**青甘大环线7晚8天跟团游行程单**

兰州、张掖、嘉峪关、敦煌、大柴旦、察尔汗盐湖、格尔木、茶卡 双飞8 日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | XM-纯美青甘 | **出发地** | 江苏省-南京市 | **目的地** | 新疆维吾尔自治区-乌鲁木齐市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | ◤如意甄选◢如意升级 西宁起止升级体验一程西宁-张掖动车，祁连山脉相伴，雪山、草原尽收眼底； 如意出行 6晚四钻酒店（可自选升级5晚五钻）+升级 2+1 陆地头等舱大巴，让您的旅途更舒适； 如意礼遇 精品20人团，质量保证，提前报名补差价可满足您莫高窟饱览8个洞窟A类票参观；如意畅游 一对一客服+行前攻略+线上管家服务，保证您行前无忧，导游全程景区内陪同讲解；如意承诺 兰州/西宁24H接机落地发车等候不超过30分钟，如进店赔付 5000 元/人，保障品质；如意之选 用心服务，细致入微，团队服务360000+人次；◤邂逅碧玺・察尔汗◢盐湖之上，澄澈蓝天与莹莹盐晶深情凝望。湖色似翠玉凝光，澄澈迷人，于天地间铺展。漫步湖畔，足踏盐滩，坚实且神秘。察尔汗盐湖，以绝世风华，静候与你共赴梦幻之约；◤FUN肆潮玩◢赠送【茶卡盐湖·天空壹号】无人机航拍视频，全方位记录盐湖美景，炫爆您的朋友圈；赠送【沙漠露营】深度体验不一样的沙漠玩法，短暂逃离城喧，开启预谋已久的快乐；◤品鉴千年文化◢品鉴世界闻名的文化遗产—【莫高窟】，欣赏一眼千年的精美壁画艺术；◤探寻极致美景◢不走寻常路 ，探访玉兔之眼【青海湖】，静静享受天然纯粹的美；遇见青海必去之一【茶卡盐湖天空壹号】欣赏高原盐湖天空之境的浮光掠影；打卡易烊千玺《送你一朵小红花》拍摄地【大柴旦翡翠湖】犹如各色宝石散落在雪峰之下；穿越【雅丹地貌】，拍摄西北戈壁无人区的独特大片；行摄张掖峡谷：欣赏人间落地彩虹【张掖丹霞地质公园】色彩斑斓的丹霞胜景；嗨玩沙漠奇观—【鸣沙山月牙泉】体验攀登沙山之巅的乐趣 ，俯瞰“沙漠之眼”的神奇；◤西北食地道◢特别赠送价值1980元【敦煌特色迎宾宴—烤全羊】；安排品尝当地特色美食：安排品尝当地特色美食：【张掖食色无边小吃宴】、【大柴旦炕锅羊肉】、【青海土火锅】让您的味蕾也感受一次旅行；沉浸式体验【沙洲食驿】，一边欣赏敦煌“夜景图”，一边寻找壁画里的 108 种美食；◤优选酒店◢产品经理实地踩线，全程6晚优选携程高分四钻酒店，保证旅途更酣眠；◤超级礼遇◢赠送文创盲盒盐湖精美冰箱贴和文创丝绸之路脖套，每人每天一瓶矿泉水；◤健康暖心服务◢高海拔地区专业医护人员提供免费血压测量+专业导游讲师高原反应安抚课，用心守护，让老年朋友 | | | | |
| **产品介绍** |  | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **全国各地—兰州新区/西宁**  各地乘飞机前往兰州中川机场或西宁曹家堡机场，落地后根据航班时间安排专车接机，前往酒店报姓名入住休息，休息期间可自由活动。到达城市：兰州市，西宁市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州新区四钻酒店：兰州新区智选假日酒店/兰州宏建中川机场美仑国际酒店/兰州瑞岭国际酒店/兰州兰石中川机场美仑酒店/半亩方塘大酒店或同级 兰州新区五钻酒店: 兰州中川饭店/兰州新区皇冠假日酒店/兰州新区敦湖酒店 西宁四钻酒店：西宁自然里酒店/西宁宜采青航酒店/西宁宜采凯旋酒店/西宁新春兰酒店或同级 西宁五钻酒店：西宁三榆大酒店/蓝海御华大饭店/西宁富力万达文华酒店/西宁华联索菲特大酒店或同级 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **兰州新区/西宁-七彩丹霞（540km 约6.5小时）-丹霞口小镇-张掖（40km 约1小时）**  酒店早餐后，前往游览中国最美的七大丹霞之一【张掖七彩丹霞】 (不含区间车，游览时间约3小时)，这里是《三枪拍案惊奇》《长城》电影取景地，摄影爱好者的天堂。可在1-5号观景台俯瞰色彩斑斓的丹霞地貌：七彩峡、七彩塔、七彩屏、七彩练、七彩湖、七彩大扇贝、刀山火海.丹霞幽静神奇，两边赤壁环复，峰回路转，一步一景。游览结束后，前往游览【丹霞口小镇】 (游览时间约30分钟)，采用徽派建筑和西北建筑风格相结合，石墙灰瓦、飞檐斗拱、气势如虹，既有南方的婉约秀丽、玲珑精致;又具西北雄浑粗犷的豪迈气势，是丝绸之路河西走廊两千多年的历史文化缩影，原汁原味地保留了古丝路风情。游览结束后乘车前往张掖市入住酒店休息。西宁起止行程安排如下：3月1日-6月30日、9月1日-10月31日，西宁起止升级体验一程西宁-张掖动车，祁连山脉相伴，雪山、草原尽收眼底，抵达张掖后乘坐专车和团队汇合，返程送至高速路口专车送至酒店。7月1日-8月31日，赠送【门源油菜花】（拍照时间约15分钟）万亩金黄的油菜花极目无垠，芬香四溢。漫山遍野的油菜花烂漫盛开，金黄色染尽山野，似乎也连向天际。微风吹拂，涌起一股又一股金色花浪。在阳光照射下，不断的闪过一道道亮光。西宁起止专车至西宁高速路口和团队汇合和解散。到达城市：张掖市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 四钻酒店：张掖尚景假日酒店/张掖恒达丽景酒店/张掖鑫盛悦国际酒店/张掖鼎和酒店/张掖建城假日酒店/张掖钻石大酒店/张掖智选假日酒店/张掖锐驰国际酒店/张掖凯瑞酒店或同级 五钻酒店: 张掖宾馆 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **张掖-嘉峪关(230km 约3小时)-大地之子(280km 约3.5小时)-敦煌(120km 约2小时)**  酒店早餐后 ，前往参观【大地之子】、【无界】雕塑（参观时间约30分钟）；途经“天下第一雄关”【嘉峪关关城】（远观，此景点不含门票，如需游览，门票敬请自理110元/人），嘉峪关城楼是明代万里长城的西端起点，是明代长城沿线建造规模最为壮观，保存程度最为完好的一座古代军事城堡。游览结束，随后前往酒店休息，5月10日-9月20日期间可选择免费升级沙漠露营，正常入住酒店不包含餐食。【因为帐篷有限，需升级沙漠露营请务必报名时提前预定，未预定默认安排敦煌酒店，行程行驶中无法临时升级或调整，敬请谅解。】 沙漠露营提供项目内容：沙漠火锅+无限次数滑沙+篝火晚会+沙漠越野车。温馨提示：1、敦煌沙漠露营地，因地处沙漠，住宿为户外帐篷，仅可提供简单洗漱，带来不便敬请谅解2、如因天气等不可抗力因素导致无法安排沙漠露营，我们将直接安排您入住酒店，无差额可退，敬请知晓！【关于瓜州旅游服务区】途中会经过带卫生间的休息站—瓜州服务区，有当地商贩在此兜售商品，非我社指定购物店，建议客人不要购买，以免造成不必要的误会到达城市：敦煌市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 四钻酒店：敦煌宾馆/敦煌天润颐铂酒店/敦煌沙洲景华酒店/敦煌桓栋国际大酒店/敦煌尚和颐景酒店/敦煌柏文酒店/敦煌鹿野酒店或同级 五钻酒店: 敦煌万盛国际饭店/敦煌天河大酒店/敦煌华夏国际大酒店/敦煌沙洲阳光酒店或同级 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **敦煌-鸣沙山月牙泉-莫高窟**  酒店早餐后，前往登顶既鸣的【鸣沙山月牙泉】(不含电瓶车，游览时间约3小时)，古往今来这里以"山泉共处，沙水共生"的奇妙景观著称于世，被誉为"敦煌八景"之一 。月牙泉处于鸣沙山环抱之中，其形酷似一弯新月而得名，古往今来以 "山泉共处，沙水共生"的奇妙景观著称于世，被誉为"塞外风光之一绝"。游览结束后前往世界文化遗产【莫高窟】(含B类票，参观4个洞窟，如果只能约到A类门票，参观8个洞窟，需现补138元/人差价，参观时间约3小时)，观看球幕电影《千年莫高》、《梦幻佛宫》，后乘 摆渡车前往实体洞窟品鉴绝世精美的壁画和彩塑艺术，莫高窟是集建筑、彩塑、壁画为一体的文化艺术宝库，内容涉及古代社会的艺术、历史、经济、文化、宗教、教学等领域，具有珍贵的历史、艺术、科学价值，是中华民族的历史瑰宝，人类优秀的文化遗产。参观结束后安排品尝【敦煌特色迎宾宴——烤全羊】，用餐结束后返回酒店休息。特别说明：1--9人 安排团餐+烤羊腿；10--15人 安排团餐+半只烤全羊；16人以上 安排团餐+一只15斤左右烤全羊；莫高窟门票重要说明：1、2020年开始，对门票执行全员在线实名预约制度，均提前30日通过网络在线预约。2、公安民警、消防救援人员，学生证、军官证等特殊优惠对象，报名请提供享受特种优惠证件。3、本行程包含莫高窟应急票票价100元/成人（只含4个实体洞窟），如有游客介意参观应急票，想参观正常票，在有票的情况下可补138元/人差价，我社代出票；或自行在官网预约莫高窟正常票，如您自行预约成功，本团现退100元/人门票费用，给您带来不便还望谅解。4、如莫高窟有特殊接待或无票状态或景区关闭，无法安排游览，当地现退100元/成人门票或安排敦煌莫高窟姊妹窟—西千佛洞（30元/成人门票+50元/成人车费）并退20元差价；5、为确保参观莫高窟，导游会根据莫高窟门票实际预约时间，跟鸣沙山调整景点参观顺序，给您带来不变敬请谅解！6、高窟预约按照下单前后顺序依次进行预约，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的情况；预约成功后退票将产生手续费，具体金额参照《敦煌市物价局文件：敦价发【2015】85号》文件。7、莫高窟如同一颗渐渐褪去光华的明珠，在自然氧化和人为因素的作用下，彩塑壁画正在慢慢失去神韵，所以出于文物保护的目的，在窟穴参观时是禁止摄像设备的。8、莫高窟因需要提前预约，为了能让客人看到莫高窟，我们可能会将鸣沙山月牙泉、莫高窟景区相互调换。请报名时了解。此政策为政府行为，报名时请仔细阅读此条款，不能作为投诉理由！到达城市：敦煌市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 四钻酒店：敦煌宾馆/敦煌天润颐铂酒店/敦煌沙洲景华酒店/敦煌桓栋国际大酒店/敦煌尚和颐景酒店/敦煌柏文酒店/敦煌鹿野酒店或同级 五钻酒店: 敦煌万盛国际饭店/敦煌天河大酒店/敦煌华夏国际大酒店/敦煌沙洲阳光酒店或同级 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **敦煌-雅丹地貌群-翡翠湖（350km 约5小时）-察尔汗盐湖（150km 约2小时）-格尔木**  酒店早餐后，乘车前往游览【翡翠湖】(不含区间车60元，游览时间约 1.5 小时)，这里是《送你一朵小红花》拍摄地，色彩斑斓的盐湖呈现翡翠绿，薄荷蓝，琥珀黄，牛奶白，用上帝视角俯瞰就是镶嵌在大地上的各色宝石，如同身处幻境一般。途经【雅丹地貌群】（车览），这是一片雅丹地貌，规模宏大，有被风侵蚀的土林群。名称来自上世纪的八位女地质员，他们为了寻找石油资源而牺牲在这片土地。游览结束后前往亚洲“盐湖之王”【察尔汗盐湖】(不含区间车60元，游玩时间约 2 小时)层层叠叠的绿，结出一朵一朵洁白的盐花，在阳光下晶莹剔透，闪着钻石光芒，被称为“会开花的湖”。盐湖两侧都是白色的盐晶，湖水通透泛着绿色。晴天时，周围的景物、天空和白云都倒映在湖中，是摄影的绝佳地带。游览结束后，前往格尔木酒店，抵达酒店后我们贴心安排专业医护人员为每位客人安排血压测量，通过血压测量，医护人员可以及时了解客人的身体状况，提供必要的健康建议或采取相应的预防措施，确保客人能够更好地适应高原环境，享受舒适的旅行体验。到达城市：格尔木市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 三钻酒店: 格尔木希岸酒店/格尔木宜必思酒店/格尔木樊桐嘉玺酒店或同级 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **格尔木-茶卡盐湖·天空壹号(480km 约5.5小时)-茶卡**  酒店早餐后，前往【茶卡盐湖·天空壹号】 (不含小火车，游览时间约 2 小时) 茶 卡盐湖被誉为“人一生必须去的 55个地方”之一，更甚是摄影爱好者心中的摄影天堂。这里水天相连，如梦如幻，行走在湖面上，看着自己的倒影，犹如来到了仙境。游览结束后，入住酒店休息。赠送：定点航拍，包含全团客人影像镜头，作品由客人近景与茶卡盐湖远景结合出片注意事项：1、注意防晒，高原地区紫外线较强，要涂抹防晒霜、戴遮阳帽。2、湖区水深，游玩时请务必注意安全，不要擅自下水。3、保护环境，不要随意乱扔垃圾，保护茶卡盐湖的纯净之美 茶卡天空壹号，等着你来探索！到达城市：海西蒙古族藏族自治州 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 四钻酒店：茶卡东晨酒店/茶卡铂悦酒店/茶卡锦天世纪大酒店/茶卡天域假日酒店/或茶卡金恒基大酒店或同级 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **茶卡-青海湖(150km 约2.5小时)-兰州/西宁(370km 约5小时)**  酒店早餐后 ，前往中国内陆第一大咸水湖青海湖，游览【青海湖二郎剑景区】（游览时间约2小时）在这颗高原明珠上，感受微风吹过在湖面卷起涟漪，眼前的湖泊，远处的雪山，放慢脚步，把美色留住。日月不语，湖海为证，我路过山时，山不说话，我路过海时，海不回答。因此，我听了风的话，到了有风的地方。和煦的微风在我耳边呢喃，我在山川湖海的倒影下，等风也等你。游览结束后，乘车前往兰州市，入住酒店休息。到达城市：西宁市，兰州市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 四钻酒店：兰州美豪丽致酒店/兰州TOWO中鑫国际酒店/兰州黄河美华酒店/兰州丽怡酒店/兰州桔子水晶酒店或同级 五钻酒店： 兰州海悦温德姆酒店/兰州西客站温德姆花园酒店/兰州中山林茂御酒店/长城建国酒店/兰州如意华玺酒店或同级 西宁四钻酒店：西宁自然里酒店/西宁宜采青航酒店/西宁宜采凯旋酒店/西宁新春兰酒店或同级 西宁五钻酒店：西宁三榆大酒店/蓝海御华大饭店/西宁富力万达文华酒店/西宁华联索菲特大酒 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **兰州/西宁-全国各地**  酒店早餐后，根据航班时间安排专车送机，前往兰州中川机场/西宁曹家堡机场结束难忘的旅程！兰州自由活动推荐行程 ：酒店 - 中山桥 -黄河母亲雕塑 -水车园兰州美食推荐：【兰州老街】在兰州老街秒回大唐 "十二时辰"，打卡古风不夜城，老街仿明清古建筑，处处包含兰州的非遗文化与新时代潮流的结合【张掖路大众巷】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 ，此外还有川菜馆幺妹餐厅 ，香满楼等美食餐厅 ！【正宁路夜市】 (营业时间 19:00-凌晨 24:00) 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、羊肉泡馍到达城市：南京市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1.大交通：出发地-兰州/西宁往返经济舱含税机票。2.门票安排：张掖七彩丹霞、莫高窟B类票、鸣沙山月牙泉、大柴旦翡翠湖、察尔汗盐湖、茶卡盐湖-天空壹号景区、青海湖二郎剑景区(含景区首道大门票，产生其他费用敬请自理)3.赠送项目：茶卡盐湖天空壹号无人机航拍视频 (赠送项目不用不退)；4.交通安排：旅游用车保证一人一正座；10人以上升级 2+1 航空座椅大巴，10人以下（含10人）安排中巴车或商务车；5.酒店安排：六晚当地 4 钻酒店 (青海酒店无空调)；五晚 5 钻酒店，报名时可自费选择升级入住。6.导游服务：当地优秀导游服务；7.用餐安排：含7早4大特色餐(正餐餐标50元，不用不退) ；8.购物安排：全程纯玩0购物(注：景区、服务区内的各种小商店不计旅游行程中规定的购物点)9.儿童费用：含车位、餐费、导游服务费； | | |
| **费用不包含** | 成人：个人消费、行程以外的费用、景区电瓶车、游船、小火车等费用儿童：个人消费、行程以外的费用、小童不占床位不含早餐、不含景点门票费用 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | ——注意事项——1、本行程内的时间节点由相关地图软件计算得出 ，未考虑堵车 、不可抗力 、车型 、车况等因 素；2、关于住宿标准：有些地区经济发展相对落后 ，接待条件相对有限 ，勿与大城市相比较 ，个 别酒店因酒店工作人员疏忽 ， 安排的个别房间或许会出现质量问题 ，我社会尽 力协调酒店方进 行更换房间 ，请客人本着减少损失的原则 ，协助服从酒店安排；对酒店 住宿有异议的请务必在 入住前提出异议；3、行程中所列景区区间路程 、游览时间 、火车开车时间 、飞机起飞时间等仅供参考， 旅行社 和导游可根据当时情况调整旅游行程顺序，但保证行程所列景点项目不变；若遇人力不可抗拒 的因素造成景点去不成 。恕我社只负责退还门票的差额 ，不承担由此这造成的其它损失；4、当地风俗： 沿线多是少数民族聚居区 ，特别是新疆 、甘肃 、青海 、宁夏省区多为 穆斯林 、藏族聚居区 ，宗教色彩浓厚 ，信仰伊斯兰教 、佛教 ，所以游览期间 ，请配合司 导工作 ，服从安 排 ，尊重当地少数民族风俗习惯；5、退费说明：如自愿放弃当地景点 、用餐 、住宿及赠送项目其费用不退还；在景区产生的门票优惠部分 ，我社按照旅行社团队优惠门票价格退予客人； 客人持有老年证 、军官证 、残疾证、 军残证等请提前说明，以便提前申请减免，购票后再说明的费用一律不退；6、书面证明：行程游览过程中 ，您签署的所有书面证明和游客意见单 ，我社均默认为是您意思的自由表达 ，对签字部分有异议的请务必在签字前提出； |
| **温馨提示** | 高原海拔提醒1.保持良好的心态:保持良好的心态、乐观的情绪、坚强的自信心，既不过于紧张，也不过于兴奋，对于减弱高原反应带来的身心不适十分重要。 2.足量饮水:水壶应随身携带(睡觉时可放在手边)，随时补满。饮水要多次、少量，不要等到口渴才喝水。 3.注意防寒保暖:高原天气特点是:气温低，一般海拔每上升 1000 米，气温下降 5 -6℃℃ ; 早晚、昼夜温差大;天气变化快，刚刚还艳阳高照，很快可能狂风大作，雷雨冰雹。因此， 在高原一定要注意防寒保暖，谨防感冒，建议手边多带一件衣服，热了记得脱、冷了及时穿。 4.合理饮食:要增大碳水化合物(应该占 60 %以上)和高植物蛋白的比例，增大各种维生素的摄入，以便快速提供热量，提高机体适应能力，如能适应酥油茶的味道，可以多喝一些，可以缓解高原反应，同时严格限制或禁忌饮酒:烟友也应该减少吸烟。 5.适当运动:初上高原，好的适应方式，既不是原地不动，蒙头大睡，也不是大运动量到处活动，而应该保持一定的活动量，积极主动地自我调整。在高原，尽量学会和运用腹式呼吸，比日常的胸式呼吸效果好得多。 6.通风:要在高海拔保持良好的状态，又需要一定的睡眠数量和质量 ，比较好的办法，是针对自己平时的睡眠习惯，略微再推迟 1 小时左右再睡，在做好防寒保暖的前提下，房间或帐缝一定要保证良好的通风。 7.紫外线防护:高原紫外线强度大，极易灼伤皮肤和眼睛，特别是在雪地，必须采取防护措施，避免伤害。光线较强时，尽量减少裸露的皮肤面积。太阳帽(丛林帽不错)、太阳镜必备。裸露的皮肤需要涂防晒霜。 8.必要的药物和治疗措施:除了正常服用的肌苷、维生素等，以及治疗疾病的药物，并不建议在高原乱用药物。高海拔务必严防死守避免感冒。即使很轻微的呼吸道感染，也会增加发生高原肺水肿的危险性。一旦发现感冒初起症状，应立即服用抗感冒药。尽量不吸氧，努力依靠自身适应。一旦吸上，依赖性非常强。 9.充分沟通:当感觉自己的身体状态异样时，应该向司导或者同团团友反映情况:如果是独自旅行，感到情况较为严重时，应当及时获医。千万不要逞强硬、不要隐瞒。团友之间要彼此多关注，一旦发现身边有人反应特别异常(如神志不清等)，及时采取处置措施。 |
| **保险信息** | 体验项目名称及费用 敦煌大漠风情宴 180 元/人 ( 10 人一桌) 敦煌《又见敦煌》 演艺 318 元/人起 敦煌《敦煌盛典》 演艺 238 元/人起 敦煌《乐动敦煌》 演艺 318 元/人起 敦煌鸣沙山骑骆驼 100-120 元/人 敦煌鸣沙山鞋套 15 元/人 张掖七彩丹霞区间车 38 元/人（必消） 茶卡天空壹号托马斯小火车 60 元/人 翡翠湖区间车 60 元/人 察尔汗盐湖区间车 60元/人（必消） |