**寻梦香巴拉—秘境甘南6日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GN1691118723Sq | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 甘南藏族自治州 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 汽车 | **返程交通** | 汽车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 寻梦香巴拉—秘境甘南6日游产品特色：世界藏学府-拉卜楞寺该寺创建于1710年，经历代嘉木样的兴修、扩建，现已成为甘、青、川地区大型的藏族宗教和文化中心，是中国藏传佛教格鲁派(黄教)六大宗主寺之一。一步跨两省-郎木寺“郎木”在藏语中有“仙女”的意思，因传说曾有仙女化为山上的一块岩石而得名。郎木寺是藏传佛教寺院，早年曾盛极一时，后日渐萧条。寺前有一座小山，形状酷似僧帽；寺院的东西两面均为高峻挺拔的石壁；周围不远处有大片松树林，景色殊佳。九曲黄河第一湾黄河发源于青海巴颜卡拉山自西向东，迂回曲折，在四川若尔盖县唐克乡与白河汇合，形成了壮美的九曲黄河大转弯，隔河与甘肃省相望。九曲黄河弯岛屿众多，红柳成林、水鸟翔集、渔舟横渡，形成“落霞与弧鹜齐飞，秋水共长天一色”的美妙景致， 高原明珠-花湖 若尔盖花湖位于若尔盖县城以北35公里的热尔大坝草原，岸边芦苇茂密，因湖中盛开的一种白色小花而得名花湖。此外，这里还是观看国家一级保护动物黑颈鹤的好去处。 花湖湖面辽阔，水下是深不可测的沼泽地，在阳光的照耀下，水面反射出不同的光彩，摄人心魄。天然石城-扎尕那扎尕那，藏语意为“石匣子”，是一座完整的天然石城，有“阎王殿”之称。其地形地貌既像一座规模宏大的巨型宫殿，又似用岩石修筑的一座完整的古城，堪称自然奇观。若干个世纪以来，这座天然石城作为洮迭古道边的一个重要驿站。 推荐当地美食：酸奶，糌粑，奶茶，牦牛肉，手抓羊肉，羊杂汤，烤羊肉串，烤全羊...... 【行程简介】日期行程餐住宿8月13日兰州-甘加 340KM 行车约4.5小时甘加-夏河 99KM 行车约1.5小时【甘加秘境】【桑科草原】夏河天珠国际大酒店8月14日夏河-扎尕那 270KM 行车约4.5小时【拉卜楞寺】早扎尕那云上俄界民宿8月15日扎尕那【扎尕那】【漫步藏寨】早扎尕那云上俄界民宿8月16日扎尕那-黄河第一湾 180KM 行车约3.5小时 黄河第一湾-若尔盖 65KM 行车约1小时【黄河第一湾】早若尔盖古格王朝大酒店8月17日若尔盖-郎木寺 82KM 行车约1.5小时【花湖】【郎木寺】早郎木寺国际大酒店8月18日郎木寺-合作 165KM 行车约3小时合作-兰州 230KM 行车约3小时【郭莽湿地】【米拉日巴佛阁】早 日期行程D1 兰州v甘加秘境v夏河早乘车前往夏河，新晋小众旅行目的地【甘加秘境】位于甘南藏族自治州夏河县的【甘加秘境】总面积达 131.23 平方公里，平均海拔 3000 米左右，是大部分人初到高原容易接受的海拔，所以甘加秘境也被称为“最容易到达的香巴拉”。独特的地质构造使得其蕴藏了崖壁、溶洞、峡谷、石林等高原景观；多个传承流世的教义古刹更为它增添一抹神秘色彩。后乘车赴【桑科草原】，可骑马驰骋与草原上……当天晚上入住夏河。温馨提示：1、甘南平均海拔3000米以上，属高原气候、温差大、空气稀薄,要带足衣物及随身用品。2、由于高原早晚温差较大，且气候变幻无常，需要及时增减衣，以免感冒。3、高原紫外线较强，太阳镜、太阳帽、防晒霜、护肤霜、长袖上衣、毛衣等，这也是甘南旅游注意事项之最重要的内容了！酒店：夏河天珠大酒店餐：交通：空调巴士D2 夏河v拉卜楞寺v扎尕那早餐后，乘车前往参观【拉卜楞寺】拉卜楞寺是藏语“拉章”的变音，意思为活佛大师的府邸。是藏传佛教格鲁派六大寺院之一，被世界誉为“世界藏学府”， 是甘南地区的政教中心，拉卜楞寺保留有全国比较好的藏传佛教教学体系！乘车前往扎尕那，抵达后入住酒店。温馨提示：1、拉卜楞寺进寺庙时要脱帽，忌讳吸烟、摸佛像、翻经书、敲钟鼓。对于喇 嘛随身佩戴的护身符、念珠等宗教器物，更不得动手抚摸。未经同意不能随便拍照。 不得动手摸弄 藏胞的头发和帽子，忌用有藏文的纸当手纸或擦东西。 酒店：扎尕那云上俄界民宿餐：早交通：空调巴士D3 扎尕那【扎尕那】扎尕那”是藏语，意为“石匣子”扎尕那山位于迭部县西北34公里处的益哇乡境内，是一座完整的天然“石城”俗有“阎王殿”之称。地形既像一座规模宏大的巨型宫殿，又似天然岩壁构筑的一座完整的古城。正北是巍峨恢弘、雄伟壮观、璀璨生辉的光盖山石峰，古称“石镜山”因灰白色岩石易反光而有其名；东边耸峙壁立的俊俏岩壁，凌空入云，云雾缭绕；南边两座石峰拔地而起，相峙并立成石门；再南至东哇、纳加一带，峭壁矗立，清流跌宕，水磨飞轮，流转不息。山势奇峻、景色优美，犹如一座规模宏大的石头宫殿。下午漫步扎尕那村寨、峡谷……温馨提示：1.拍摄当地居民时请最好获得同意，当地人多友善，可以试着与他们交朋友，避免粗暴的直接拍照。2.扎尕那民风还较为淳朴，但由于游人的出现已经开始有路边要钱的小孩，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送给他们一点小礼物作为感谢，请不要直接付钱，以免将淳朴的关系变成变了味的收费民俗表演。酒店：扎尕那云上俄界民宿餐：早交通：空调巴士D4 扎尕那v黄河第一湾v若尔盖 早餐后，后乘车前往参观【九曲黄河第一湾】俗话说：不到黄河心不甘，中外游客来都以饱览黄河九曲湾胜景为快，尤其以日落和日出的景致。傍晚，夕阳西下之时，黄河在夕阳下泛着红色的粼光，自由舒展地蜿蜒而行，那种雄浑的气魄与从容的风度，也只有九曲黄河湾才能拥有。游览结束后乘车前往若尔盖入住酒店。 温馨提示：1、因为西北夏季中午天气炎热进入高原地区一定要带上丝巾，帽子、太阳镜、防晒霜、水。2、游玩期间注意保管好随身物品，拍摄期间注意人身安全。3、拍摄当地居民时请最好获得同意，当地人多友善，可以试着与他们交朋友，避免粗暴的直接拍照。 酒店：若尔盖古格王朝酒店餐：早交通：空调巴士D5若尔盖v花湖v郎木寺早餐后乘车前往参观【花湖】，花湖是热尔大坝草原上的一个天然海子，花湖经典的时间是在五六月份，湖畔五彩缤纷，好像云霞委地，而湖中则开满了水妖一样的绚丽花朵，这种植物看起来平淡无奇，在雨水充沛的八月把纯蓝的湖水染成淡淡的藕色，时深时浅……后乘车前往参观【郎木寺】 郎木寺不仅是一座寺院的名字，也是一座古镇的名字。它同属四川和甘肃两个省，一条小溪“白水河”穿插其中。坐落在山坳里的郎木寺镇，静谧而又安详，僧众宁静悠然，一派佛界风光。另外郎木寺的住持的地位在藏区仅次于班禅。郎木寺为藏传佛教寺院，创建于公元1748年。经过历世活佛的创建、扩建，现有闻思学院、续部学院、时轮学院、医学院、印经院。游览结束后入住酒店。 酒店：郎木寺国际大酒店餐：早交通：空调巴士D6郎木寺v郭莽湿地v合作v兰州早餐后，前往【郭莽湿地】位于甘肃碌曲县尕海乡213国道旁的郭莽湿地，海拔3562米，一眼望去，无垠的草原，天高山远，水草丰美；弯弯曲曲的河流，纵横交错，九曲回转；漫山遍野的小花，咤紫嫣红，争相怒放；观景台上的黑颈鹤雕像，昂头引颈，展翅飞翔。站在观景台上，极目远眺，满目西北草原的豪放，令人荡气回肠。中午抵达合作，午餐后参观【米拉日巴佛阁】 游览结束后乘车返回兰州，入住酒店。 温馨提示：1.此天行车时间较长，请各位小伙伴带好零食变身成为精力充沛的超人哦！2.西北地区由于地域辽阔，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。3.因为西北夏季中午天气炎热一定要带上丝巾，帽子、太阳镜、防晒霜、水。 酒店：餐：早交通：空调巴士提示：以上行程时间表仅供您参考，有可能会因为特殊情况予以调整，如(堵车、恶劣天气、景点关门、突发事件等) 一、费用包含：1. 13座空调商务巴士；2. 住宿：全程5晚当地优选酒店，含酒店内早餐；（备注：甘南旅游环境特殊，酒店条件有限，比较落后，同档次酒店要比内地酒店低一档次，请勿拿内地酒店来衡量。）3. 用餐：全程5早，早餐为酒店餐厅用餐，不用不退；4. 门票：详见报价单5. 全程中文导游；6. 旅行社责任险、境内旅游意外险。7. 部分景区、高速服务区，酒店内设有购物场所，属于自行商业行为。二、费用不含：1. 单间差；（全程单间差）2. 全程不含正餐；3. 私人消费（如酒店内洗衣、电话、饮料、烟酒、付费电视、行李搬运及未提到的其它服务）、酒店押金、单间差或加床费用；4. 个人购物、娱乐等消费及自由活动期间交通、餐饮等私人费用；5. 旅游者因违约、自身过错、自行安排活动期间内行为或自身疾病所引起的人身和财产损失；6. 因气候或飞机、车辆、船只等交通工具发生故障导致时间延误或行程更改引起的经济损失和责任；7. 其他行程中以及上述“报价包含”条款中未列明的一切额外费用； 二、特别说明1、出发前一天请保持手机畅通，方便与您联系；2、行程中所列车程时间、游览时间等以当日实际所用时间为准。具体行程安排游览顺序，旅行社将根据当日地方交通、景区人流等情况在不减少景点和游览时间的情况下，旅行社有权调整行程景点的先后游览顺序与住宿的先后顺序，合理安排行程，敬请理解与配合；3、请您仔细阅读本行程(车程时间、服务标准、所含费用)，根据自身条件选择适合自己的旅游线路，出游过程中，如因身体健康等自身原因需放弃部分行程的，或游客要求放弃部分住宿、交通的，均视为自愿放弃，已发生费用不予退还，放弃行程期间的人身安全由旅游者自行负责；4、本线路价格为综合旅游报价，持有任何优惠证件的游客均不再享受景区门票的优惠政策；5、赠送项目/景区如因天气、景区停业、停电、游船停航、等不可抗因素导致不能赠送的或游客自愿放弃游览的，均无费用减退，敬请知晓；6、出团前请自备防晒用品，晕车药，常用药品（预防感冒,腹泻等疾病）等；7、贵重物品随身携带，以免丢失，请不要在车内吸烟、 吐痰或丢弃垃圾；旅途中不要过量饮酒，自由活劢时，请结伴出行，不要走的过远，请注意保管好自己的财物，如有财物丢失，旅行社不承担责任。8、为了自己的安全考虑，客人上车以后请务必系安全带，如不系安全带而产生的一切费用由客人承担，请知悉！9、为防范风险，减少自然灾害、意外事故等意外亊件给游客带来的损失，如发生不可归责于旅行社的意外伤害，旅行社不承担赔偿责任。强烈建议旅游者购买相应的个人意外保险和旅游意外伤害保险；10、部分景区、餐厅、酒店为方便游客自设有商场以及购物场所，商品销售场所作为景区、餐厅、酒店的附属设施，仅供了解当地特色文化之用，游客购物为个人自主行为， 并非旅行社安排的旅游购物店，涉及此类投诉我社无法受理，敬请知晓；11、凡身心健康，乐观向上者均可报名，有严重高血压、心脏病、哮喘病等易突发疾病及传染病、精神疾病患者谢绝参加，如有隐瞒病情者后果自负，且病情严重者我社有权劝退或终止合同。70周岁以上老年人须亲属陪同；12、请老年朋友根据自身情况备好常用药和急救药品。本产品年满70周岁客人必须提供《健康证明》并签订《免责协议书》。由于舟车劳顿、服务与接待能力所限等因素，本产品无法接待年龄超过80岁（含）高龄人群、孕妇等，请另行选择其它能适合其身体情况的旅游线路；13、请游客务必在当地认真填写《客人评议表》，接待质量是以该团大部分游客签署的《客人评议表》为依据，如游客在旅途中未提出异议则视为满意，恕不受理因游客虚填或不填而产生的服务质量后续争议以及与意见单不符合的投诉，返回后提出问题投诉责任自负。 游客申明：本人已详细阅读以上行程内容与接待标准，同意并遵守旅行社的调整与安排，并以此为合同副本。 客人签字： 日期： 注意事项：1、西北风沙大，昼夜温差大，注意穿衣；藏区内5/6/9/10月请准备抓绒冲锋衣或棉衣、薄羽绒衣，甘肃境内秋季外套即可；藏区内7/8月份早晚温差大需准备秋季外套，甘肃境内夏装即可。11月-次年4月建议准备厚羽绒服。2、沿途紫外线强，注意防晒，涂抹防晒霜，着防晒服。多饮水，夏季吃完水果后不要喝开水，以免腹泻；习惯喝热水的游客朋友建议携带一个保温杯。3、所有大陆籍的游客建议携带二代身份证出行，如需携带护照，请同时开具户籍证明出行，儿童请携带户口本出行，否则酒店无法办理入住，敬请谅解。请携带并妥善保管好个人有效证件、往返车票及其它个人财物。4、西北旅行景点之间距离较长，乘车时间较长，建议您携带好移动电源、常用药和感冒药以及雨具、备点小零食；穿舒适合脚、透气性较好的鞋。5、此线路平均海拔2000—4000之间，身体状况正常的内地游客一般不会出现高原反应，如实在担心可提前一周左右服用红景天；初到高原切勿激动，勿剧烈运动，勿暴饮暴食，勿过量饮酒或吸烟，请多饮水。6、保证行程描述景点不减少的情况下旅行社及导游有权根据实际情况调整景点的先后游览顺序！敬请您知晓并谅解！7、外出旅游，安全第一，旅游途中请听从导游人员安排，配合司机、导游工作。团友之间相互关照，少数服从多数。自由活动，请注意人身及财产安全。8、在藏区转经请按照顺时针的方向。对于随处可见的长跪朝圣者，请勿围观、拍照。9、初入藏区，尽管海拔较低，但因为早晚温差较大，晚上尽量不要洗澡，以防感冒。10、藏区属经济欠发达地区，当地酒店均无空调设备，请不要用内地标准星级酒店来衡量藏区的酒店；提示：行程中有任何问题都可以直接电话我方，祝您旅途愉快！！！ 另行付费旅游项目旅游补充协议甲方（旅游者或单位）： 乙方： 为丰富旅游者的娱乐活动及满足不同旅游者的需求，经双方协商一致且在不影响其他旅游者行程安排的前提下，由乙方协助安排甲方另行付费旅游项目，双方确认签署本协议，具体约定如下：一、相关约定：1.乙方特别提醒甲方，乙方所推荐的另行付费旅游项目,不一定适合所有旅游者参加。请甲方根据自身情况以及需求, 在“自愿自费”的前提下选择参加，乙方不得以任何理由强迫甲方参加。2.乙方推荐的有些另行付费旅游项目，是有限定最低人数以上参加的团队价格，如果报名参加人数未达一定数量时，则收费价格将视参加的人数而作相应调整或无法成行，乙方不承担违约责任。3.乙方所列的各项另行付费旅游项目的价格，已包含司导服务费、门票费、附加用车费及相关预定手续费、讲解费用等。甲方已明确知晓另行付费旅游项目的内容、收费标准及活动时间等，且完全理解另行付费旅游项目的参团人数限定。4.甲方交付费用后，如遇天气、突发状况以及不可抗力等因素造成另行付费旅游项目无法成行时，乙方将退还相关费用，乙方不承担违约责任。5. 本协议约定下，由乙方协助安排甲方参加自费旅游项目费用缴纳方式为：□ 在旅行途中发生的费用直接交带团导游；□ 如在团队出发前即协商确认的，则相关费用交组团社。6. 甲方参加非乙方安排或是在本协议约定以外的自费旅游项目导致的人身安全或财产损失，乙方将不承担任何责任。二、在签署本补充协议书之前，请甲方务必要仔细阅读且知晓全部内容；并在乙方人员向甲方详细说明本补充协议的具体内容及相关告知；且甲方已明确知晓和完全理解本补充协议内容，并愿意接受与遵守约定后再签署本补充协议。三、乙方特别提醒甲方签署代表人：签署本补充协议的甲方代表人，对自身的代理权真实性和合法性承担相应法律责任，并负有代表其他旅游者行使上述权利和承担负责将本补充协议全部内容转告未签名旅游者的责任。同时，须承担未签署者行使上述权利和义务的后果，承担未参加签署旅游者与乙方因本补充协议内容发生的一切纠纷的责任。四、本协议一式二份，双方各执一份，受组团社及地接社委托该团导游为乙方授权签字代表，甲方为旅游者本人（18周岁以下未成年人需监护人签名）。双方同意本协议以双方签字即生效。 \*\*\*行程中有任何问题都可以直接电话我方，祝您旅途愉快！！！\*\*\* 甲方签名： 乙方经办人签名：日期： 年 月 日 日期： 年 月 日 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 一、费用包含：1. 13座空调商务巴士；2. 住宿：全程5晚当地优选酒店，含酒店内早餐；（备注：甘南旅游环境特殊，酒店条件有限，比较落后，同档次酒店要比内地酒店低一档次，请勿拿内地酒店来衡量。）3. 用餐：全程5早，早餐为酒店餐厅用餐，不用不退；4. 门票：详见报价单5. 全程中文导游；6. 旅行社责任险、境内旅游意外险。7. 部分景区、高速服务区，酒店内设有购物场所，属于自行商业行为。 | | |
| **费用不包含** | 二、费用不含：1. 单间差；（全程单间差）2. 景区内区间车；3. 私人消费（如酒店内洗衣、电话、饮料、烟酒、付费电视、行李搬运及未提到的其它服务）、酒店押金、单间差或加床费用；4. 个人购物、娱乐等消费及自由活动期间交通、餐饮等私人费用；5. 旅游者因违约、自身过错、自行安排活动期间内行为或自身疾病所引起的人身和财产损失；6. 因气候或飞机、车辆、船只等交通工具发生故障导致时间延误或行程更改引起的经济损失和责任；7. 其他行程中以及上述“报价包含”条款中未列明的一切额外费用； | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **保险信息** | 黄河财险 |
| **保险信息** | 甘南6日游 |