

**【秋趣西北•金塔胡杨】甘肃青海双飞纯玩8天丨祁连卓尔山丨七彩丹霞丨峪关关城丨鸣沙山月牙泉丨莫高窟丨翡翠湖丨茶卡盐湖丨青海湖丨塔尔寺丨行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | XB20230919CG | **出发地** | 广东省-广州市 | **目的地** | 甘肃省-兰州市 |
| **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，具体以实际为准）广州-兰州 HU7253 1755-2055兰州/广州 HU7254 2200-0120+1或CZ8265 广州/兰州 0830-1135 CZ3206 兰州/广州 1450-1805 | | | | |
| **产品亮点** | 【七彩丹霞】中国最美的七大丹霞"之一【嘉峪关城楼】 金戈铁马纵天下，英雄豪气守边关 【鸣沙山月牙泉】被誉为"塞外风光之一绝【莫高窟】她不是千年的标本，而是千年的生命，被全世界所瞩目【翡翠湖】送你一朵小红花，开在你新长的枝桠 【茶卡盐湖】被国家地理杂志评为“人一生必去的55个地方”【青海湖】看那湖尽头似与天相连，水天一色，感受高原湖泊的奇美【卓尔山】祁连山云端牧场，出自上帝之手的油画 | | | | |

**行程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **天数** | **行程详情** | **用餐** | **住宿** |
| D1 | 广州-- 兰州请您在广州白云国际机场集合，兰州中川国际机场，甘肃【兰州】古称金城，享有“丝路重镇”、“黄河明珠”。温馨提示1.导游会提前一天电话或短信联系客人，请保持手机畅通；2.出行前请再次确认携带有效身份证原件（身份证.护照.回乡证等，注意大陆居民不可用港澳证 ）登机，上下飞机请携带好行李物品。3.西北紫外线强烈，旅行途中要准备好防晒霜、太阳镜、防晒服、纱巾、帽子等做好防晒措施； - 西北地区由于地域辽阔，城市间路途较远，景点较分散，故乘车时间较长，如若晕车，请您备好晕车药；此行程安排可能会因航班、天气、路况等不可抗力因素而作变更，经与全体游客协商同意后，进行游览顺序调整！交通：飞机/汽车 | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X | 安课慈饭店/时代金典酒店/河湾丽景酒店或不低于以上标准 |
| D2 | 兰州-门源-卓尔山--祁连（车程约6小时）【祁连山大草原】（途观）中国最美的六大草原之一，雪山银峰映照下的祁连草原碧波万顷，马、 牛、羊群点缀其 中，绝美和富饶充分展现在人们眼前；【卓尔山景区】（含门票+电瓶车,游览约90分钟）属于丹霞地貌，赤红砂岩与碧绿层叠交错，藏语称为"宗穆玛釉 玛 "，意为美丽的红润皇后。站在山顶视野极度开阔，与常年积雪的藏区神山牛心山隔河相望，左右两 侧分别是拉 洞峡和白杨沟风景区，背面是连绵起伏的祁连山，山脚下滔滔八宝河像一条白色的哈达 环绕在县城周边。温馨提示翻越平均海拔 3000 米以上哑口，请团友注意在高原不要做剧烈运动。在高海拔注意安全，多饮水，有轻度高反不要恐慌，注意保存体力。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 盛唐翠光饭店/云峰饭店/西部商务宾馆或不低于以上标准 |
| D3 | 祁连-七彩丹霞-金塔胡杨林-嘉峪关（车程约7小时）【七彩丹霞】（含首道门票+区间车，游览约2小时），是国内唯一的丹霞地貌与彩色丘陵景观复合区。是中国丹霞地貌发育最大最好、地貌造型最丰富的地区之一，是中国彩色丹霞的典型代表，具有很高的科考和旅游观赏价值。2005年，七彩丹霞被选为"中国最美的七大丹霞"之一，2015年被全国多家知名网站评选为全球25个梦幻旅行地。注意：丹霞景区面积较大，需要乘坐区间车前往4大观景台：1号观景台最大；2号观景台可俯瞰景区全景；3、4号观景台的色彩最为丰富。景区电瓶车只能按照1-4号顺序搭乘，且只在4号点才能坐上开往大门的车；）【金塔胡杨林】（含门票，含区间车，游览时间约2小时）美景。当大漠旷野吹过一丝清凉的秋风时，胡杨林便在不知不觉中，由浓绿变为浅黄，继而变成杏黄了。登高远眺，金秋的海洋，令人心旷神怡。落日苍茫，晚霞一抹，胡杨由金黄色变成金红，最后化为一片褐红，渐渐地融入朦胧的夜色之中。秋风乍起，胡杨金黄的叶片，飘飘洒洒“哗哗”地落到地面，大地铺上了金色的地毯，辉煌而凝重。温馨提示： 1、西部地区秋天早晚温差较大，清注意增减衣物。2、胡杨、沙漠拍照建议穿鲜艳靓丽的衣服。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 珠城酒店/天诚大酒店/晨枫大酒店或不低于以上标准 |
| D4 | 嘉峪关-嘉峪关城楼-鸣沙山月牙泉-敦煌（车程约4.5小时）【嘉峪关城楼】（含大门票，游览时间约1小时）嘉峪关城楼与河北山海关东西相望，同称“天下第一雄关”。是万里长城西端终点。长城与丝路的交汇，凝结了嘉峪关。站在嘉峪关城楼上放眼望去，祁连山脉绵绵不绝，几千年的烽火狼烟，几千年的世事沧桑，都溶进了这玫红中。【鸣沙山月牙泉】（含门票，游览时间2小时）月牙泉处于鸣沙山环抱之中。被誉为"塞外风光之一绝，鸣沙山、月牙泉与莫高窟艺术景观融为一体，是敦煌城南一脉相连的"二绝"，成为中国乃至世界人民向往的旅游胜地。游毕入住酒店休息。温馨提示鸣沙山沙质比较细，请大家保护好相机和手机，以防掉入沙中导致细沙进入。鸣沙山有很多自费体验式项目，如沙漠越野、骑骆驼、滑沙、直升机等等，体验项目前先咨询好价格，请尽量选择安全性较高的参加；鸣沙山骑骆驼（100 元/人，可上山参观景区全貌）时不要大声尖叫和打伞以免骆驼被惊吓，抓紧扶手，不要转身拍照；滑沙最好不要携带照相机、手机等贵重物品，以免损坏或丢失。鞋套 15 元人；晚上可自行前往当地著名的【沙洲夜市】，品尝当地特色美食。【沙洲夜市】汇集八方吃喝，食客觥筹交错，被誉为敦煌“夜景图”和“风情画”；胡羊焖饼、驴肉黄面、酸 辣驴蹄筋、红柳烤肉(曾上过《舌尖上的中国》)、杏皮水、浆水面酱驴肉。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 阳关恒熙酒店/兰新大酒店或不低于以上标准 |
| D5 | 敦煌-莫高窟-翡翠湖-德令哈（车程约7小时）【莫高窟】（含B类票，游览时间约2小时）这又称千佛洞，我国四大石窟之一，全球规模最宏大的佛教艺术宝库，被称为 “世界艺术宝库”。始建于十六国，七百三十五座洞窟，矗立在荒野大漠间。在数字中心观看电影了解它的前世今 生，进入领略真正的洞窟奇观，远方铁马风铃的铮鸣，听敦煌与历史千年的耳语；莫高窟注意事项：莫高窟全部团期全部实行 B 类票，2021 年 4 月 1 日起，莫高窟执行新的门票政策，首先售卖 A 类门票（238 元，包含数字观影、8 洞窟）限额 6000 张。参观当天 A 类门票发售完毕之后，才开始售卖 B 类门票（含4个洞窟+景区交通）故根据行程安排，如遇参观当日景区A类门票仍有名额可售，则需游客补交门票差价138 元/人；如遇 A 类门票已经发售完毕，则无需补交门票差价。注意：因莫高窟 A 类门票需提前30 天以上网上实名预约，故无法确定行程当日到底走哪一类门票。如有 A 类门票参观需要，请报名时提前咨询景区余票情况，敬请理解！如果当天无法安排B类票，则安排参观西千佛洞+敦煌博物馆作为替代；莫高窟每日接待人数受敦煌研究所严格控制，每天必须按预约场次进入参观，因此原行程可能会因为莫 高窟的预约参观时间而调整景点前后顺序；【翡翠湖】（含门票，不含电瓶车，游览约 1 小时）黑褐色土地，白色盐晶，蓝绿色湖水…艳丽缤纷的色彩，惊艳你的眼球；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；【温馨提示】1.此日行车时间较长，沿途人烟稀少，补给困难，建议客人提前准备一些可口的零食或干粮。2.湖边经常有风，进去要带够衣服。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 坤谊酒店/坤宜精品酒店/坤宜尚品酒店或不低于以上标准 |
| D6 | 德令哈 - 茶卡盐湖 - 青海湖（车程约5小时）【茶卡盐湖】（含大门票，不含景区电瓶车/小火车，游览约2小时）茶卡盐湖可与玻利维亚乌尤尼盐沼相媲美，故享有中国“天空之镜”之美称，是“青海四大景”之一，被国家地理杂志评为“人一生必去的55个地方”，与青海湖的湛蓝不同，这里是一片白色，清澈的湖水在白色的盐结晶帮衬下形成了一面巨大的反光镜，天空中的蓝天白云倒映出来，显得纯白洁净。温馨提示：茶卡盐湖由于盐层比较粗糙，赤脚走路时会有些痛，而且湖内深处淤泥较深，所以不建议走的太深，携带颜色艳丽的衣服，拍出的照片更好看；茶卡拍照指南：1、如果要拍摄出倒影的效果，所以要使用广角镜头；2、 茶卡盐湖因为光的折射所以建议携带减光镜或偏振镜（由于水面的反射性高，建议拍摄时活用偏光镜来控制反光，以强调湖水的色调或蔚蓝的天空），避免照片过曝；3、茶卡最佳的拍摄位置就是盐湖深处，想要拍好照片一定要不怕辛苦往最深处走；4、适时利用树木、石头等构图元素，制造出前、中、后景的空间感，或是增加画面的丰富性，如船只等内容，也是拍摄时相当重要的部分；5、利用超广角镜头可以拍摄出铁轨向天边无限延伸的感觉；6、拍摄时白平衡要略微偏冷一些，这样会显得天更蓝；7、拍摄星空的话需要强光手电和三脚架；8、最简单的技巧就是从低角度仰拍，这招不管到哪都适用，万能招数；【青海湖二郎剑景区】（含大门票，不含景区游船及电瓶车，游览约2小时）青海湖东南部的二郎剑景区，是青海湖重要景点之一，也是游客最为集中的地方。看那湖尽头似与天相连，水天一色，感受高原湖泊的奇美，上世纪六七十年代备战时，在这里建立了一座海军鱼雷发射试验基地，因距离西宁151km，所以这里又被称为151基地。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 假日酒店/扎西宾馆/西蔷宾馆或不低于以上标准 |
| D7 | 青海湖-西宁-塔尔寺-兰州（车程约1+3小时）【塔尔寺】（5A 门票已含，含电瓶车35元/人不含讲解费15元/人，游览时间约2小时）塔尔寺位于青海省西宁市湟中县鲁沙尔镇西南隅的莲花山坳中，是我国藏传佛教格鲁派(俗称黄教)创始人宗喀巴大师的诞生地，是藏区黄教六大寺院之一， 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，其“艺术三绝”酥油花、壁画和堆绣，尤其是酥油花雕塑栩栩如生，远近闻名。晚餐前往指定用餐（行程赠送特色餐：藏式土火锅），并前往指定地点观看【西夏颂大舞台】表演；塔尔寺参观“十条 禁忌”\*此注意事项为塔尔寺管理委员会重要通知，请勿触碰禁忌而被拒绝入寺参观或驱逐出寺。“十条 禁忌”,敬告游客:1，塔尔寺拒绝穿超短裙、长裙、短裤等不庄重服装进入寺内参观。为了保险起见，请穿着过脚踝宽松无破洞长裤、长袖不漏肩膀、不漏脐上衣。2，禁忌吸烟、饮酒。3，禁忌触摸、乱动殿堂内的佛像、供品、法器等。4，禁忌在僧人通经、辩经等期间打闹喧哗。5，禁忌攀缘佛塔、踩踏经幅等佛教标志和桑炉内楚焚烧不净物。6，禁忌后逆转佛塔经轮。7，禁忌对着僧人和磕长头、转经筒的信徒拍照录像。8，禁忌携带宠物进入参观。9，禁忌乱刻乱画、随地吐痰、乱扔垃圾。10，禁忌谈论不利于民族团结、宗教和谐的话题。塔尔寺管委会郑重声明:如因以上条款引起纠纷责任自负。注意：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，野生藏羚羊的角，头骨等等，事实上如果你在离开当地时被发现携带有这些物品，可能会面临很大的麻烦。温馨提示：1、青海湖地区平均海拔3000米以上。部分人会产生高原反应症状，例如头晕、头疼、全身无力、失眠等，轻微的高反症状一般会在1-2天内随着身体对海拔的适应而消失；2、青海湖是藏传佛教信徒心中的圣湖，不可以在圣湖里游泳，也不要触碰当地人祭海的物品。环湖最好按照当地习惯，顺时针环湖。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 安课慈饭店/时代金典酒店/河湾丽景酒店或不低于以上标准 |
| D8 | 兰州 - 黄河风情线 -广州【水车博览园】，【中山铁桥】中山桥风雨百年， 是黄河干流上第一座大型铁结构桥，百年沧桑的历史衬托兰州的深厚底蕴。【黄河母亲雕像】，黄河母亲像有著名雕塑家何鄂女士创作，雕塑象征了哺育中华民族生生不息、不屈不挠的黄河母亲，和快乐幸福、茁壮成长的华夏子孙。游毕乘机返广州，结束所有行程。交通：飞机/汽车 | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1.广州-兰州往返经济舱机票，不含机场建设费、燃油税320元。■预定请提供正确的姓名及身份证件号码，特价机票，不提供退票，改期，更名服务，退团票价全损；航班时间以出团通知为准，仅保证行程安排，不保证自由活动时间。■出发当日请务必携带好有效身份证件（满16周岁以上为身份证原件和有照片的护照原件，未满16周岁为护口本原件），建议提前2小时抵达机场；自身原因导致误机的，旅游者自行承担；机上无陪同服务。2.当地交通：当地有营运资质的空调旅游车，按人数安排车型，每人确保正座，保证10%以上空座率；3.住宿：行程所列参考酒店1/2标双，受经济发展等客观因素影响，当地酒店与内地地区有所差距。如儿童不占床，需自理早餐费（单房差880元/人；国庆单房差1280/人）。 4.用餐：酒店含早，全程含7早餐6正餐，餐标30元/人，八菜一汤，十人一桌，自愿放弃不吃不退，如人数不足时需减少菜品数量或当地现退，如儿童不占床，需自理早餐费。5.门票：全程含景区首道景点门票；6.导服：专业持证优秀导游服务（广州机场安排工作人员协助办理登机手续；全程一车一导（8人以下司机兼向导））；7.保险：含旅行社责任险。强烈建议游客自行购买旅游意外险。 8.购物：全程无购物店；9.儿童价格不含门票，不占床，小孩不含早餐，其它同成人 | | |
| **费用不包含** | 1、广州市区-机场往返接送； 2、行程中景区内的自费娱乐项目等，和行程以外私人产生的费用、酒店内标明收费的酒水饮料、洗衣等一切私人消费；（不含景区交通：青海湖环保车20/人、翡翠湖区间车60元/人、天空壹号区间车60元/人、塔尔寺讲解费15元/人）3、不安排全陪、不含航空险等；4、单人报名时出现单男或单女，请补单房差；5、行程中标明不含的项目和行程以外项目所需的自费项目，酒店餐厅内的酒水饮料、洗衣等一切私人开支；6、因交通延误、取消等意外事件或战争、罢工、自然灾害等不可抗拒力导致的额外费用；7、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。 | | |

**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、本产品供应商为： 广州拾光悦游国际旅行社有限公司，许可证号： L-GD02366，质监电话：020-83371233。此团 12人成团，为保证游客如期出发，我社将与其他旅行社共同委托 广州拾光悦游国际旅行社有限公司组织出发（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。此团由 广州拾光悦游国际旅行社有限公司委托旅游目的地具有相应资质的地接社承接本旅行团在当地的接待业务，地接社的相关信息、委派的导游姓名和电话，以及具体车次时间、最终行程（游览顺序）及入住酒店的具体名称等信息，一并在出团前派发的出团通知书行程表中告知，客人对此表示同意。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、东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** | 安全注意事项：1、“安全第一”，在旅行过程中，大家必须十分重视安全问题，出团前带好相关证件，保存好与亲人朋友、导游的联系方式。2、参加团队旅游，必须听从领队或导游的指挥安排，不可随意活动，禁止擅自脱队。行程中特别是在山地、天雨路滑时，请大家做到走路不看景，看景不走路。3、入住酒店后，应了解酒店安全须知，保管好房卡，在酒店大堂、餐厅、卫生间时，注意不要滑倒。入住后不要单独外出行走。4、请大家注意食品及餐具的卫生，不应吃不洁和生冷食品。在旅行社安排的餐饮之外自行购买或食用食物引起的疾病，旅行社不承担任何责任。5、注意财物安全，旅行中携带物要少而精，必要的物品要带齐，现金与贵重物品须贴身携放保管（特别是手机与钱包）。6、旅游者在旅游活动中应当遵守社会公共秩序和社会公德，应当注意的旅游目的地相关法律、法规及宗教禁忌，遵守当地的风俗习惯、文化传统和宗教信仰。同时旅游者应当明确，如涉及的活动为中国法律所禁止的，无论旅游目的国家、地区是否合法或允许，旅游者都不应参加活动，包括：（一）含有损害国家利益和民族尊严内容的。（二）含有民族、种族、宗教歧视内容的。（三）含有淫秽、赌博、涉毒内容的。（四）其他含有违反法律、法规规定内容的。如旅游者未能遵守中国法律实施上述行为而导致旅游者需要承担相关行政或刑事责任的，与旅行社无关，由旅游自行者承担。1、青海省位于我国西北内陆，气候以温带大陆性气候为主，日照强度与昼夜温差较大，请根据自身情况，自带防寒衣服、水壶、墨镜、纱巾、太阳帽、特级防晒油，西宁周边景点的温度通常低于市区，早晚温差大，即使在夏季也需携带一件薄外套备用。2、西北地区气候干燥，请随时注意补充水分，同时配备清热、解渴、滋润的药物或冲剂。3、西北地区由于地域辽阔，城市间路途较远，景点较分散，故乘车时间较长，请做好心理准备，备好晕车药，注意休息，以保证充足的体力参加旅游活动。4、因气候、饮食等差别较大，游客一时难以适应，可能会出现水土不服症状，可携带一些常备治病药物，如创可贴、感冒药或治疗肠胃不适药物等。5、注意卫生与健康。外出旅行，注意身体健康，切勿吃生食、生海鲜、已剥皮的水果，不要光顾路边无牌照摊档，防止暴饮暴食。多喝开水，多吃蔬果类。6、随团旅游请树立以下意识：出门在外，请您保持平和的心态，遇事不要急躁，大家相互体谅，互相帮助。请大家增强时间观念，在规定的地点按时集中。7、受旅游地自然条件限制，景点沿途的酒店和餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从软硬件设施都有一定的差距，当遇到一些不尽如人意的事情时，请您谅解并配合工作人员尽快解决问题，以使您的旅途生活更加顺利。8、莫高窟禁止带摄相器材入内，可在入口处寄存；景区有专业讲解员；9、青海甘肃各地海拔：青海湖 3200 西宁 2160 敦煌 1200 张掖1400 嘉峪关 1500 门源 2900 祁连 2850，德令哈 2980，茶卡 3300 米，茶卡往青海湖途经橡皮山 3810，青海湖返西宁途经日月山 3520。初到高原，部分人会有高原反应，主要症状是头晕、胸闷；对高原反应的缓解，请注意不要剧烈活动，防止受凉、预防感冒，自备药品：红景天口服液（针对高原反应缺氧头痛不适）；10、重要提醒：患有心脏病、高血压、重症感冒、心肌梗塞、中风等重大疾病者以及半年内腰椎做过手术的客人不能参加此行程，如有隐瞒且因自身健康原因造成的损失，由客人自行负责；11、在少数民族地区参观，请尊重当地的生活、宗教习惯，谨记地陪宣布有关旅游注意事项，入乡随俗，在任何场合下都不要提及有关少数民族的宗教和政治敏感问题，配合好地陪工作。12、购物属于个人自愿行为，慎重选择（旅行社不负责退货，为此请慎重考虑是否购买）。警惕上当受骗，注意防盗、防抢。购买工艺品时，请一定要事先了解价位，如无意购买，请不要随意讲价，以免发生不愉快; 在旅游期间要特别注意人身和财产安全，妥善保管好身份证、现金、相机等贵重物品；13、沙漠景区沙子较多较细，摄影包最好有盖，拉链记得拉上。塑料袋要时常更换，因为不长的时间，袋里就会积存大量沙尘。拍完照片后要立即将相机收好。14、青海湖环湖地区以藏族居民为主，请游客尊重他们的禁忌习惯。 藏族民众热情好客，在向您敬酒、茶时，可适当喝一点。如确实不能喝，要恳切说明原因取得对方的谅解。藏族姑娘敬献哈达时，游客需双手接住挂在脖子上,不能立即取下。否则会被认为是对民族习惯的不尊重.15、一般藏传佛教的寺庙内是严禁拍摄的，偷拍后果十分严重。请游客观看有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，避免不必要的麻烦，在野外拍摄时，谨记安全第一，请大家保管好随身的拍摄器材，谨防丢失。16、旅游全程请服从导游的安排，牢记导游告知的安全事项，带小孩的请时刻注意小孩的安全，防止走失，爱护文物古迹，保护环境。旅游者每到一地都应自觉爱护当地的文物古迹和景区的自然环境。 |