**探秘地球之心~五湖穿越➕顶配宁夏全景】双卧10日行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 0011749176282x0 | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 10 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | ❤️6大5A+6大4A景区❤️2晚挂牌4星+1晚4钻+4晚3钻酒店❤️5大特色餐 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **出发地-西安**  根据票面出发时间提前一小时前往火车站，赴塞上江南，开启神奇宁夏之旅！ |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **西安→崆峒山→平凉**  ➢ 早导游西安站出口接团（导游提前一天电话或短信通知，请注意查收，由于火车到达时间不一，提早到的客人请配合导游安排赴后续入住宾馆等候）后乘车前往平凉，游览【崆峒古镇】（约1-1.5小时）品尝当地特色小吃美食，古镇整体设计为仿明清建筑风格，均为一至二层别墅式组群，相互对应，各具特色。四面城门创意性恢复了古平凉城门，其间道路纵横交织，流水环绕，景点景观镶嵌其中，既展示出崆峒文化的博大精深，又体现了南方园林的秀丽优美，把传统的人文景观和人与自然和谐的生态环保理念贯穿其中。古镇暖、通讯网络及电信宽带等基础设施同步配套。崆峒古镇.问道驿站划分为五个功能区，集餐饮、住宿、娱乐、购物、休闲于一体，既有传统名优小吃和农家特色食品，又有中西特色的酒吧、咖啡屋后游览国家级风景名胜区、5A级景区【崆峒山】（约3小时左右，景交64元/人自理) 崆峒山以其峰林耸峙，危崖突兀，幽壑纵横，涵洞遍布，怪石嶙峋，蓊岭郁葱，既有北国之雄，又兼南方之秀的自然景观，被誉为陇东黄土高原上一颗璀璨的明珠。又因相传为仙人广成子修炼得道之所，人文始祖轩辕黄帝曾亲临问道广成子于此山而被道教尊为"天下道教第一山"。近年来，海内外旅游者纷至沓来，使其知名度越来越高。 自古有“西来第一山”、“西镇奇观”、“崆峒山色天下秀”“天下道教第一山”等美誉。游览结束后，入住酒店！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 平凉/固原 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **固原→【红军长征纪念园】→【通湖草原】→中卫**  ➢ 酒店早餐后，乘车前往宁夏境内黄土高原上的绿岛【六盘山】，前往参观【六盘山红军长征纪念馆】（约1.5小时，景交30元/人自理）毛泽东1935 年 10 月率领中央红军登上六盘山，凭临秋风，遥想走过的艰难历程，展望革命未来，毛泽东吟出了气壮山河的壮美诗篇《清平乐.六盘山》。【走长征路】依山而建的“红军小道”全长 2.5 公里，途中设有 18 处长征途中重大历史事件为主题的萎缩景观。沿着小道蜿蜒而上，既可切身感受当年红军长途跋涉的艰难困苦，又能通过景观了解长征历史。用脚步丈量长征历程，用心灵感悟红军精神。结合小道上的不同场景，精心编排了实景演出。➢ 中午【吃一顿红军餐】深切感受红军的生活，警醒大家不忘过去，居安思危，继续发扬艰苦朴素的作风和无畏坚信，向着目标矢志不移的精神。➢ 下午乘车前往宁夏与内蒙交界处，游览国家AAAA级景区【通湖草原】（约2小时），这里被中外游人喻为沙漠中的“伊甸园”，草原、沙漠、湖水形成天然美景，空气清新，牛羊成群，与洁白的蒙古包融合成一幅迷人的画卷。后赴中卫，入住酒店！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 中卫 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **中卫→沙坡头→五湖穿越→银川**  ➢ 酒店早餐后，乘车前往游览集大漠、黄河、高山、绿洲为一体，既具西北风光之雄奇，又兼江南景色之秀美—的国家5A级旅游景区【沙坡头】（约3小时，景交自理40元/人）站在沙坡头往下望去，农田纵横满目葱郁，黄河呈S型奔流而过，灌溉出这片富饶的土地。黄沙一片，连接着中国第四大沙漠-腾格里沙漠，可让人近距离感受大漠风光的壮阔广袤，雄浑气象。➢ 下午乘车赴内蒙阿拉善盟，换乘越野车游览【五湖穿越】（约3-4小时）腾格里沙漠总面积约4.3万平方公里，为中国第四大沙漠，腾格里沙漠内部沙丘、湖泊、草滩、山地、残丘及平原等地形交错分布，整个腾格里沙漠有记载的湖盆共四百多个，今天您畅玩的五湖只是其中的代表作。乘坐炫酷的沙漠冲浪车进入腾格里沙漠，开始惊险刺激的“五湖穿越”之旅。您第一个看到的湖泊是【吉他湖】，因形似一把吉他而命名，在这里沙漠与湖泊交融，形成一幅魅力十足的水“漠”画。拍照结束后继续前行到达【骆驼湖】，这是沙漠中第二个粉色湖泊，它是此次旅途中最美的一个绿洲，全长10公里左右，有成群的骆驼、牛、羊以及芦苇荡、牧民家，人与自然和谐共处的画面美的令人窒息，盐碱湖在沙与水的映衬下别有韵味。停留拍照后继续狂野冲浪5公里，抵达腾格里沙漠的核心天然绿洲【乌兰湖】，在广袤无垠的沙漠之中，一片未经开发的原生态红色湖泊，鲜红的湖水像血液一样在地表上流淌，而湖面的形状犹如一颗跳动心脏印在大地之上……随后抵达【蛋黄湖】，因形似蛋黄而得名，湖边水草肥美，景色宜人，是驻足拍照打卡的好地方。后前往【海骝琪湖】，这里无疑是沙漠中得天独厚，在这片碧绿的湿地草原上，骏马和羊群就像绣在绿色缎面上的彩色图案一样美。高耸的沙丘，蔚蓝的湖泊，曼妙的沙漠曲线都在您的脚下…… |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 银川 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **银川→沙湖→贺兰山岩画→览山公园→大阅城夜市→银川**  ➢ 酒店早餐后，乘车赴国家5A级景区【沙湖旅游区】（ 往返游船70元/人自理，约3小时）， 在这里大漠金沙的豪放粗犷与碧湖苇荡的恬静秀美天然的融合在一起，构成一派大漠水乡的沙湖奇观,湖水、 沙山、芦苇、飞鸟、游鱼、荷塘在毛乌素大漠之上，营造出中国绝无仅有的胜地。后前往游览【贺兰山岩画】（约2小时，景交10元自理） 属全国重点文物保护单位，国家AAAA级旅游景区、全国研学旅游示范基地，是中国游牧民族的艺术画廊。贺兰山在古代是匈奴、鲜卑、突厥、回鹘、吐蕃、党项等北方少数民族驻牧游猎、生息繁衍的地方。他们把生产生活的场景凿刻在贺兰山的岩石上，来表现对美好生活的向往与追求，再现了他们当时的审美观、社会习俗和生活情趣。后赴网红打卡地【览山公园】（约1小时）赏欧式风格建筑，览山公园露天剧场主体造型为仿古罗马斗兽场风格。是眺望贺兰山的好去处，当然，这里的日落也很美，是一处观看塞上湖城银川景观之地!后赴【大阅城观光夜市】（约1小时）有一千双手，就有一千种味道，中国烹饪，难以复制，从深山到闹市，厨艺的传授成就着中国本十乡愁的不断延续。一条黄河，见证了宁夏的成长，在这座城市南北杂糅，包容开放的味觉历史中，宁夏味道却自成一家，宁夏观光夜市在宁夏记忆中慢慢走来，马记水饺、辣糊糊、凉皮子、羊肉串、酱羊蹄满足您的味蕾体验。后赴酒店住宿❤银川市区著名建筑：鼓楼、南门、玉皇阁、团结路景观大道、南关清真寺、海宝塔、宁夏博物馆❤银川美食夜市：南关清真寺牛街夜市、敬德街夜市、鼓楼尚街夜市、大阅城宁夏观光夜市；❤银川美食：牛街、小叶手抓、老毛手抓、国强手抓、百草滩羊刷羊肉、德隆楼涮羊肉、红柳枝烤肉等各类烧烤交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 银川 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **银川→水洞沟→西夏王陵**  ➢ 酒店早餐后，前往游览【西夏王陵】（约3小时，往返电瓶车和4D电影共45元/人自理）西夏王陵是我国现存规模最大、地面遗迹保存最为完整的帝王陵园之一，是我国最大的西夏文化遗址，也是宁夏最重要的一处历史遗产和最具神秘色彩的文化景观。在我国119处国家重点风景名胜区中，西夏陵风景名胜区是唯一的以单一的帝王陵墓构成的景区，由于八九百年来自然和人为的原因，地面建筑遭到破坏但遗迹尚存，尤其是9座王陵陵台和已探明的140多座陪葬墓交错有序、星罗棋布地散落在贺兰山麓的冲积扇上，仍可见昔日的辉煌。➢ 下午乘车参观被誉为“中国史前考古发祥地”之称的【水洞沟】（约3小时，景交自理100元/人，含游船、驼车、驴车、拖拉机、藏兵洞）跟着讲解员，聆听三万年前人类在此繁衍生息的故事，后穿过芦苇荡映入眼帘的是红珊湖，抵达码头后乘坐电瓶船，游荡在湖水之间，随后乘坐驴的前往藏兵洞，一路欢歌笑语，运气好的话还能听到赶驴车的爷爷给咱们哼唱几句西北民歌，不胜美哉。游览结束后，乘车前往吴忠，入住酒店！后付-吴忠市，逛【光耀美食街】（约1小时）浪宁夏，寻味道，吴忠光耀美食街最有烟火气的地方，在这里你可以品尝到地道八宝茶、杜优素羊杂等非遗文化美食，手抓羊肉、清炖羊肉、吴忠早茶、凉皮等。 结束后入住酒店休息。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 吴忠 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **吴忠→黄河大峡谷→庆州古城→庆阳**  酒店早餐后，前往游览【黄河大峡谷】 （约1.5小时，往返船票自理50元/人）又名青铜峡108塔，位于青铜峡水库的西岸，是大型喇嘛塔群之一。塔群共108座，坐西朝东，背山面水，随山势起伏而建，从上到下按奇数排列成一个三角形的塔阵。这座塔群是佛教的纪念塔，佛教认为人有108种烦恼，为了消除人生众多烦恼，善男信女持108颗贯珠，念108遍佛经。➢ 中餐后，乘车回前往甘肃庆阳，游览【庆州古城】（约1小时）一座活着的千年古城，岐伯和皇帝在这里研发了岐黄之术,黄帝内经在这里诞生,神农氏在这里指导人寻医看病，在庆州古城可以看窑洞，可以登高看风景，可以逛古城吃美食，可以体验高空玻璃栈道、漂流等项目，可以玩很多游乐设施，可以在任何一个精致的拍照点合影。走过，踏寻历史遗迹，感受庆州古城的历史，感受繁华中的悠然！后乘车前往庆阳市，入住酒店！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 庆阳 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **庆阳→回民街→大雁塔/大堂不夜城→西安**  酒店早餐后，赴古都西安，车览世界保存最完整的古代城垣【西安城墙】，明朝初年在明太祖朱元璋的政策“高筑墙、广积粮、缓称王”的指导下在唐皇城的基础上建成的，墙高12米，顶宽12-14米，底宽15-18米，轮廓呈封闭的长方形，周长13.74千米，列全国第二，与平遥城墙、荆州城墙、兴城城墙并列为中国现存最完好的四座古城墙。城墙周围有护城河环绕，著名的西安钟鼓楼就位于城墙中心。游览【回民街】（约1-1.5小时）自由品尝当地特色美食，西安回民街是西安著名的美食文化街区，是西安小吃街区。回民街所在北院门，原为清代官署区。90年代末，部分回民在此街租房经营餐饮，莲湖区遂改向餐饮街方向，北院门遂成为回民街。西安回民街作为西安风情的代表之一，是回民街区多条街道的统称，由北广济街、北院门、西羊市、大皮院、化觉巷、洒金桥等数条街道组成后车览【钟鼓楼】，赴5A【大雁塔】景区（约1小时，外景参观不灯塔），赏亚洲最大的音乐喷泉广场，整个广场以大雁塔为中心轴三等分，中央为主景水道，左右两侧分置"唐诗园林区"、"法相花坛区"、"禅修林树区"，南端设有观景平台。音乐喷泉位于广场中轴线上，南北最长约350米，东西最宽处110米，分为百米瀑布水池、八级叠水池及前端音乐水池三个区域，表演时喷泉样式多变，夜晚在灯光的映照下更显多姿。最后游览中国十大高品位文化步行街【大唐不夜城】（约1小时）一个耗资50亿打造的新唐人街，整条街由大唐群英谱、贞观之治、武后行从、霓裳羽衣、雁塔题名、开元盛世等13组大型文化群雕贯穿其中。还有专门为这条街量身打造的璀璨绚烂的景观灯，结合周围恢弘大气的精致仿唐建筑群，以及每隔50米一组不同风格各色驻场乐队，近距离观摩“石头人”“不倒翁”“飞天”“画中仙”等真人秀！沉浸其中，拍照不停，兴奋不能自拔，宛如梦回盛唐！后赴酒店休息。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 西安 |
| **D9** | |
| **行程详情** | **西安-返回**  睡到自然醒，早餐后自由活动，推荐可自行赴【永兴坊】【陕西历史博物馆】【碑林】【兴庆宫】【小雁塔】【西安古城墙】【汉城湖】【钟鼓楼广场】【回坊文化仿古一条街】【大明宫国家遗址公园】【大唐芙蓉园】等...观光游览，后根据返程时间赴火车站返程，结束美好旅程。（本日不提供车、导，常住宾馆位于西安站旁，步行即可到达，请最迟于下午14点前退房或行李寄存前台，超时付费，敬请配合）交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车 |
| **D10** | |
| **行程详情** | **抵达**  抵达 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1. 交通： 往返火车硬卧票+当地空调旅游大巴（不指定下铺/车次/车厢/时间，如需指定+100元/人，如有特殊需求，我社不予代办，往返大交通可退票款自理。大巴根据实际人数灵活调配，保证一人一正座，全程对号入座，按报名先后顺序排列，不接受晕车靠前安排，如指定前两排，出发前+100元/人）2. 住宿：2晚挂牌四星酒店+1晚携程四钻酒店+4晚携程三钻或挂牌三星酒店（择优安排不指定）(1) 四星酒店参考：银川贺兰国际大酒店/平凉宾馆或同级(2) 四钻酒店参考：中卫隆城/固原瑞丰国际/吴忠峰派智能酒店或同级(3) 三钻酒店参考：平凉：祥丰大酒店/途窝假日酒店或同级中卫：儒雅轩酒店/西部大酒店或同级银川：兰花桦酒店/鄂尔多斯酒店或同级吴忠：时兴酒店/易斯特宾馆或同级庆阳：宏宸/怡豪精品酒店或同级西安：天忆酒店或同级(4) 三星酒店参考：吴忠：锦都饭店或同级西安：金瑞大酒店或同级（单房差680元/人，只补不退，西北经济条件落后，接待设施无法与发达地区相比，请理性看待，如行程提供标准无法满足您的入住要求，请定团时自补差价升级住宿标准。因旅游者主观要求标准不同，酒店未达到个人住宿要求标准的不属于旅游行程质量范畴。遇特殊原因，如天气，交通，地面，酒店接待能力，可能变更住宿地点，标准不变，介意者请慎重报名）3. 用餐： 7早7正（其中升级5大特色餐：九碗十三花+回族家宴+忆苦思甜红军餐+黄河鲤鱼宴+枸杞宴），另一正餐四星宾馆内40元标准，一简餐30元标准，所有用餐不吃不退，十人一桌，八菜一汤，不足十人菜量递减4. 导服：含当地七天导游服务费（30元/人）5. 购物：全程真纯玩/无购物6. 保险：旅行社责任险，强烈建议购买旅游意外险 | | |
| **费用不包含** | 1、当地景交自愿自选自理：五湖穿越越野车230元、沙坡头景交40元、西夏王陵45元（含往返电瓶车和4D电影）、水洞沟100元（含游船、驼车、驴车、拖拉机、藏兵洞）、黄河大峡谷80元（往返游船+往返电瓶车）、沙湖游船70元、贺兰山岩画景交10元、崆峒山景交64元，六盘山红军长征纪念馆景交30元2、付费景点大门票补差：（凭有效证件精确到年/月/日核算，军人证/残疾证免票，学生证半票，此门票价格仅供参考，具体金额以当天景区公示价格/景区优惠政策为准，不得要求导游逃票、混票、免票，全陪必须持有导游证方可免票。如遇道路封控、临时景点关闭、堵车晚点、火车晚点等不可抗力原因，部分景区无法参观则调整替换为其它景区，旅行社不承担任何退费，如有景点不参观可随车等候，敬请理解与配合！）景点 门票 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **退改规则** | 1、游客报名时，务必提供身份证原件或照片，否则因个人提供信息有误导致出错票，损失由游客承担；游客出行务必携带有效身份证件，若享受优惠的游客年龄不符合或忘带证件，则差价自理2、如遇人力不可抗拒因素造成的行程延误或变更，旅行社不承担由此造成的损失和责任，所产生的费用由客人自理；游客因个人原因临时放弃游览、用餐、住宿等，造成实际损失的我社不退任何费用。3、在旅游结束前，请如实填写《意见反馈单》，并做为最终依据。如在旅游期间有不满意情况请及时拨打投诉服务电话，如在当地未反馈不满意见或不签意见反馈单，返程后投诉概不受理！4、景区内、服务区、餐厅出口等购物场所，不属于购物店，请自行甄别，如有购买与我社无关5、退团说明：a、若因我社不成团导致退订的，7日外我司不承担任何赔偿，7日以内根据旅游法规定赔偿。b、若因游客自身原因退订的：15日以上无损，15-7日内退订的，游客需自行赴火车站退票，另需承担当地车导损失700元；7日-3日内退订的，自行退票+承担往返大交通损失+当地车导损失700元；3日以内退订的需自行退票+承担往返大交通损失+当地车导损失700元+房间损失680元。6、以上行程供参考，届时在保证不减少景点、不降低服务标准的情况下，旅行社可根据实际情况和火车时刻点对行程顺序做出相应调整；火车具体开行、抵离时间以铁路局最后命令和站内调度为准；若火车晚点或早到，旅行社并无违约，负责协调，根据实际情况对行程进行调整，并不减少景点，不降低服务标准，但不承担经济赔偿。 |