5.5h）早餐后，乘车游览综艺节目《爸爸去哪儿》的拍摄地，“石匣子” | 【扎尕那石城】（游览约2小时，含门票，不含区间车40元/人）地形极像一处坐落在深山中的巨型宫殿，又似天然岩壁构筑的一座完整古城。这里有你想要的原始，这里有你看得到的生态；这片世外桃源早在近百年前就被洛克誉为亚当和夏娃的诞生地。午餐后，乘车游览沿途欣赏美丽的【若尔盖大草原】，抵达后特别安排走进藏家，感受藏族人民的淳朴，结束后入住酒店。❤❤ 温馨提示：1.甘南平均海拔3000米以上，紫外线较强早晚温差较大需及时增减衣物，做好防护措施。2.扎尕那民风较为淳朴，游玩过程中会有路边要钱的小孩，这种情况不建议直接给钱，以免给当地孩子建立不健康的价值观。3.若被当地居民邀请到家中做客可以回赠他们一点小礼物以示感谢。.拍摄当地藏族居民时请征得同意，避免直接拍照引起争议。交通：汽车景点：【扎尕那石城】自费项：含区间车40元/人 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 川主寺当地舒适酒店 |
| D5 | 川主寺-九曲黄河第一湾-唐克-若尔盖（约200km，约3.5h）早餐后，乘车参观藏族特色村寨、综合体验中心，体验本土人文风情。之后途径【松州古城】也是历史上有名的边陲重镇，被称作"川西门户"，古为用兵之地。乘车前往游览【黄河九曲第一湾】（游览约2小时，含门票、不含观光扶梯60元/人），登上山顶可以俯瞰整个九曲黄河第一湾的风景，可以看到辽阔的草原、蜿蜒的黄河和落日相映衬的美景。庄严幻影的黄河九曲第一湾，清澈的河流水势平缓，蓝天白云，绿草繁花，帐篷炊烟，牛羊骏马，盘旋的雄鹰，如诗如画，气象万千。日落时分，当夕阳一点点变红朝山边落下去时，整个河谷笼罩在了一片金黄之中。购物店：综合体验中心（120分钟）交通：汽车景点：【黄河九曲第一湾】购物点：综合体验中心 120 分钟自费项：观光扶梯60元/人 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 若尔盖当地舒适酒店 |
| D6 | 唐克/若尔盖-郎木寺-郭莽湿地-桑科草原-夏河县（约340km，约4.5h）早餐后，乘车前往东方小瑞士 | 郎木寺镇，参观甘肃【郎木寺】（游览约2小时,含门票）郎木寺所处的四川、甘肃交界，自古就是川、甘、青各族民众朝拜黑虎女神的圣地，被命名为“虎穴仙女寺”—郎木寺，郎木寺不是寺，而是一个小镇，是个山水相依、景色十分秀美的地方。这儿的寺庙更像一个大村子，金光闪闪的屋顶，碧蓝的窗边，灰白和红的墙，屋梁上挂着黄色的彩条，还不断的有人一边走一边摇着转经轮，途中游览【郭莽湿地】（游览30分钟），是黄河较大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。郭莽湿地是丹顶鹤栖息的地方 后途经桑科草原，结束后入住酒店❤❤ 温馨提示：1、桑科草原沿途有观景台，导游司机会预留时间给大家拍照游览；2、今天将翻越数座海拔3700米的高山垭口，请勿做剧烈运动，保持体能；3、进入草原和高山垭口地区，不能随意停车，请配合司机、导游工作，谢谢理解；4、此天有部分路段路况较差，请大家务必保持耐心，克服困难，雪山、草原美景会让您忘记路途的疲乏；交通：汽车景点：【郎木寺】【郭莽湿地】 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 夏河舒适型酒店 |
| D7 | 夏河-拉卜楞寺-黄河观景台-兰州（约240km，约3h）早餐后，参观电影《天下无贼》拍摄取景地【拉卜楞寺】（游览2小时，含门票及讲解）甘南藏区的政教中心，藏传佛教六大黄教宗主寺之一、格鲁派最高的佛学学府；被誉为“世界藏学府”的拉卜楞寺有着金碧辉煌的大殿，简朴整齐的僧舍，来来往往的喇嘛和世界上最长的转经走廊。午餐后，乘车返回兰州，途经刘家峡大坝，游览【黄河观景台】（30分钟）立于其上，放眼望去，只见湖面辽阔，荡漾的湖水衬以蓝天白云，水天一色，景色蔚为壮观，结束后前往兰州入住酒店。❤❤ 温馨提示：1.今日是进入高海拔地区的第一天，不要剧烈运动，注意休息保证睡眠，让身体慢慢适应高原气候；2.进入藏区要尊重民风民俗，遵守寺院规定，不要穿过于暴露的服饰，看到藏族小朋友不要摸头顶；3.建议您提前购买浓缩氧气瓶（20-30元不等），以备身体不适时使用交通：汽车景点：【拉卜楞寺】【黄河观景台】 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 兰州当地舒适酒店 |
| D8 | 兰州—广州早餐后，根据指定航班时间，前往兰州机场，返回广州，结束愉快西北之旅！❤❤ 温馨提示：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点前完成退房，行李可寄存前台后自由活动，若由于超时退房所产生的费用请自理。2.疫情期间机场、车站安检严格，市区交通拥堵，为确保您顺利返程，请提前进站办理手续。交通：飞机 | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：往返程经济舱机票。进出港口、航班时间等以航司出票为准。2、住宿：入住当地标准酒店的标准双人间。每成人每晚一个床位，若出现单男单女，客人需补单房差入住双标间。兰州当地舒适酒店：星程大酒店/和颐大酒店/友谊之星酒店/IU 酒店/河湾丽景酒店/时代金典酒店/飞天空港酒店/贝舒酒店或同级敦煌当地舒适酒店：润泽精品酒店/天沁云水酒店/聚丰大酒店/广源大酒店/皇冠假日酒店或同青海湖当地舒适型酒店：假日酒店/驿路港湾酒店/西蔷宾馆/扎西宾馆或同级格尔木当地舒适酒店：四季春天酒店或同级张掖当地舒适酒店：恒达丽景酒店、中祁酒店、张掖合途酒店、丹霞口石头城酒店或同级【特别备注】：在遇到政府征用或旺季房满的情况下，旅行社将不得不选用同等级但未在行程内列明的其他酒店时不另行通知，敬请谅解；本团促销团，当地门票、用餐、酒店等不使用，或因自然原因无法使用，不退费用，如有客人临时退团，团费费用不退，如因此产生单房差需同行客人自理，请知悉3、用餐：含7早9正（酒店房费含早，不用不退，正餐餐标30元/人），10-12人/桌，此产品是打包价，所有餐食如自动放弃，款项恕不退还。餐饮风味、用餐条件与广东有一定的差异，大家应有心理准备。4、用车：5-55座空调旅游车，按实际人数用车，保证一人一正座。5、导游：当地普通话导游服务，费用已含导游服务费，不派全陪。6、门票：成人含景点第一道大门票（自费景点门票除外），不含景点小门票，个人消费及行程上自理的项目。赠送项目如因特殊原因不能成行，不做退款。此行程为综合优惠包价产品，若持学生证、军官证、长者证、记者证、残疾证、教师证等有效证件，我司不再进行任何差额退减优惠，敬请注意！客人对此无异议。7、小童：2周岁以下婴儿不含任何费用，全部由家长自理；2-11周岁小孩含机位、车位、半价正餐，不占床位、不含门票（超高门票需当地自理）。温馨提示：行程中途经的休息站、加油站、公共卫生间等地停留仅供休息和方便之用，公园、博物馆、展览馆、体验馆、制作工场附设商品销售为景区设施，仅供了解当地特色文化之用，游客购物为个人自主行为，以上均不属于我社指定购物店，游客因购物产生的纠纷与本社无关，敬请注意。 | | |
| **费用不包含** | 1、合同未约定由组团社支付的费用（包括行程以外非合同约定活动项目所需的费用、游览过程中缆车索道游船费、自由活动期间发生的费用等）。2、行程中发生的客人个人费用（包括交通工具上的非免费餐饮费、行李超重费、住宿期间的洗衣、电话、酒水饮料费、个人伤病医疗费等）。3、航空公司临时增加的燃油附加费。4、未含个人投保的旅游保险费、航空保险费，建议游客视个人情况，选择合适的旅游个人意外险5、不含广州市区到广州白云机场接送，机场集中，机场散团。6、娱乐项目（景区特殊娱乐项目如：景区游船，漂流，越野车，骑马，歌舞晚宴，特色餐，歌舞表演以及个人消费项目等除外）不算自费景点。7、不含机场建设燃油附加税260元/人。 | | |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 综合体验中心 | 藏饰/综合商品 | 120 分钟 |  |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 景区内交通 | 扎尕那电瓶车 40 元/人； 九曲第一湾扶梯60 元/人；麦积山石窟15元/人、官鹅沟50元/人 |  | ¥(人民币) 165.00 |
|  |  |  |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 一、报名参团须知，请认真阅读，并无异议后于指定位置签名确认： 1、此团 10人成团，为保证游客可如期出发，我社将与其他旅行社共同组团（拼团 出发），如客人不接受拼团出发，请报名时以书面形式注明。如报名人数不足 10成人时无法成团，或遇特殊情况（如：团队特惠机位取消或游客临时退团造成不成团等） 致使团队无法按期出行，我社提前 7天通知游客，游客可根据自身情况改线或改期， 如不能更改出游计划，我社将全额退还已交团费。【接待社：广州市圣地国际旅行社有限公司，许可证号：L-GD01372，质监电话：020-83371233】2、我司在不影响原行程游玩标准及游览景点的前提下，根据航空公司机票或火车票 出票时间调整出入港口及行程游玩顺序。具体的行程游览顺序将根据航班安排的首末站城市最终确定。客人对航班及出入港口有特别要求的，请于报名时向我社前台同事说明，并将要求写在报名表上，否则我社视客人已清楚旅行社以上安排，同意并接受 旅行社安排。行程游览顺序或用餐安排将根据游玩期间实际情况最终确认，如有调整 由当地导游与游客签名确认。 3、由于航班机位等存在不确定因素，我社在确保不影响游客在当地行程游玩标准的情况下，同一团种出发的游客可能采用不同时间段的航班往返（同一游玩团体可能选用 2 个或以上的航班班次）。 4、机票浮动幅度较大，且部分客人已享受我司报名优惠政策，故导致不同日期报名， 且同团出发的客人，团费有较大差异，无价格退还，敬请旅客注意！ 5、团队均提前 7天或以上订购机票、酒店、车辆、门票等，如客人报名后退团（含 改期，改线，更改登机姓名或证件号码等），根据合同的扣款标准，我社将扣除实际损失费用（机票、火车票、门票、酒店、车费分摊等，我社不提供机票报销单据，客人可自行前往航空公司办理），特此说明。 6、在保证行程景点游览的前提下，我社将根据旅游目的地实际情况对此参考旅游行程的景点游览的先后顺序作合理的调整。如遇不可抗力因素（如塌方、大雪、塞车、 天气、航班延误、地质灾害、政府行为等原因），造成行程延误或不能完成游览或缩短游览时间，不视旅行社违约，未能完成游览的景点我社将按旅行社协议门票价格退还。7、若因客人自身原因（含感冒等原因，导致身体不适合继续行程）中途离团或放弃 游览景点（含赠送项目）的，我社视客人自动放弃行程，我社不退返任何费用；客人擅自、强行离团或不参加行程内的某项团队活动时（含酒店、用餐、景点等），请游 客注意人身及财产安全，发生此类情况一切后果请客人自行承担，客人离团期间的一 切行为责任游客自负。 8、免费景点及赠送项目如发生优惠、免票、自愿放弃或因航班时间、天气、政策性原因关闭或预约问题等原因导致不能赠送参观的，敬请谅解，我社不退任何费用。旅游者参加属于高风险性游乐项目的，敬请旅游者务必在参加前充分了解项目的安全须知并确保身体状况能适应此类活动；如旅游者不具备较好的身体条件及技能，可能会造成身体伤害。在参加此类活动时应当购买相应的个人意外保险。如非旅行社责任造成的旅游者意外伤害，旅行社不承担相应的赔偿责任。 9、西北地区是当地旅游度假城市，硬件及软件服务均与沿海发达的广州存在一定差距， 请团友谅解。如遇旺季酒店房满或政府征收等情形，旅行社会另外安排至不低于所列酒店标准的同类型酒店。 10、购物：西北地区旅游发展较为成熟，包括部分景区，公园，博物馆，纪念馆，展览馆，民俗展现场所均配备购物场所，行程中途经的休息站，加油站，公共卫生间等地停留仅供休息和方便之用，游客购物为个人自主行为，游客因购物产生的纠纷与本社无关，敬请注意。 11、行程服务项目特别约定及说明： A.为了确保旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，请旅游者在出行前做一次必要的身体检查，如存在下列情况，因服务能力所限无法接待： 1）传染性疾病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人； 2）心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗塞等病人； 3）脑血管疾病患者，如脑栓塞、脑出血、脑肿瘤等病人； 4）呼吸系统疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人； 5）精神病患者，如癫痫及各种精神病人； 6）严重贫血病患者，如血红蛋白量水平在 50 克/升以下的病人； 7）大中型手术的恢复期病患者； 8）孕妇及行动不便者。 B.未满 18 周岁及老年旅游者预订提示： 1）未满 18 周岁的旅游者请由家属陪同参团，因服务能力所限，无法接待 18 周岁以 下旅游者单独报名出游,敬请谅解。 2）因服务能力所限，无法接待 70 周岁及以上、台胞及持护照客人报名出游，敬请谅解。12、失信人特别通知及提示：失信人意为“失信被执行人”，由国家最高人民法院发布。失信人不得乘坐飞机、火车卧铺、高铁及动车。请游客报团前一定要自行查询好是否为失信人！如游客属于失信人而报团时没有向旅行社提前说明，报名后旅行社为保留客人机票位置向航空公司支付了机票定金（或全款），失信人的机票费用将全额损失，只能退税，产生的所有损失由客人自行承担！国家最高人民法院失信人查询网站如下：http://shixin.court.gov.cn/，客人报团前可到该网站进行查询！因客人失信人身份产生的实际损失（机票、房费、车费、导服费用等等）需要由客人承担。 13、我社解决投诉依据客人在当地所签“意见单”为准，有任何投诉请于当时提出，否则无法给予处理。 14、此线路行程中景点门票为旅行社折扣优惠套票。凡客人持有长者证、学生证、导游证、记者证、军官证、军人残疾证等均无任何优惠或退票，如有未产生或自愿放弃当地景点、住宿及赠送的项目，费用不退还。15、请游客（报名人及报名人代表之参团的全体同行人）请游客报名时认真阅读此行程每一点，一经报名，双方签字或盖章之日起，即表明合同及行程签订人及同行人已认真阅读此行程并同意相关约定条款，同意其作为《广东省国内旅游组团合同》、《报名表及补充约定》之附件. |
| **温馨提示** | 西北注意事项1、青海为西北地区，与南方人性格及处理方式有差别请予以理解，带着一颗宽容快乐的心游览美景。2、青海甘肃大部分地区气候干燥，为增强抵抗力应加强蔬菜水果摄入，切忌无节制地食用羊肉，建议多喝水，吃水果要少食多餐。另为预防肠胃不适，请自备常用药品。另请随时注意补充水分，多饮水。紫外线强烈，请备口罩，防晒霜，太阳眼镜等物品。夏季同时应配备清热、防暑的药物或冲剂。如夏桑菊冲剂、十滴水等。3、青海甘肃昼夜温差大，晚上睡觉时应将空调开到适度，不要过凉，睡觉时盖棉被，以免造成身体不适。4、 受旅游地自然条件限制，景点、餐厅和住宿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5、一般藏传佛教的寺庙内是严禁拍摄的，偷拍后果十分严重。拍摄人物时，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，请大家保管好随身的拍摄器材，谨防丢失6、西宁市区兰州市区少数民族居民以回族和藏族为主，且西宁和兰州本地各色小吃及餐厅回族人经营的较多，他们的餐厅通常在门口都会标注清真字样。7、穆斯林民族地区：（包括西北地区回、维吾尔、撒拉、哈萨克等十余个民族） 忌 食猪、狗、马、骡等不反刍动物的肉及一切动物的血，不食自死动物。进入清真寺禁止吸烟、饮酒、在礼拜堂内禁止拍照。在与他们交流时，不可出现任何不清真的字眼，很多回族餐厅里也是禁止饮酒的 |