

青海纯玩全陪团 双高五日游

精华景点

- ☆青海湖：中国最美的湖泊，盛夏时节平均气温仅 15℃，天然避暑胜地
- ☆茶卡盐湖天空壹号：天接水水连天，水天一色难分彼此
- ☆贵德阿什贡地质公园：阿什贡七彩丹霞，赏大自然天然调色板和地质奇观
- ☆塔尔寺：在塔尔寺的白塔下，顺着转经筒前行，触摸超越尘世的经络

全系产品八大承诺

- ① 公布投诉电话
- ② 保证没有投诉
- ③ 强制购物报警
- ④ 态度不好举报
- ⑤ 全程微笑服务
- ⑥ 全程四星酒店
- ⑦ 不限同车人数
- ⑧ 不限男女比例

不向游客公布投诉电话立即赔偿每人 10000 元！

详细行程

第一天：武汉—兰州

武汉乘高铁赴兰州（各地市可沿途上下车），沿途可欣赏西部风光。

武汉到兰州，兰州到西宁车次较多，各个时间段可选，根据当天车票销售情况实名出票。

参考车次：G852 次（武汉（11:47---20:02）兰州西，沿途城市均可上车）或同级其他车次。

用餐：自理 住宿：西宁或兰州

第二天：西宁—茶卡—共和/青海湖

景点安排：茶卡盐湖天空壹号

前往茶卡盐湖天空壹号，游览【茶卡盐湖天空壹号】（游览时间约 2.5 小时，电瓶车 40 元已含）。整个湖面像一面镜子，天接水水连天，水天一色难分彼此，所以被称为“天空之镜”。蓝天、白云、船只、人影都可以倒映其中。在这里时间仿佛静止了，给每一个人一场纯净的梦，人在景中走，好似走进一场色彩与视觉交错的梦境。



游览结束前往共和或青海湖，晚餐后入住酒店。

用餐：早中/晚 住宿：共和或青海湖当地酒店

第三天：青海湖——西宁

景点安排：青海湖

早餐后游览【青海湖主景区二郎剑景区】（游览时间约 2 小时）电瓶车 20 元及游船 140 元起根据需要自理。青海湖地处青海高原的东北部，是我国第一大内陆湖泊，也是我国最大的咸水湖。它浩瀚缥缈，波澜壮阔，是大自然赐与青海高原的一面巨大的宝镜。这里地域辽阔，草原广袤，河流众多，水草丰美，环境幽静。湖的四周被四座巍巍高山所环抱，如四幅高高的天然屏障，将青海湖紧紧环抱其中。从山下到湖畔，则是广袤平坦、苍茫无际的千里草原，而烟波浩淼、碧波连天的青海湖，就象是一盏巨大的翡翠玉盘平嵌在高山、草原之间，构成了一幅山、湖、草原相映成趣的壮美风光和绮丽景色。

【藏民家访】（游览时间约 2 小时）“走进藏家”——藏民家访，让您身临其境的感受藏族的建筑，领略青海藏族的风土人情，参观原生态的藏族部落。



游览结束后前往西宁。

用餐：早/中/晚 住宿： 住宿： 西宁

第四天： 西宁

景点安排： 塔尔寺>>贵德国家地质公园

早餐后参观 **【当地土特产店】**（游览时间约 1.5 小时）。

前往塔尔寺，游览 **【塔尔寺】**（游览时间约 2 小时，电瓶车 35 元已含）。塔尔寺位于青海省西宁市湟中县鲁沙尔镇西南隅的莲花山坳中，是我国藏传佛教格鲁派(俗称黄教)创始人宗喀巴大师的诞生地，是藏区黄教六大寺院之一，也是青海省首屈一指的名胜古迹和全国重点文物保护单位，其“艺术三绝”酥油花、壁画和堆绣，尤其是酥油花雕塑栩栩如生，远近闻名。



中餐后前往 **【贵德国家地质公园】**（游览约 2 小时，电瓶车及讲解费 60 元已

舍)。位于青海省海南州贵德县东北侧的黄河边，以多彩的丹霞地貌而闻名，这里的丹霞颜色艳丽，形状多样，非常壮观，是拍摄摄影大片的好地方。



用餐：早/中 住宿：兰州当地酒店

第五天：兰州——武汉

早餐后集合行程结束返程。

西宁到兰州，兰州到武汉车次较多，各个时间段可选，根据当天车票销售情况实名出票。

参考车次：G834（兰州西 08:13---武汉 16:11）/G854（兰州西 11:05--武汉 19:25）或同级车次。

用餐：早 住宿： 住宿：无

费用包含

交通：武汉—兰州往返高铁二等座，

当地空调旅游车，保证一人一个正座。

住宿：四晚当地四星酒店(未挂牌)。

用餐：全程 4 早 5 正餐，围桌餐满 10 人上 8 菜一汤，不足 10 人根据实际情况安排。餐厅可根据实际每桌用餐人数酌情增加或减少菜量！因饮食习惯的地方差异，客人因自身原因选择放弃用餐，费用不退！

景点：行程内已注明首道景点门票及景区必含小交通及讲解费，不含景点第二门票及其他消费

(未注明包含的景区小交通费用自理)；如遇特殊情况，在不减少景点的前提下，游览顺序可由导游进行调整。

行程报价为旅行社打包优惠价，其他任何证件不再优惠退款。

导游： 全程导游陪同+地接导游讲解服务

保险： 只含旅行社责任险，建议游客自行购买旅游意外险。

费用不含

- 1、自由活动期间交通费、餐费、等私人费用。
- 2、行程中未提到的其它费用。
- 3、个人购物、娱乐等消费。
- 4、因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用，及个人所产生的费用等。
- 5、旅游意外保险；因旅游者违约、自身过错、自身疾病，导致的人身财产损失而额外支付的费用。

其他服务费： 65岁(含)以上 +300/人

1.5米以上---22岁(含)以下 +500/人

1.5岁以下儿童 6月27/30,7月4/7 团期 580元/人，

其他团期 680元/人(含当地车位、餐、导服)

(注：2021 减去身份证年月日为准)

西北旅游注意事项

- 1、西北风沙大，紫外线强，注意防晒，多喝水；夏季吃完水果后不要喝开水，以免腹泻；昼夜温差大，注意穿衣；青海6/7/8月份早晚温差大需准备秋季外套，怕冷的朋友请准备抓绒衣或薄羽绒服。
- 2、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。
- 3、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。

- 4、行程中部分景点当地海拔超过 3000 米，有高血压、心脏病、哮喘病患者请自备药品，并尽量不要剧烈活动。西宁地区海拔 2300 米，塔尔寺海拔 2650 米，青海湖海拔 3200 米，茶卡海拔 3800 米，绝大多数人初次到高原会有轻微高原反应，主要症状是头痛、呼吸急促，不必惊慌，大部分人很快就可以适应，也可提前自备抗高反药。
- 5、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。
- 6、青海属经济欠发达地区，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西北的酒店；
- 7、初到高原，请不要剧烈运动，注意休息，切勿感冒；
- 8、清真寺在礼拜时间一般不欢迎非穆斯林参观，但穆斯林的礼拜确实是值得一看的，应当征得同意后才可参观拍照，最好的办法是找一个穆斯林带你进入，然后由他安排你在一旁观看。到清真寺参观游览，特别要注意卫生，不能随地吐痰，乱扔垃圾，不能吸烟、唱歌和大声喊叫，以保持肃穆的气氛。礼拜大殿一般不能随便进入，若要进去，应征得教长、阿訇的同意并脱鞋进入，不能翻阅经典等。
- 9、佛教寺院参观礼仪：到佛教寺院旅游，不像清真寺那样要求严格，但要行为文明。在佛殿内不准用手乱摸佛像、佛经、壁画、法器，更不能从上面跨越过去。在僧众集合诵经时，不能从他们前面走来走去。参观时一般不能对着佛像指手画脚，评头论足，大声喧哗。未经管理人员同意，不能随意拍照。在转经轮或烧香拜佛时，应自左向右顺时针方向、不可逆转。藏胞和僧侣的头和帽子一般不能乱摸，印有藏文的纸张不能乱扔，更不能当手纸用，刻有藏文的石头要摆放到干净的地方，不能碰击或打碎。如果你是佛教徒，进佛寺时，把帽子摘下来，双手合掌，举到额头，表示虔诚；如果在佛像前献布施，将得到管理人员的优厚照顾。
- 10、藏族生活中的礼仪：青海各个民族禁忌的内容大不相同。各族群众的宗教意识十分浓厚，

特别对那些一尘不染、严格 过宗教生活的信徒，不能表示看不起、不信任，或者问这问那，引起反感。藏族由于受宗教影响 深刻，生活中禁忌的内容很多。忌食圆蹄牲畜和有爪子的动物，如骡、马、驴、狗、猫、鹰、乌 鸦的肉。进帐篷时以男左女右的方式进入，也以男左女右顺序就座。坐定后不能东倒西歪，腿不能伸向供佛和老年人的方向，供佛的酥油灯上不能接火吸烟或点蜡烛，佛像前必须保持清洁，不能用自己的器具去缸内取水，不能跨越亲人衣服，不能故意打狗，不能用枪射击秃鹫和老鹰，不能在畜棚圈内大小便，不能在众人面前放屁，更不能走进帐篷指手画脚，说三道四，不能说不吉利的言词等。一般情况下，进入帐篷，一定要和颜悦色，尽管语言不通，可伸出大拇指，表示对 主人的赞美，这便是同主人建立和谐关系的开始。

11、回族生活中的礼仪：回族和撒拉族的禁忌受到伊斯兰教的深刻影响。禁食猪肉和狗、马、骡、驴等不反刍动物的肉及一切动物的血，不食自死之物，凡宰食牲畜，须请阿訇或廉长者按教规屠宰，外教人或不清廉的教内人所宰食肉，均视为不洁。禁止吸烟饮酒。舀水要顺手不能反 手等等土族也忌食骡、马、驴肉，忌讳他人到牲畜圈内大小便，上炕就座，忌讳坐到主人家的枕 头被子上，生孩子后一个月内家中禁止来人，忌穿戴不规范的妇女在长辈前走过，忌清晨出门办 事碰上空桶及不净之物。

报名须知

- 1、游客不得参观或者参与违反我国法律、法规、社会公德和旅游目的地的相关法律、风俗习惯、宗教禁忌的项目或者活动。
- 2、游客需如实告知个人健康信息，遵守旅游活动中的安全警示规定。
- 3、成人须持有效证件原件（即有效身份证原件，有效护照原件等，65 岁以上的老人须附带健康证明）、16 周岁以下的须持户口本原件。
- 4、未满 18 岁的未成年者及不具备完全民事行为能力者，请由其法定代理人陪同出游，如代理人同意未满 18 岁的未成年者及不具备完全民事行为能力者独立参团旅游的，视为其法定代

理人完全理解并自愿接受合同内容及行程中的所有约定。

- 5、按照国家旅游局相关规定，由于客人自身原因未能完成全部游览项目，或提前返回出发地，车费、导游费等费不退，其它费用将根据实际情况另议。
- 6、游客对国家应对重大突发事件暂时限制旅游活动的措施以及有关部门、机构或者旅游经营者采取的安全防范和应急处置措施应予以配合，拒不配合，依法承担相应责任。
- 7、游览过程中，游客不能擅自离团，脱团。
- 8、游览过程中如游客要求变更旅游行程中所注明的住宿酒店，交通，游览景点等相关活动，因此增加的费用客人承担。如因航空公司，铁路运输部门等公共交通设施造成游客的财产损失及人身伤害（如延误，晚点，取消等相关理由造成客人滞留或者其他损失）由航空公司、铁路运输部门依法承担赔偿责任。旅行社不承担赔偿责任。旅行社协助安排，但造成客人滞留期间的食宿由客人自行承担。
- 9、请客人出团前购买旅游意外险。
- 10、如遇特殊情况，在不减少景点的情况下，在征求客人同意后，我社可调整行程的先后顺序。
- 11、如出现单男单女，请客人自付单房差费用；入住酒店时，请自行自付酒店房费押金，酒店房间冰箱内的饮料、酒类、小食品等均需另行个人付费（配有价目表）；如果使用房间内电话拨打外线（包括国内电话、手机及本地电话），也请您在离店前主动结清费用。
- 12、在旅途中请您将移动电话保持开机状态，以便导游能随时与您取得联系，为您提供周到细致的服务。如您有任何不适，请马上通报导游，我们会根据具体情况与各方联系，提供相应的服务。
- 13、旅游旺季客流量会急剧上升，景区门前、缆车入口、码头登船处等会出现排长队现象，为了确保行程安排的顺利完成，导游会根据景点、缆车、游船等开放的具体时间，对叫早、出发等时间做适当的提前或错后调整，请各位游客积极配合。
- 14、一般情况下，儿童价格不含火车票、酒店床位、景点门票、船票及缆车（具体以各线路报价

说明为准)。参加火车团的儿童，如身高超过 1.4 米，请于报名时按成人标准补齐火车票费用，或自行到车站补票，但遇暑期、黄金周等旅游旺季，应在旅行社补齐费用以避免因车票紧张无法车站补票的情况

15、在游览过程中，请您听从导游安排，随时注意自身安全，如无特殊情况，请勿擅自离团自由活动。

说明：因不可抗力等因素造成的团体滞留，由此所产生的费用由客人自理。祝您旅途愉快！