

【无极·圣境】稻城亚丁高端真纯玩 4 日游

行程特色:

真纯玩 0 自费 0 购物全程当地 5 星酒店

1. 全程指定入住高端酒店，出行无忧舒适至上；
2. 土司火锅+牦牛汤锅，贴心暖胃旅途必备；
3. 特享高原温泉，解乏旅途疲惫；
4. 走进藏家歌舞晚会，体验最地道的人文风情；

当地特色美食（牦牛汤锅+土司火锅）

天数	行程	早餐	午餐	晚餐	参考酒店
第一天	泸州—50km--稻城—76km--日瓦	×	×	√	时代亚丁（标间）
第二天	日瓦--37km--亚丁景区--37km—日瓦	√	×	√	时代亚丁（标间）
第三天	亚丁景区 —80km 稻城	√	×	√	明宇丽雅（标间）
第四天	稻城--50km—泸州	√	×	×	×

以上参考酒店入住地，由于不可抗拒因素造成不能前往，旅行社根据实际情况合理调整入住地

《详细行程》

第一天：泸州—50km—稻城—76km—日瓦

【行程时间 4-5 小时】

住宿：日瓦镇双标独卫

用餐：晚

早上前往泸州云龙机场乘机（参考航班：3U3752, 12:35-13:50）抵达迄今全球海拔最高的景区机场—稻城亚丁机场（海拔 4410 米），导游接机，沿途可以观赏到高原农牧区风光，蓝天、雪山、草地、牛羊让你感受到这片高原净土人与自然的和谐风光。翻越青藏高原最大的古冰川遗址、稻城古冰帽—【海子山自然保护区】（海拔 4500 米），1145 个大小海子如上帝失手撒下的一千颗钻石一般闪烁在山间，其规模密度为中国之最。下山后经桑堆乡，如有幸，可欣赏到由大片红色水草所形成的【红草海】（红草地因季节限制只在 9 月 10 日-10 月 20 可观赏到红色风景带），沿途观【傍河风光】，赏【万亩青杨林】，领略【色拉坝草原】风光。后翻越海拔 4695 米的【波瓦山】，沿【十里杜鹃河谷】而行，抵达

日瓦后您可以品尝最纯正的【走进藏家篝火晚宴】（赠送项目，不用不退不做等价交换）在美食，美酒和歌舞晚会的热闹气氛中度过愉快夜晚。后抵达“最后的香巴拉”——【香格里拉乡】（原日瓦镇）。

藏式火锅晚宴是集歌舞表演、藏家体验、篝火晚会和精品美食于一体的大型综合性娱乐活动

温馨提示：

1、请遵守导游的具体时间安排进行游览活动，有特殊情况请务必提前告知导游；（导游有权调整游览顺序，但保证景点不减少）

2、当日行程几乎将一直在海拔 3000 以上行驶，为避免高原反应，请游客们提前做好高原反应的防范措施；

第二天：日瓦—37km—亚丁村—37km—日瓦 【游览时间 6-8 小时】

住宿：日瓦镇双标独卫

用餐：早/晚

早餐后，从酒店乘车直接到达景区管理站，换乘景区观光车（自理 120/人），然后从冲古寺乘坐电瓶车（约 6.5 公里，步行 2 个小时，单程 50 元，往返 80 元自愿消费）或步行继续前往【洛绒牛场】，上山时可远观【夏洛多吉神山】（意为金刚手菩萨，海拔 5958 米）、【央迈勇神山】（意为文殊菩萨，海拔 5958 米），观赏野生动物、高山花蕊、雪山森林、冰川、湖泊、河流，体验人与自然和谐相处的天然妙趣，让神山圣水与心共鸣，尽情沉醉在梦幻之地，在【洛绒牛场】可以骑马（305 元/单程自愿消费）前往【牛奶海】（藏语为俄绒措，海拔 4500 米，古冰川湖，状如水滴，面积 0.5 公顷，四周雪山环绕，以其玲珑秀雅水色翠蓝而得名，传说是能治愈聋哑怪病的圣湖），【五色海】：藏语为丹增措，海拔 4600 米，湖面呈圆形。面积 0.7 公顷。由于光的折射下，产生五种不同颜色而得名，（全程往返 10 公里，骑马费 300 元，骑马往返时间要 4 小时左右。视个人情况而行。后返回香格里拉乡（原日瓦镇），晚餐后用晚餐享用**牦牛汤锅**：牦牛火锅是指专用青藏高原牦牛肉为主料的一种具有非常鲜明藏族特色的火锅，牦牛火锅味道十足，嫩滑爽劲，有清汤原味，酱香味，还有麻辣味，特别香辣，老少皆宜，营养丰富。后入住酒店休息。

温馨提示：

1. 估计 4 点钟左右出景区，请注意乘车时间

2. 如需骑马前往游览五色海、牛奶海，费用参考价格 305/单程，单程距离 3 公里无往返，请游客合理安排游览时间。

骑马不为旅行社推荐项目。不在保险范围内，如有意外，后果自负

第三天：亚丁景区

【行程时间 4-5 小时】

住宿：稻城双标独卫

用餐：早/晚

早餐后，乘坐景区观光车（自理 60/人），翻越海拔 4760 米的【牛郎神山】到【扎灌崩】（大约 1.5 个小时车程）进入亚丁核心景区，步行几分钟到【冲古寺】，（冲古寺到珍珠海小溪和嘛呢堆组成的天然冲古草坪，朝观神山【仙乃日】（意为观世音菩萨，海拔 6032 米），步行欣赏仙乃日脚下的【珍珠海】（藏语称为卓玛拉措）：珍珠海传说是仙女的梳妆镜，美丽的卓玛拉措，像一颗镶嵌在莲花宝座上的绿宝石。碧波荡漾，水天一色，云影波光中，透出无限清丽，湖畔四周，参天巨树，苍翠如屏。（冲古寺到珍珠海全程往返 3KM，步行时间约为 2 小时），这里是欣赏仙乃日的最佳位置。告别三座圣山，然后一步一步地远离最后的香格里拉——亚丁，返回龙同坝坐观光车，返回香格里拉乡，乘旅游车前往稻城县。晚餐后可自行前往酒店温泉池浸泡**高山温泉**，稻城的温泉均无色无偏碳酸，温泉水质清澈，无色无味，不含硫，还可饮用。

温馨提示：

1. 洛绒牛场~五色海、牛奶海：此路段因海拔高，对身体素质要求非常高，客人须根据自身实际情况选择骑马前往游览。若身体不适执意前往者所造成的一切后果，敬请自负！！

2. 估计 3 点-4 点钟左右出景区，请注意乘车时间。

3. 如遇身体不适请放弃酒店温泉项目

第四天：稻城—50km—机场

用餐：早

早餐后或打包早，乘车前往稻城机场，搭乘航空公司客机返回泸州（参考航班：3U3751，10:35-11:50），结束愉快的香巴拉之旅。

《服务项目及标准》

- 景点门票** 亚丁门票 1.2 米以下儿童免门票。门票为旅行社优惠价格，持有优惠证件不予二次退费优惠
- 用餐标准** 3 早 3 正（十人一桌，八菜一汤；藏区条件有限，如菜色不好敬请谅解，行程预订用餐，如客人放弃用餐则餐费不退！）
- 住宿酒店** 香格里拉镇酒店：时代亚丁大酒店或同级酒店
稻城酒店：明宇丽雅阳光温泉酒店或同级酒店
备注：如遇单男单女自行补足单房差
- 旅游交通** 全程 5-39 座空调车（根据具体人数安排车型）
- 导游服务** 优秀专职导游服务（10 以下司机兼导游）
- 旅游保险** 含旅行社责任险，不含旅游意外险。各组团社需在客人前往旅游时为游客提前购买旅游意外险
- 必须消费** 亚丁观光车 120 二次进沟观光车 60
- 儿童安排** 按小孩参团者，只含车位、餐和保险。小孩超过 1 米 2 者，自补半餐产生门票等费用自理

特别备注：

- 1: 人力不可抗拒因素造成团队滞留、耽误或由此造成损失，产生的费用客人自理，我社将协助安排；
- 2: 自由活动时间，请不要外出，如要外出请结伴而行。并请注意安全！如有突发事件请及时拨打 110, 120 或其他公共服务电话。
- 3: 如因交通事故造成客人身体伤害及财物损失，按照《中华人民共和国道路交通事故处理办法》进行赔偿。解释权及理赔权由保险公司负责。保险公司对 3 岁以下和 70 岁以上老年人不受理，另身体有疾病的，请不要参加旅行团。老人、小孩建议有家人陪同，在景区游览时要结伴而行。
- 4: 各景区景点内商店摊点为景区配套设备，不属于旅行社购物安排，与旅行社无关。请游客谨慎选购，我社均不负责游客在该类似购物店内购买物品质量的优劣。
- 5: 请在报名时提供与本人有效证件完全相符的名字及证件号码，小孩请出示准确出生日。并请于出团时携带有效居民身份证，小孩请携带户口本，外宾带好护照、居住证，台胞带好台胞证。旅游过程的飞机的乘坐、酒店住宿都需要出示证件才能办理。否则一切责任自负。
- 6: 景区早晚温差大且气候多变，夏天也需要多带一件外套，雨伞也是必不可少的。长时间在户外活动，请戴上太阳帽，涂抹防晒霜和润唇膏，以保护皮肤。墨镜最好也带上。晕车（船）药、仁丹、消炎药、肠胃药、黄连素、感冒药、创可贴等常备药品，防蚊虫的风油精、花露水。手机、相机、充电器、存储卡等电子产品和配件，常用洗漱用品也需要带上。
- 7: 请按约定时间、地点、集合登车，并保持联系电话畅通！如因客人原因导致误机、误车，损失客人自理。
- 8: 如在行程中游客生病；导游会积极参与救治但产生的一切费用客人自理。
- 9: 客人请自觉遵守当地宗教信仰习俗。遵守景区管理制度，禁止抽烟、不乱丢垃圾、旅游期间请管理好自己的财物，以免发生丢失，旅途中听从导游安排。
- 10: 入住酒店后贵重物品请寄存酒店前台，请爱惜酒店内的物品设备。睡前关好门窗，请注意个人财务及人身安全。沿线住宿硬件和软件条件都有限，请不要以城市的标准来衡量，敬请谅解），旅游者出现单人住宿我社尽量拼房安排住宿，确实无法拼房时由客人补付单房差。
- 11: 请客人谅解散客拼团局限性，此团不同于独立包车团。因为客人都是来自不同省份地区的互不认识、有老有少，行动中有快有慢、个人爱好不同、有的喜欢拍照、有的喜欢听讲解等各种因素，在团队运行中请相互尊重、礼让、彼此关照、相互理解。
- 12: 本行程景点游览时间无法很准确的标注，原因如下：游客自身的个体差异、景区游客的数量多少、游客游览的快慢、沿途观光拍照、天气、司机开车速度等，所以请游客理解与配合导游根据当时状况安排的游览时间来游览。
- 13: 我社会对团队质量进行随时监控，服务质量是以车上大部分游客的意见为准，请客人谅解散客拼

团局限性，并就团队质量问题及时与我社沟通，以便及时协助解决；客人在完团后，请认真填写旅游意见表，如返程后提出异议视为放弃投诉权力。

14：因客人自身原因退团、放弃参与项目费用一概不退，敬请见谅！

友情提示

1、个人物品及装备：身份证、护照（外籍人士）、银行卡(甘孜只有农行)、最好带现金（但现金不要带太多）；

户外用品：背包、腰包(放随身重要物品), 防水雨具；

衣物：防寒服，旅游鞋（最好是防水旅游鞋）

防寒防晒品：防晒霜（50SPF PA++以上）、太阳镜、太阳帽、润肤霜、唇膏；

各类器材：手机、相机、充电器、备用电池(充电设备多的, 最好准备一个轻便的多用插线板, 免得大家抢插座)。

2、药品：

高原反应药：红景天、肌苷片等；

感冒药：白加黑、百服宁、芬必得、头痛感冒药等(如果要预防感冒就带板蓝根冲剂)；

喉腔药：草珊瑚含片、西瓜霜含片；

胃肠药：保济丸、吗叮林、泻利停、氟哌酸、藿香正气水；

外伤药：正红花油、创可贴、红药水、纱布；

高原蔬菜水果少, 维生素必要的, 带些维生素C, 而且容易上火带牛黄解毒丸。

3、食品：巧克力、牛肉干、奶糖、豆腐干等高热量食物。

此行程单作为《国内旅游合同》的组成部分，与旅游合同有同等法律效力。本人代表同行人已仔细阅读以上内容，同意并保证遵守旅行社的安排。如产生合同纠纷或人身意外事故，按《中华人民共和国合同法》、《道路交通安全法》、《保险赔偿条例》裁定。

同意并签名：_____

日期：_____