**【一脚踏三省】青甘宁纯玩双卧12日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | lz0011719564885d | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 12 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **苏州--银川**根据贵宾车次时间，前往车站，乘坐火车前往银川交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 火车上 |
| **D2** |
| **行程详情** | **苏州--银川**火车到达银川，银川是宁夏回族自治区首府，国务院批复确定的中国西北地区重要的中心城市。史上西夏王朝的首都，是国家历史文化名城，素有“塞上江南、鱼米之乡”的美誉。后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 银川 |
| **D3** |
| **行程详情** | **银川--中卫（190KM 约2.5小时）**早餐后游览【西夏王陵】（区间车20元自愿非必乘）又称西夏帝陵、西夏皇陵，是西夏历代帝王陵以及皇家陵墓，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。抵达后游览国家5A级景区【镇北堡西部影城】（参观约2小时）张艺谋、陈凯歌等导演在此取景拍摄《红高粱》、《大话西游》、《乔家大院》等著名影片，成为影视界人士眼中的“中国一绝”。来时是游客，走时成明星。织布、斗鸡、耍猴、训鼠等几十种绝迹与民间的非物质文化遗产在这里都能免费观赏到。后乘车赴中卫，抵达后入住酒店。温馨提示：当地的土特产，如绒毯、枸杞酒、贺兰石雕等。此外，也可以在街头小摊挑选一些如向日葵、红花、黄花菜、玫瑰、中宁贡枣、固原银耳、蕨菜、宁夏阿胶、石嘴山民族瓷器等有地方特色的小商品。当然，在街头小摊买东西时，一定要眼明心亮，仔细挑选，还可以讲讲价钱。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：铜锅涮羊肉 晚餐：X  |
| **住宿** | 中卫 |
| **D4** |
| **行程详情** | **中卫--腾格里沙漠（60KM 约1.5小时）--张掖（530KM 约5.5小时）**早餐后前往内蒙古阿拉善左旗，游览【通湖草原】（参观2小时）这里群沙怀抱，沙峰林立、起伏错落、一望无垠，金灿灿、亮闪闪，如大海波涛从四周漫卷而来，却突然如着了魔法一般被茵茵绿草、汪汪湖泊锁定，形成了方圆近百里的沙漠湿地草原。在茫茫无涯的翰海中，这不能不说不是一个奇迹！况且这里还是古丝绸之路北路要塞，古商道、古盐道、大盛魁古驼道……；还有古长城、古战场、古买卖城遗址，流传千古的故事和传说以及世世代代在马背上繁衍生长、与草原休戚与共的沙漠牧民，因此，被誉为“大漠中的伊甸园”名副其实。后乘车赴沙坡头（30KM 约40分钟），抵达后游览【沙坡头国家级自然保护区】位于宁夏回族自治区中卫市城区西部腾格里沙漠的东南缘。沙坡头集大漠、黄河、高山、绿洲为一处，具西北风光之雄奇，兼江南景色之秀美。有中国最大的天然滑沙场，有横跨黄河的“天下黄河第一索”，有黄河文化代表古老水车，有黄河上最古老的运输工具羊皮筏子，有沙漠中难得一见的海市蜃楼。可以骑骆驼穿越腾格里沙漠，可以乘坐越野车沙海冲浪，咫尺之间可以领略大漠孤烟、长河落日的奇观。后乘车赴张掖（530KM 约5.5小时），抵达后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 张掖 |
| **D5** |
| **行程详情** | **张掖--嘉峪关（230KM 约3小时）--敦煌（380KM 约5小时）**早餐后参观【丹霞地貌景区】（不含区间车，游览时间约2小时），中国最美的丹霞地貌之一。以颜色五彩斑澜而著称。张艺谋导演的 2010年贺岁片《三枪拍案惊奇》的拍摄地。红、灰、白、青、紫、灰黑、灰 蓝，曼妙多姿的色彩就在你的脚下，在阳光的照耀下更是绚烂多彩。后乘车赴嘉峪关，抵达后游览参观游览【嘉峪关城楼】（不含电瓶车30元/人，必消）河西第一隘口，古丝绸之路上的必经关隘，素有“天下第一雄关”之称。与远隔万里的“天下第一关”山海关遥相呼应，名动天下。后乘车赴敦煌，抵达后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：嘉峪关汽锅鸡 晚餐：X  |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D6** |
| **行程详情** | **敦煌-莫高窟（12KM、约20分钟）-鸣沙山（11KM、约20分钟）**早餐后参观我国著名的四大石窟之一【莫高窟】（应急B票、参观约3-4小时，如应急票不售卖，出A票补138元/48元每人）1987年被联合国教科文组织列为世界文化遗产，以丰富多彩的壁画著称于世。敦煌壁画容量和内容之丰富，是当今世界上任何宗教石窟、寺院或宫殿都不能媲美的。环顾洞窟的四周和窟顶，到处都画着佛像、飞天、伎乐、仙女等。有佛经故事画、经变画和佛教史迹画，也有神怪画和供养人画像，还有各式各样精美的装饰图案等。数量众多，堪称是一座大型博物馆。后游沙漠奇观【鸣沙山、月牙泉】（参观2-3小时）鸣沙山和月牙泉是大漠戈壁中一对孪生姐妹，“山以灵而故鸣，水以神而益秀”。游人无论从山顶鸟瞰，还是泉边畅游，都会骋怀神往。确有“鸣沙山怡性，月牙泉洗心”之感。后入住酒店。温馨提示：1、鸣沙山是参与性较强的景区，娱乐项目较多，请尽量选择安全性较高的项目参加；鸣沙山骑骆驼时不要大声尖叫和打伞以免骆驼受到惊吓，抓紧扶手，特别注意，不要转身拍照；滑沙时最好不要随身携带照相机、手机等贵重物品，以免损坏或丢失。2、游览鸣沙山时紫外线较强、请做好防晒、建议戴墨镜和帽子。3、莫高窟预约及购票1）提前30天开放预约，团队参观时间会按照订单签约时间依次进行预约，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的问题，甚至个别无票情况，我社会安排西千佛洞及敦煌博物馆代替。给您带来不便，敬请谅解！2）莫高窟是集珍贵性、脆弱性为一体的世界文化遗产，需要我们精心的呵护。在参观过程中遇到因降雨、沙尘天气导致洞窟暂停开放，请您配合工作人员的安排，如延时开放，则推迟参观计划，如无法参观则按莫高窟规定退还门票费用。4、莫高窟参观时间以预约时间为准、可能会根据预约时间调换参观顺序。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：大梦敦煌宴 晚餐：X  |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D7** |
| **行程详情** | **敦煌-水上雅丹（500KM 约7小时）-大柴旦（240KM 约3小时）**早餐后乘车赴水上雅丹，途经【南八仙】是世界最大最典型的雅丹景观之一，分布面积达千余平方公里。因其奇特怪诞的地貌，被世人视为魔鬼城，别具一格。途径【俄博梁】的边缘，从俄博梁的山梁上往下望，戈壁上有大量的龟背型的雅丹，看上去就像一个个敖包一样，“敖包梁”由此得名，后来逐渐逐渐就叫成“俄博梁”了。抵达后前往水上雅丹【乌素特水上雅丹】（不含区间车），近距离在湖边可以看到各式各样的雅丹地貌。是一种奇特的风蚀地貌。由于亿万年的地质变迁，因褶皱而隆起和因断裂破碎的裸露第三级地层在外因力的长期作用下，吹蚀一部分地表物质形成的多种残丘和槽形低地。后乘车赴大柴旦，后入住酒店。温馨提示：1、此天途经之地较为偏僻，无推荐餐厅，可以提前自备便携式干粮（牛奶、面包、巧克力、水果等食物）。沿途视当日交通情况及进度，安排1-2次停车休息。2、青海属于高海拔地区，部分贵宾可能会有高原反应，一般情况下高原反应的症状在两天之后会自动消除，可以自备一些防治高原反应的药物以保证夜间高质量的睡眠，减少晨起的头痛；特别提醒：此天多为无人区、无服务区、多为旱厕、建议备伞。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 大柴旦 |
| **D8** |
| **行程详情** | **大柴旦-茶卡（400KM 约5小时）**早餐后参观【翡翠湖】（不含区间车），是韩延导演的影片《送你一朵小红花》的拍摄地，因湖水在阳光下清澈湛蓝，色如翡翠，故得名“翡翠湖”。翡翠湖的颜色和湖中所含的矿物质浓度以及以天气情况相关，不同的时间段翡翠湖的颜色会有所不同。乘车赴茶卡，抵达后参观游览【茶卡壹号·盐湖景区】（不含区间车），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，探求湖底世界的神秘，领略涨潮后湖面上留下的滚滚盐涛奇观。茶卡盐湖以其生产、旅游两相宜而在国内外旅游界和青藏高原风光游中享有较高知被国家旅游地理杂志评为“一生必去的55个地方”之一。随后出发前往黑马河（80KM，约1.5小时、一级公路），欣赏【日落】（视天气情况而定）、在黑马河边观青海湖最美日落，这样的湖边少了喧嚣，变得宁静无比。夕阳淡淡的洒再水面上，微风轻轻拂过，带着青海湖特有的味道。独家赠送草原大礼包。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：雪域珍品宴 晚餐：X  |
| **住宿** | 茶卡 |
| **D9** |
| **行程详情** | **茶卡-青海湖（150km，约2.5小时）--西宁（150KM 约2.5小时）**早餐后出发前往【青海湖】（150km，约1小时车程），不到青海湖，就没有到青海，这里是中国最大的内陆咸水湖，中国鱼雷发射训练基地，是藏族人心中的圣湖，雪域高原的圣洁，给予了青海湖非同一般的清澈，每年7/8月，湖水被油菜花海包围，碧绿的湖水在金黄油菜花的陪衬下，如同少女穿上了花裙，雪山倒影，白云斜挂，唯美而典雅，湖水常年约230种鸟类，100万只水鸟在此栖息，鸟鸣响彻云霄。湖中更是珍贵鱼类湟鱼的盛产之地，湖中海心山，寺庙古刹，牛羊成群，乘船登岛，别有一番意境。随后前往西宁（150KM 约2.5小时车程），车览文成公主进藏的必经之路【日月山】日月山是我国自然地理上的一条非常重要的分界线，是青海农区和牧区的分界线。故有“西海屏风”、“草原门户”之称。后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：四海八荒藏王宴+歌舞 晚餐：X  |
| **住宿** | 西宁 |
| **D10** |
| **行程详情** | **西宁--兰州（220KM 约3.5小时）**早餐后参观【塔尔寺】（不含讲解费和区间车），中国藏传佛教格鲁派创始人宗喀巴佛陀的诞生地，黄教六大宗主寺之一，全国重点文物保护单位，历史上，第三，四，五，七，十三，十四世达赖喇嘛，第六，九，十世班禅大师均在此驻锡过。塔尔寺位居莲花山坳之中，金盆养鱼之地，他是信徒们向往的圣地，栩栩如生的酥油花，绚丽多彩的壁画和色彩绚烂的堆绣被誉为“塔尔寺艺术三绝”，寺内还珍藏了许多历史，文学，哲学，医药，立法等方面的学术专著。这里不仅是佛教圣地，更是人类文明璀璨的艺术殿堂，也是藏族培养人才的高级学府。后乘车前往西宁（30KM 约40分钟），后出发前往兰州，抵达后车览【黄河风情线】是甘肃省兰州市的核心景区、以中山桥为中轴，以黄河两岸风光为依托、依山就势、巧夺天工的滨河风景区、被南来北往的客人称为"兰州外滩"。后入住酒店。晚赠送自行参观云端兰州之巅、313米高空俯瞰兰州全景：风光旖旎，浮云飘过，伸手摘云，看遍天地颜色，站在高空俯瞰整个城市，也许惊艳 也许皎洁。河景与城景。放眼眺望，从错落有致的红瓦绿树，到高楼耸立的繁华都市，再到沉默与欢腾交织的黄河；从晴朗的山、河、云，到入夜后的灯火与星辰，随着观光者的移步，只需在城市观光厅环绕一圈，不同姿态的兰州就尽收眼底，是当之无愧的“兰州之巅”。温馨提示：1、晚上可自行前往正宁路夜市：（营业时间 19:00-凌晨 02:00）品尝老马牛奶鸡蛋醪糟、酿皮、 烤黄河鲤鱼、菠菜面、灰豆子、甜胚子、羊肠面 、炙子马特色烧烤、嘉峪关烤肉、羊杂碎、羊脖子、羊肉泡馍！ 2、今天会有退站司机联系您、若无联系请提前联系导游。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 兰州 |
| **D11** |
| **行程详情** | **兰州送站**早餐后适时送团返回目的地，结束愉快旅程。温馨提示：1、临行前请旅客检查个人随身物品是否齐全！2、我社已代定酒店至机场单趟拼车接送，请根据时间提前退房。3、酒店退房时间为中午12点、出发时间是在12点后的，请提前退房，再根据车站班次时间自行安排活动、请提前2-3小时前往车站、以免误站。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |
| **D12** |
| **行程详情** | **抵达目的地**抵达目的地，结束行程。 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 交 通：苏州—银川 兰州—苏州 火车硬卧，优先中下铺行程内大巴车保证一人一座，不提供座次要求；因沿线有行车公里数限制及部分路段维修，易发生堵车，发车时间均较早，行程内标注出发及行车时间均为预计，具体情况可能略有不同；行程内所有自由活动期间及行程外均不含用车。请予以理解。 导 游：当地优秀持证中文导游服务。住 宿：全程高档型酒店、西宁升级一晚豪华型酒店，西北条件有限，酒店热水分时段供应，青海大部分酒店无空调、带独立卫生间。我社不提供自然单间、单人报名，我公司安排拼房，如游客要求一个人住房，需补房差。客人自愿放弃住宿、费用不退。如我社提供的参考酒店无法接待的情况下，我社可以协商安排其他酒店！用 餐：全程含9早8正、早餐由酒店提供、不吃不退；正餐标30元/人/正，正餐十人一桌、八菜一汤，特色餐50元/人、不吃不退。一桌不足十人菜量会根据实际人数安排（不含酒水）。客人自行取消用餐，餐费不退。用餐备注：景区一般地处偏远，餐标相对大城市较差，藏区海拔较高，米饭有夹生现象，团餐以蔬菜为主，不习惯者请提前自备佐食，因整体餐费不以个人用餐与否减少，自愿放弃用餐无费用可退， 敬请谅解。特别说明：1、接送站免费赠送，无导游、自愿取消安排接送机服务费用不退！2、所有景区视情况而定、有可能会调整参观先后顺序、敬请谅解。 |
| **费用不包含** | 不含必消景交243元/人当地支付导游天空壹号 小火车环线60 （必消项目）塔尔寺 区间车35元/人、讲解费20元/人起（必消项目）丹霞区间车 38元/人 （必消项目）嘉峪关区间车 30元/人 （必消项目）水上雅丹 区间车60元/人（必消项目）本行程可能涉及自费一览，客人自由选择，绝无强迫消费： 仅供参考西夏王陵   区间车20元/人沙坡头 快艇+皮筏组合 120 元/人通湖草原 篝火晚会120元/人，骑马35元/半小时/人鸣沙山 电瓶车 骑骆驼100-120元/人，翡翠湖 区间车60元/人。敦煌演出 《敦煌盛典》268元/人起  《又见敦煌》318元/人青海湖 游船140-180元/人特色美食 敦煌大漠风情宴1880元/桌 烤全羊1980元/只起 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 身份证 |
| **退改规则** | （一）乙方在行程前30日以内（不含第30日，下同）提出解除合同的，向甲方退还全额旅游费用（不得扣除签证／签注等费用），并按下列标准向甲方支付违约金双方没有约定的，按照下列标准承担违约责任。（1）行程前7日至4日，支付旅游费用10％的违约金；（2）行程前3日至1日，支付旅游费用总额15％的违约金；（3）行程开始当日，支付旅游费用20％的违约金；如上述违约金不足以赔偿甲方的实际损失，乙方应当按实际损失对甲方予以赔偿。乙方应当在取消出团通知到达日起 7 个工作日内，向甲方退还全额旅游费用并支付违约金。（二）甲方逾期支付旅游费用的，应当每日按照逾期支付的旅游费用的 2 %,向乙方支付违约金。（三）乙方具备履行条件，经甲方要求仍拒绝履行合同，造成甲方人身损害、滞留等严重后果的，甲方除要求乙方承担相应的赔偿责任外，还可以要求乙方支付旅游费用 0 倍（1倍以上3倍以下）的赔偿金。（四）其他违约责任： 暂无 |
| **报名材料** | 身份证 |