**西藏11日跟团游行程单**

珠峰单地接含回程11日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 珠峰单地接含回程11日游 | **出发地** | 江苏省-南京市 | **目的地** | 西藏自治区-拉萨市 |
| **行程天数** | 11 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 赠送项目： 1、随车10升氧气（公用）； 2、随车无人机或赠送一段无人机小视频； 3、矿泉水； 4、经幡祈福； 5、拉萨市区藏服写真（一张精修+10张底片+淡妆） ；6、圣湖休闲下午茶（因天气原因可能改为甜荼+小吃） | | | | |
| **产品介绍** |  | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **出发地-拉萨**   抵达拉萨，接机师傅接团后送您去到酒店，在酒店前台报自己的名字入住（如一行多人的，可提前询问你们的旅行管家，报谁的名字），刚到达拉萨第一天，建议不要去任何景点，在有氧酒店休息好，第二天能玩的更好。交通：自理到达城市：南京市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **拉萨-雅鲁藏布大谷-南迦巴瓦峰-索松村**  早餐后沿拉林高速，途径米拉山隧道，午餐后抵达索松村，大峡谷景区是青藏高原最具神秘色彩的地区，被评为世界上最深、最长的峡谷，高峰和峡谷咫尺为邻，几千米的强烈地形反差，构成了堪称世界第一的壮丽奇观 。(商务车可开进索松村，沿途观峡谷风光，不坐景区观光车）可最近距离的欣赏中国十大名山之首的【南迦巴瓦峰】被誉为“中国最美丽的山峰““ 云中天堂 ”南迦巴瓦在藏浯中有多种解释，为”雷电如火燃烧““直刺天空的长矛；索松村为【雅鲁藏布大峡谷景区】内核心景点，为大峡谷景区北岸，在此可观江峰同框，雅鲁藏布江与南迦巴瓦峰同屏同框，满山桃林与江峰结合，美不甚收。这里是观看南迦巴瓦峰最佳的位置，天气好可见十人九不遇的【日照金山】为旅途增加难忘的回忆。升级品尝美味的【石锅鸡】，经特制的石锅慢火炖制的石锅鸡风味非常独特，汤味有一 股淡淡的药材清香，鸡肉嫩而有弹性，富含镁铁等17 种矿物微量元素（石锅鸡也可安排在今天中餐品尝） 。温馨提示： 1、 由于当日车程时间较长，早晨出发时间较早，请您注意安排好自己的休息时间； 2、 沿途路边摊点、景区购物点，兜售佛牌、小饰品等非我社所能控制，不属于我社安排的购物店， 如因购物产生任何纠纷或退货我社不承担任何责任，请谨慎购买！交通：小车到达城市：西宁市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 索松村 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **索松村-达古峡谷-亲猴台-山南泽当**  早餐后从索松村/林芝市区出发告别藏江南，午餐后【途径贡德林草】走进广袤的贡德林草原，仿佛 进入了牧人的天堂，马驹嬉戏，牦牛悠然，毡帐炊烟，一派迷人的草原风光，让人真正体会到“天苍苍，野茫茫，风吹草低现牛羊”的悠远意境。【达古峡谷】气候湿润，植被繁茂，山涧溪流，清澈见底。这里有许多奇珍异兽、稀有药材，动植物资源，宛若十里画廊，峡谷旁的【亲猴台】可以停车休息，在这里可以与野生猕猴零距离互动喂 食，酒足饭饱后它们也会为你上演一场千姿百态的动作表演，有的令人捧腹大笑，有的让人啼笑皆非。 温馨提示： 1、藏猕猴是国家二级保护动物，投喂与野生动物时请保护好人身及财产安全。 2、峡谷边属于碎石易落区，请注意安全；交通：小车到达城市：泽当古城 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 泽当 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **山南泽当-羊卓雍错轻环湖（圣湖边休闲下午茶，因天气原因 可能改为甜茶和小吃）-卡若拉冰川-日喀则**  ◆从山南出发，翻越【岗巴拉山】蔚蓝的天空与湖水相映，纯净的湖水在阳光下呈现深浅不同的蓝色，美不胜收,【羊卓雍错轻环湖】羊卓雍措是西藏三大圣湖之一，像珊瑚枝一般，因此它在藏语中又被称为“上面的珊瑚湖“ 其湖面平静，一片翠蓝，仿佛如山南高原上的蓝宝石，羊湖湖水碧波如镜，湖滨水草丰美，是一个丰饶的高原牧场，当地藏族人民用民歌赞美羊卓雍错“天上的仙境，人间的羊卓，天上的繁星，湖畔的牛羊 ”【卡若拉冰川】是西藏三大大陆型冰川之一，为年楚河东部源头。曾是电影《红河谷》拍摄取景地。巨大的冰川从山顶云雾飘缈处，一直延伸到离公路只有几百米的路边，晶莹幽蓝。由于长年受公路上灰尘的影响，冰川整体呈黑白分层形态，但冰川上半部在阳光的照耀下，犹如一副巨型唐卡挂在山壁上，熠熠生辉。之后前面日喀则的路上会经过【满拉水库】，如需要参观需提前跟司机打好招呼停一下。如未提前告之，因是路边景点，师傅会直接开走（无门票，未参观不退费）。温馨提示：1、羊湖边部分观景台有老百姓的藏獒、小羊、牦牛在此供游客拍照，请提前谈好拍照费用，避免发生口角冲突。拍藏獒请注意安全，一定要在藏獒主人帮助协调下进行拍照。2、因珠峰大本营海拔较高，在拉萨市区或日喀则市区师傅会安排全车客人前往医用氧气补给站，为大家准备随车十升氧气，大家也可根据自身需要，租用氧气，以防高反。交通：大巴到达城市：林芝地区 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 日喀则 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **日喀则-嘉措拉山口-珠峰大本营-珠峰独卫供氧民宿**  出发前师傅带领大家办理边防证。【嘉措拉山口】海拔5248米，有定日界之称，是珠峰国家级自然保护区的山口，山口无数的经幡迎风飘扬，拔4000米以上植被稀少，天空细腻柔软，山地粗砺坚硬，经幡蓝、白、红、绿、黄5种颜色，与天地达成了平衡。【珠峰大本营】是为了保护珠峰核心区而设立的一片保护地带 ,海拔5200米。是观赏拍摄珠峰的较好位置之一，也是登山队从中国这一侧攀登珠峰时的大本营。每年的4-6月是登山，是珠峰大本营较热闹的时候，也是比较能拍摄到珠峰旗云的时候。今晚入住珠峰独卫供氧民宿，减轻高反给带来的困扰，但珠峰住宿条件仍然较艰苦，敬请理解做好心理准备。晚餐安排珠峰汤锅，晚餐后自行观看珠峰星空银河（根据当晚天气，自己安排时间，注意防寒保暖）。温馨提示：1、今日出发时间需配合边防单位办证时间，节假日期间窗口开放少等原因边防证办理等待时间可能较长敬请谅解。2、珠峰条件有限较为艰苦，请做好心理准备，入住珠峰独卫供氧民宿。如升级住大本营帐篷没有独卫，只有公卫，3、因为是国家重要的自然保护区，大部分核心区并未开发，游览时请不要私自前往未开放区域，注意旅行安全。4、需要拍摄星空晚间需外出，请结伴而行，注意防寒保暖；5、整天海拔较高，如有高反的客人，可提前在拉萨市区或日喀则市区备好医用氧气。交通：大巴到达城市：林芝地区 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 珠峰独卫供氧民宿 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **珠峰-加乌拉山口-日喀则-尼木草原-羊八井或当雄**  【加乌拉山】途经，是前往珠穆朗玛峰大本营途中的一个垭口，可以观赏4座8000米级雪峰的观景平台（从左向右排列的顺序是：玛卡鲁峰、洛子峰、珠穆朗玛峰、卓奥友峰）从这个意义上说。中国较大的观景台是加乌拉山口观景台。 【尼木草原】途经，尼木草原位于西藏自治区尼木县境内，从318国道进入尼木县沿途可见，草原上有成群的马牛，琼穆岗日雪山下的尼木河孕育了水草丰茂的尼木草原，给一路单调的土地和无垠的荒漠增添了一道艳丽的色彩。 温馨提示： 1、全天行程较远约600公里左右，可自备高热量零食，补充体力； 2、保持轻松愉快的心情，欣赏沿途雪域风光，舒缓一路疲劳； 3、当天住宿根据实际情况安排羊八井或当雄温泉供氧酒店入住； 4、羊八井或当雄康码温泉供氧酒店。交通：小车到达城市：林芝地区 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 羊八井或当雄 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **羊八井或当雄--纳木错轻环湖--拉萨**  【念青唐古拉山】远观念青唐古拉峰是一座银装素裹的雄峰，而在藏族民间传说中，则是一尊有着天鹅般姿态的神马，各种宝石镶嵌在华贵的马鞍上边。具有金刚焰般的大神，肤色白暂、面带微笑、三只眼闪闪发光，雪白的长绸缠着他的顶髻。右手高举装饰着五股金刚杵的藤鞭，左手拿着水晶念珠，身披白、红、蓝三色缎面披风，以各种宝贝作装饰，显得年轻英俊而且威严。 【纳木错轻环湖】是西藏的第二大湖，纳木措南面有终年积雪的念青唐古拉山，北侧和西侧有高原丘陵和广阔的湖滨，它的东南部是直插云宵，终年积雪的念青唐古拉山的主峰，北侧倚偎着和缓连绵的高原丘陵，广阔的草原绕湖四周，天湖像一面巨大宝镜，镶嵌在藏北的草原上。 【藏装写真】一张精修+10张底片+淡装，此项目为赠送项目，不去不退。温馨提示： 1、纳木错为轻环湖路线，不去扎西半岛，不产生门票和观光车费，也不退门票和观光车。（如遇产生纳木错门票观光车费用由游客自行负责）。 2、景区内可骑马、骑牦牛拍照，请先谈好价格以免引起纷争，影响您愉悦的心情。交通：小车到达城市：拉萨市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **拉萨—布达拉宫（当天不限人数）—自由活动**  【布达拉宫】世界上海拔最高的古代宫堡式建筑群——有“高原明珠”之称的布达拉宫（时间约1个小时)，它始建于公元七世纪，共13层约119米高，自五世达赖喇嘛以来一直是西藏的政治和宗教中心。主要分为白宫（历代达赖寝宫）与红宫（历代达赖灵塔殿与各式佛寺）两大部分；布达拉宫珍藏着历辈达赖喇嘛真身的金质灵塔和大量珍贵的壁画、唐卡、佛像，是藏民族文化的集中体现。温馨提示（布达拉宫）：1、市内布宫票不限定一号线，二号线。随机分配线路，不接受指定线路，当天含布宫专业讲解，不含车接车送，为徒步行程。2、因布达拉宫特殊的建筑设计和保护世界非物质文化的要求，布达拉宫管理处设定每天最高人数的参观限制，每家旅行社每天只有限定数量的参观名额，为尽量保障游客正常参观，我会通过多种渠道来解决，因不同渠道的特殊要求，敬请客人无条件听从地接社安排，布达拉宫限时限人次参观，以下情况均属正常安排：①游客报名错过团队报票时间，会由工作人员提前联系游客进行微信小程序散客门票预约②同一组报名参观客人很可能会拆散参观布达拉宫③同一组报名游客可能会出现参观路线不同④参观日期和时间由布达拉宫管理处统筹安排。同一旅游团可能会分批参观，整体行程游览会根据布达拉宫实际参观日期和时间做相应调整3、在布达拉宫参观需要遵循所有藏传佛教的禁忌，例如不能戴帽，不能穿裙子，不能拍照（指进入宫殿以后，宫殿外可以拍一些“外景”），不能踩踏门槛等等备注：布达拉宫讲解耳麦 30 元/人，自愿自理消费。交通：小车到达城市：拉萨市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D9** | |
| **行程详情** | **拉萨-出发地**  今天是解散日，我们的旅行在这里结束。这一天没有活动安排，大家可以根据自身情况选择合适时间的航班，也可以在这里继续新的旅行。此行虽已结束，但绚丽的记忆，将永远留在我们的心间，让我们期待下次的相遇！备注：司机或导游会在出发前一晚22:00之前通知集合时间和地点。 拉萨乘青藏列车返抵达西宁，在西宁换乘普通列车返回出发地城市，结束愉快的旅程！方式：Z166次，各站抵达时间（11：50发车）徐州05:55、蚌埠07:21、南京08:57、无锡10:34、苏州11:01、上海12:03方式：拉萨乘Y972/Z8982次（或其它车次）青藏列车第二日抵达西宁，在西宁稍作休息再乘坐其它车次返回出发地。●以上两种方式，以具体出票车次为准！报名时请悉知，如有异议请慎重考虑，不接受事后因出藏火车车次及铺位产生的投诉。【行程提示】1、临行前请再次检查自己的所有物品是否齐全；2、回程若需改为飞机返回，请在报名时补齐差价； 3、返程改飞机，拉萨送机服务一般是送到机场民航大巴站，游客乘民航大巴前往机场，自行办理登机手续；4、考虑到拉萨回程航班由于天气原因可能会晚点，所以中转城市航班与回到出发城市的航班中间一般留有2-4小时左右的间隔时间，此时间段客人自由活时请安排好时间，以免误机。5、航班经常会遇到晚点甚至临时取消航班，请做好心理准备。若遇此类情况，请自行到机场所属航空公司值班柜台协商处理，我社工作人员也会协助游客处理问题（旅行社只是为游客代订机票或火车票，无任何责任）。\* 行程中的时间节点会因为路况等不可抗力等因素有所偏差，望小伙伴们理解交通：火车到达城市：西宁市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车上 |
| **D10** | |
| **行程详情** | **火车上**  火车上交通：火车到达城市：西宁市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |
| **D11** | |
| **行程详情** | **出发地**  抵达出发地交通：火车到达城市：南京市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、参考酒店： 拉萨三晚：携程四星或四钻含氧酒店（圣瑞斯、民族饭店，诺嘎观景酒店或同级）索松村一晚：暮云山居、小神仙、最美索松、南迦巴瓦或同级民宿；山南一晚：携程四钻含氧酒店：兰欧、尚领空港或同类型酒店 日喀则一晚：两晚携程四钻含氧酒店（天临、维也纳，唐卡酒店或同类型酒店） 珠峰一晚：一晚独卫含氧民宿（牛头、山野、旺盛、暖乐、十里蓝天、8848、第三极或同类型供氧民宿）（ 旺季珠峰山下民宿房源不足时，会将当晚用房调整到大本营入住帐篷公卫标间，住帐篷，不含早餐 )当雄或羊八井一晚：羊八井温泉酒店或当雄康玛温泉酒店 备注：本行程按两位住一标核算成本，如出现单男或单女，无法成功拼房，需现补单房差。2、门票：布宫、卡若拉、珠峰（冬游免票期间不含门票） 备注：本行程羊湖，纳木错走轻环湖线路，不产生且不含门票观光车。3、用餐：6早9正餐含特色餐（酒店含早，正餐30元/人餐标，珠峰如调整到大本营帐篷则不含早餐）； 早餐酒店提供，不用不退。正餐如用餐人数不足6人则退餐费, 自行安排用餐，行程中未含的用餐需自理。4、用车：珠峰段6天（7-9座航空座椅商务车，8人封团，出团或上团前请提前单独签好用车协议）拉萨市区（不含用车，需自行根据布宫拉宫预约时间自行打的集合，布达团队人数不限最多26人） 拉萨接送（均安排小车接送5-7座）5、导服：珠峰段：司机兼向导服务，不能提供专业导游讲解服务。布达拉宫：提供专业导游讲解（如遇特殊情况无法安排导游，会提供耳机讲解）。接送：不提供导游服务。 | | |
| **费用不包含** | 1、行程中所产生的个人消费、未包含的门票及自费项目；2、因高反产生的额外费用，如行程中出现高反需安排医生治疗及严重症状需提前离团产生的交通费需自理3、本产品不含旅游人身意外险及高原险，我社强烈建议游客自行购买；4、住宿按两位一标进行安排，如产生单男或单女不能成功拼房，单房差需自理。5、行程所有赠送项目不能折现，不使用不退；6、本行程赠送基础款旅拍体验套餐，如需升级旅拍套餐，请另补差价。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 馨提示①提前做好心理准备。酒店的退房时间为中午的12:00，返程为晚班机的旅游者可把行李寄存在酒店前台后自由活动或自行开钟点房休息。我方默认安排双床，情侣可根据房态免费申请大床，需要报名时确认申请，不保证安排。如要求三人间或加床，需视入住酒店房型及预订情况而定。通常为钢丝床或床垫等非标准床。②旅游期间路边无牌照摊档，忌暴饮暴食，应多喝开水，多吃蔬菜水果，少抽烟，少喝酒。因私自食用不洁食物导致肠胃疾病，我方不承担经济赔偿责任。③行程中用车统一调度，保证一人一正座，如果遇到司机细节服务不够完美地方，敬请您谅解。抵达拉萨前24小时内取消合同的游客（如因航班或火车延误无法抵达等），需扣除已经产生的旅游车位费、导服费。④如遇人力不可抗拒因素（台风、暴雨、检修等）或政策性调整导致无法游览的景点和项目，我方有权取消或更换为其它等价景点或项目,赠送景点和项目费用不退，并有权将景点及住宿顺序做相应调整；出游过程中，如产生退费情况，以退费项目折扣价为依据，均不以挂牌价为准。西藏部分景区及酒店为方便旅游者有自设的商场及购物场所，并非我方安排的旅游购物店，此类投诉我方无法受理，敬请谅解；⑤西藏地区海拔较高，请尽量避免剧烈运动，如稍有不适，请尽快告知领队，我们会根据客人身体情况做相应处理，旅游需尽量穿旅游鞋，应避免穿皮鞋、高跟鞋。为防止旅途中水土不服，建议旅游者应自备一些晕车、头痛的药或冲剂等常用药品以备不时之需，切勿随意服用他人提供的药品。⑥请避免离团活动，如确有需要，请提前以短信或书面方式告知领队，并在约定时间内准时归队。对于存在安全隐患，治安不理想的地区，请避免前往。自由活动期间请结伴而行，避免单独行动。非我方组织安排的游览活动，旅游者自行承担风险。由此发生的损失及纠纷，由旅游者自行承担和解决，我方不承担任何责任。夜间或自由活动期间宜结伴同行并告知领队，记好领队手机号备用，注意人身和财物安全。贵重物品可寄存在酒店前台保险柜，下榻的酒店的名称位置也要记牢。⑦文明旅游、文明出行，自觉爱护景区的花草树木和文物古迹，不随意在景区、古迹上乱涂乱画、不乱丢垃圾、尊重当地少数民族风俗等。很多景区和酒店周边有小摊小贩，如无意购买请不要与其讲价还价，一旦讲好价格不购买的话容易产生矛盾。出游请保持平常的心态，遇事切勿急躁，大家互相体谅、互相帮助。 |