**0712小包--甘青十日游（大交通自理）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | MBXB20240712 | **出发地** | 广西壮族自治区 | **目的地** | 甘肃省 |
| **行程天数** | 10 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 不含大交通，客人自理 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州接机**  贵宾自行前往机场，乘坐飞机（大交通自理）前往兰州，接机后前往酒店，办理入住。交通：自理 |
| **用餐** | 早餐：无 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **兰州-塔尔寺-西宁**  早餐后，乘车前往参观【塔尔寺】（含门票，不含景区电瓶车及讲解费，游览时间不少于90分钟）位于青海省西宁市西南25公里处的湟中城鲁沙尔镇，塔尔寺又名‘塔儿寺’，得名于大金瓦寺内为纪念黄教创始人宗喀巴而建的大银塔，藏语称为“衮本贤巴林”，意思是“十万狮子吼佛像的弥勒寺”；行程结束后入住酒店。【贴心提示】1、塔尔寺寺庙内不能用手触摸佛经、法器、佛像等，在寺院内是严禁拍摄的，否则后果自负，严禁大声喧哗，耍闹；2、严禁穿裙子，短裤等不庄重服饰进寺参观，严禁逆转佛塔金轮，严禁吸烟，喝酒；3、不要在寺庙外的商贩们手中购买藏刀或任何野生动物的毛皮，以及野生藏羚羊的角，头骨等等，如被相关部门查获，严惩不贷。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 西宁 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **西宁-拉脊山-青海湖-茶卡**  早餐后，乘车经拉脊山前往游览【青海湖】（含门票，不含景区电瓶车，游览时间不少于50分钟），青海湖藏语叫做“错温布”，意思是“青色的海”、“蓝色的海洋”，面积4500多方公里，苍茫无际的千里草原，而烟波浩淼、碧波连天的青海湖，如同是一盏巨大的翡翠玉盘嵌在高山、草原之间，构成了一幅山、湖、草原相映壮美风光和绮丽景色”；水天一色的青海湖，好似一泓玻璃琼浆在轻轻荡漾，大美青海，只要来了，一定会让您一见钟情；后乘车前往茶卡，行程结束后入住酒店。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 茶卡 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **茶卡盐湖-德令哈（夜游巴音河）**  早餐后乘车前往游览【茶卡盐湖】（含门票，不含景区电瓶车及小火车，游览时间不少于60分钟）茶卡盐湖是固液并存的卤水湖，镶嵌在雪山草地间而非戈壁沙漠上，天空白云悠悠，远处苍山峥嵘，蓝天、白云、雪山映入湖中，如诗如画，四周牧草如茵，羊群似珍珠洒落；漫步湖上，犹如进入童话世界；在这里，可以乘小火车深入湖中观光，可以观看现代化大型采盐船采盐时喷水吞珠的壮丽场景，也可以透过清盈的湖水，观赏形状各异、正在生长的栩栩如生的朵朵盐花，探寻湖底世界的奥秘，还可以领略到涨潮后湖面上留下的滚滚盐涛奇观；结束游览后前往德令哈，晚上夜游巴音河，行程结束后入住酒店。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 德令哈 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **德令哈-南八仙雅丹地貌-水上雅丹-东台吉乃尔湖-翡翠湖-大柴旦**  早餐后，乘车前往游览【水上雅丹】（含门票，不含区间车，游览时间不少于60分钟）被誉为“戈壁上的碧玉”。“雅丹”是维吾尔语，意为“具有陡壁的小山包”，也叫“风蚀林”，是一种风蚀地貌。途径东台吉乃尔湖（游览不少于15分钟），之后前往游览【翡翠湖】（含门票，不含景区电瓶车，游览时间不少于45分钟），翡翠湖位于青海省海西蒙古族藏族自治州大柴旦行政区大柴旦镇境内，属硫酸镁亚型盐湖，面积 15 平方公里，盐湖由矿区资源开发后的卤化物（水）和矿物质（结晶物）组成。行程结束后入住酒店休息。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 大柴旦 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **石油小镇-阳关-敦煌**  早餐后，一起前往探九层妖塔、西风烈的拍摄基地-神秘的废弃哈赛克老城区【石油小镇】（含门票，不含景区电瓶车，游览时间不少于15分钟），之后前往游览【阳关】（含门票，不含景交，游览时间不少于30分钟），行程结束后入住酒店。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **鸣沙山月牙泉-莫高窟-敦煌**  早餐后，前往游览【鸣沙山、月牙泉】（含门票，游览时间不少于100分钟），欣赏沙泉相依、沙不掩泉、泉不枯竭的美景，“银山四面沙环抱，一池清水绿漪涟”，无论您从山顶鸟瞰，还是泉边畅游，都会骋怀神往，确有“鸣沙山怡性，月牙泉洗心”之感。之后根据莫高窟预约门票时间参观【莫高窟】（不含门票，客人自行预约，参观时间不少于100分钟），莫高窟俗称千佛洞，当你跟随景区讲解员参观每个洞窟历史、雕塑、壁画时不禁会感慨万千，为什么那些僧人会历经十个朝代执着的在这片荒漠开凿洞窟，研修佛学。行程结束后入住酒店。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **敦煌-嘉峪关城楼-张掖**  早餐后，出发参观【嘉峪关城楼】（含门票，不含景交，参观时间不少于60分钟），嘉峪山上，城关两翼的城墙横穿沙漠和戈壁，向北8公里连黑山悬壁长城，向南7公里，是现代万里长城西端主宰，自古为河西隘口。行程结束后入住酒店。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 张掖 |
| **D9** | |
| **行程详情** | **张掖丹霞-门源-祁连大草原-西宁**  早餐后，前往欣赏西北景致，电影《长城》《三枪拍案惊奇》取景地——【张掖七彩丹霞】（含景区门票，不含景区电瓶车，游览时间不少于90分钟），张掖的丹霞地貌发育于距今约200万年的前侏罗纪。数以千计的悬崖山峦全部呈现出鲜艳的丹红色和红褐色，色彩斑斓，气势磅礴，进入景区需要乘坐景区内区间车进入每处观景台观看地貌，拍摄完雄伟壮观的火烧丹霞。之后经祁连大草原，返回西宁，行程结束后入住酒店。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 西宁 |
| **D10** | |
| **行程详情** | **西宁送机**  早餐后，送您到机场，乘坐(大交通自理)，抵达机场后，就地散团，结束愉快行程。交通：自理 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、住宿：全程入住当地酒店双人标准间；全程不提供自然单间，出现单男单女加床或补房差；（西北酒店大部分无三人间或加床）西北地区经济较内地省份落后，故旅游中吃、住、行等方面无法与广西相比较，请您理解！参考酒店：（以下为参考酒店，不指定酒店，以实际安排入住为准）兰州：经典时代、坤逸星光等同档次酒店西宁：夏都酒店、季枫酒店等同档次酒店茶卡：山水酒店、星入海酒店等同档次酒店德令哈：星空之城大酒店、万怡酒店等同档次酒店大柴旦：像素酒店、新锦酒店等同档次酒店敦煌：安和大酒店、景江大酒店等同档次酒店张掖：石头城大酒店等同档次酒店2、餐费：含9早0正，酒店含早、不吃不退；正餐自理3、用车：当地空调旅游车4、门票：行程所列景区首道大门票；5、司机：不提供导游服务，仅安排中文司机，负责行程活动中接待服务，不提供景区讲解服务，不陪同进入景区6、儿童标准：2-未满12周岁，身高1.2米以下，含汽车车位+导服+半餐；不占床不含早餐、不含门票等产生其他费用自理！ | | |
| **费用不包含** | 1、不含单房差1840元/人（报价是按照两人入住一间房计算的价格，若一人单住一间需补单房差）2、旅游人身意外伤害险以及航空保险（具体赔付标准参照保险公司相关理赔条款），建议购买。3、旅游期间一切私人性质的自由自主消费，如：洗衣，通讯，娱乐或自由自主购物等。4、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；5、因飞机、火车延误、交通事故、自然灾害、社会因素等不可抗力而引起的一切费用。6、不含航空保险、“旅游费用包含”内容以外的所有费用、及行程中未提到的费用；7、部分赠送项目儿童不享受，如需参加请现补费用8、不含正餐9、不含往返大交通10、不含导游服务 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 景区交通以及娱乐 | 不含景区交通：塔尔寺区间车加讲解费55元/人；青海湖电瓶车20元/人、游船180元/人；茶卡盐湖区间车60元/人、小火车100元/人；水上雅丹区间车车60元/人；翡翠湖区间车60元/人；石油小镇电瓶车20元/人；阳关电瓶车10元/人；嘉峪关城楼区间车20元/人；张掖七彩丹霞区间车38元/人。不含鸣沙山骆驼100元/人（上下山）、电瓶车20元/人（往返程）、鞋套15元/双 、滑沙15-25元/人 /次 | 10 分钟 | ¥ 783.00 |
| 专业航拍 | 不含翡翠湖或者茶卡盐湖专业航拍300/团/景点 | 5 分钟 | ¥ 300.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 关于高原反应注意事项：1、保持良好的心态：乐观的情绪、坚定的自信心、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 一6 ℃ ；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很多。6、晚睡通风：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，怎么办？四个字：晚睡通风。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，极易爆伤皮肤和眼晴，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（环掩的丛林帽不错）、太阳镜必备。裸露在外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。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。千万不要逞强硬撑、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。 |
| **温馨提示** | 【酒店须知】入住酒店需要登记，请成人（16周岁以上）带好有效身份证，儿童带好户口本。酒店需收取一定押金（按照酒店不同标准，每间100-300元不等），需要游客在酒店前台自行支付，离店时房间设施无损坏则全额退还。若有损坏酒店物品、设施、丢失房卡等，须游客自行赔偿酒店损失。【报名须知】旅行社不接受被列入失信执行人报名旅游，我社没有鉴别的能力，请您在报名前确认自己不是失信人。如您报名时未告知我社事实真相，导致所产生的机票损失以及地接损失由游客自行承担所发生的损失（责任）【产品说明】1、赠送项目如因景区临时关闭或政策性关闭而不能赠送，或客人自愿放弃等原因，费用将不退还也不换等价项目。2、行程中如有军官证、老年证、学生证应提前告知导游，然后在每个景点必须出示，我们将按照旅行社协议价退还相关费用。（特价团除外）3、在不减少景点的前提下，征得全团客人签字同意后，旅行社导游有权根据实际情况，适当调整景点游览顺序,。如遇人力不可抗拒因素或政府政策性调整或景区原因临时关闭，将另行安排时间游览；如行程时间内确实无法另行安排，将按照旅行社折扣价将门票费用退还游客，敬请预知并配合。4、旅游旺季时，旅游车常常入不敷出，旺季时会出现“套车”，如遇交通拥堵，则容易出现游客等车的情况；景区游客量剧增时也会出现排队取票的等待现象，以及餐厅也存在排队等候用餐的现象，请您给予理解和配合，耐心等待，谢谢！5、报名时请提供旅游者的真实姓名与常用手机号，以便工作人员及时联系。建议游客自行购买意外保险。6、出发时须随身携带有效身份证件，如因未携带有效身份证件造成无法办理登机、乘坐火车、入住酒店等损失，游客自行承担所发生的损失（责任）7、游览时请注意各景区的路况，切记走路不看景，看景不走路。餐厅用餐及酒店沐浴时，请注意地面，小心滑倒！8、行程中标注的景点游览时间是根据旅游正常情况来约定的，为抵达景区大门始至离开景区大门止；原则上淡季人不多的时候前面标注的游览时间都能够确保游客充分将景点游览完毕。如碰上（如堵车、下雨、下雪、修路或意外等）特殊状况出现为标准来测算的时间，如有任何一种情况发生都有可能造成时间的变化，请各位游客理解。【人身以及财产安全说明】1、按《旅游法》的规定，游客报名时需确保自己的身体健康状况适合参团旅游，旅游者签订本次旅游合同，即视为旅游者对此次旅游的辛苦程度和医疗条件了解；因个人既有病史、身体残障或突发疾病在行程中发作或伤亡，游客自行承担所发生的损失（责任）；旅行社投保的责任保险和旅游意外伤害保险条款中对此类情况也属于免责免赔范围。旅游活动期间我社提醒游客务必注意：人身及财产安全，自由活动期间游客也应注意自身安全。旅行社不推荐游客参加人身安全不确定的活动，旅行社禁止游客进行江、河、湖、海的游泳活动，如因游客擅自行动而产生的后果，游客自行承担所发生的损失（责任）。2、为了您的安全请游客不要隐瞒病情，否者产生后果自负，因此影响到其他游客的正常旅程还需承担赔偿责任。3、个人贵重物品由游客本人自行妥善保管，不要将贵重物品滞留在酒店或旅游车内！在旅游途中如因个人保管不当出现被偷、被抢、遗失事件，我社协助游客寻找或报案等相应的补救措施，游客自行承担所发生的损失（责任）【不可抗力免责说明】：如恶劣天气、自然灾害、火车延误、汽车塞车等不可抗力原因如造成团队行程更改，延误、滞留或提前结束时，旅行社只负责协助处理。【投诉与建议】： 为保证我们的服务质量，同时也为了保障旅游者的利益，在游览过程中若对我社提供的服务如酒店、用车、导游、用餐等有不满的地方，请及时提出，并请及时告知我社，以便我社进行调整，让问题在当地得以及时处理，行程结束时请客人认真如实填写《旅游意见反馈表》我社以意见反馈表为主要依据。 《中国公民国内旅游文明行为公约》 营造文明、和谐的旅游环境，关系到每位游客的切身利益。做文明游客是我们大家的义务，请遵守以下公约： 维护环境卫生。不随地吐痰和口香糖，不乱扔废弃物，不在禁烟场所吸烟。（2）遵守公共秩序。不喧哗吵闹，排队遵守秩序，不并行挡道，不在公众场所高声交谈。（3）保护生态环境。不踩踏绿地，不摘折花木和果实，不追捉、投打、乱喂动物。（4）保护文物古迹。不在文物古迹上涂刻，不攀爬触摸文物，拍照摄像遵守规定。（5）爱惜公共设施。不污损客房用品，不损坏公用设施，不贪占小便宜，节约用水用电，用餐不浪费。（6）尊重别人权利。不强行和外宾合影，不对着别人打喷嚏，不长期占用公共设施，尊重服务人员的劳动，尊重各民族宗教习俗。（7）讲究以礼待人。衣着整洁得体，不在公共场所袒胸赤膊；礼让老幼病残，礼让女士；不讲粗话。（8）提倡健康娱乐。抵制封建迷信活动。 |