

好如意 | 论道青甘 3.0 版本

兰州、武威、张掖、嘉峪关、敦煌、大柴旦、茶卡、青海湖、塔尔寺、
兰州 8 日游

纯玩零购物，无任何消费陷阱，如进购物店，赔偿 5000 元/人。

15 人内小包 VIP 精品团

无人机拍摄：10-15 秒视频、2-3 张照片)当天精剪，让您的短视频惊爆朋友圈

嘉峪关登楼：与众不同，不走关观花，嘉峪关登楼，一瞬千年

莫高窟无需补门票差：行程含正常含B票，如遇景交政策要求升级票，我社免费升级
赠送参观：大地之子/海市蜃楼/汉武帝雕像景点。

大漠下午茶：慵懒的午后，短暂的放空，享受颜值味道在线的下午茶

超值赠送：体验【敦煌壁画临摹或沙瓶画】，观看全球首部洞窟式沉浸体验剧《乐动敦煌》

陆地头等舱：8 人以上安排陆地头等舱 1+1 豪华用车（舒适座椅、宽敞空间、135 度倾斜躺椅）。

王牌优势导游：专一、专注、专业。

-----推荐理由-----

特色餐： 张掖炒波拉/嘉峪关汽锅鸡/86 味素斋养生宴/羊羊得意餐/大梦敦煌宴

全程网评五钻酒店：兰州市区一晚国际五星酒店，大柴旦网评四钻、茶卡/青海湖安排舒适酒店住宿

暖心赠送：每人一条丝巾/行程中每人每天 1 瓶水。

出行无忧：24 小时专属管家+24 小时接机服务、、任何问题行程中随时在线解决。

保证拼房：一个出行保证拼房，免收单房差

-----秒懂行程-----

D	行程	用餐	住宿
D1	昆明出发---兰州新区/市区	自理	兰州新区/市区

D2	兰州新区/市区--武威--张掖【 雷台公园, 丹霞地貌 】	早/晚	张掖
D3	张掖--嘉峪关-敦煌【 嘉峪关城楼 大地之子 海市蜃楼 汉武帝雕像 】	早中/	敦煌
D4	敦煌全天【 莫高窟 鸣沙山 月牙泉 】	早中/	敦煌
D5	敦煌---大柴旦【 途径南八仙+俄博梁 西台吉乃尔湖 水上雅丹 U型公路 】	早/晚	大柴旦
D6	大柴旦---茶卡/青海湖沿线【 翡翠湖-茶卡盐湖/茶卡壹号.盐湖景区 】	早中/	茶卡/青海湖沿线
D7	茶卡/青海湖-塔尔寺-兰州【 青海湖 塔尔寺 】	早中/	兰州新区/市区
D8	兰州送机-抵达昆明, 结束行程	早//	

01、昆明--兰州新区

飞机抵达兰州新区，一碗面、一座桥、一本书、一条河、这就是兰州！这是一座因河而生的城市，更是黄河在它将近六千公里漫长行程中唯一穿城而过的省会城市。因为这条伟大的河流和它的渡口，一座城市就此踏上了它穿越时光的漫漫行程。后入住酒店。

用餐：无

酒店：兰州新区中川饭店/敦湖温泉酒店/皇冠酒店或同级别酒店（网评 5 钻）

温馨提示：

- 1、请提前告知航班时间，地面联系人会提前一天以短信方式告知接机方式、集合地点等信息。如出发前一天下午 21:00 前还没有收到相关信息，请来电咨询。
- 2、今日抵达兰州后，请旅客保证手机畅通，等候工作人员电话联系，我社已代定机场至酒店单趟拼车接送服务，下机后因接站人陆续通知，有可能等候，出站口仅提供临时停靠，需步行至集合点上车；不包含餐、导游服务；酒店入住前如需交房卡押金，需由您在酒店前台现付。

02、兰州新区-武威 (240KM 约 3.5 小时) -张掖 (230KM 约 3.5 小时)

早餐后乘车前往武威，抵达后参观【武威雷台公园】（游览时间约 40 分钟）国家 AAAA 级旅游景区，丝绸之路上的精品旅游景区，因出土中国旅游标志马踏飞燕闻名。1983 年被公布为甘肃省重点文物保护单位，2001 年被国务院公布为第五批全国重点文物保护单位。

后乘车赴张掖，抵达后参观【七彩丹霞】（含区间车、游览时间约 1.5-2 小时），随我看岁月变迁留下的绚烂之美：以生花妙笔、描丹霞锦绣。丹霞地貌很多地方都有，但是，只要你看过张掖的七彩丹霞，那么，其他的丹霞地貌根本不足一提，正应了那句“黄山归来不看岳，五岳归来不看山”。这里的颜色和它本身一样，具有历史的余韵，每一种颜色代表一段不同时间的洗礼，只有真正经受了这些时间的洗礼，才能把最美的自身展示给世界！后入住酒店。

用餐：早、晚（张掖炒拨拉）

酒店：张掖宾馆（网评 5 钻）

政府接待酒店、遇特殊情况安排以下酒店

张掖尚景国际/张掖品尊酒店/张掖御景国际酒店/张掖千玺丝路/张掖富来登温泉假日酒店/智选假日/张掖凯瑞/绿洲假日酒店/张掖铭嘉乐国际/嘉亨酒店/丝路悦港酒店(张掖高铁站店)/张掖唯景//张掖七彩宾馆/或同级

温馨提示：

当天路途遥远、午餐时间比较晚、建议自备便携式干粮（牛奶、面包、巧克力、水果等食物）。七彩丹霞参观时，由景区北门进出，请在景区中乘车时注意景区交通车标识牌，进入景区需徒步走路参观 请各位游客穿平底鞋或运动鞋进入参观

如何拍出七彩丹霞的美照：

清晨和傍晚是拍摄丹霞最佳的时间，金色的朝阳与落日的余晖洒在彩色的沙丘之上，会让丹霞的色彩更加艳丽。穿衣服时不建议穿色彩艳丽的衣服，建议穿纯色，特别是白色，这样拍出的效果相对较好。

到张掖要准备什么？

张掖属于我国的大西北，这里气候相对比较干燥，紫外线比较强，所以到张掖旅游除了按季节携带相应的衣物之外，补充水分、防晒是重中之重，帽子、防晒霜、墨镜、防晒衣等必不可少。

03、张掖-嘉峪关 (230KM 约3小时) -敦煌 (380KM 约5小时)

早餐后乘车赴嘉峪关，抵达后前往【嘉峪关关城】（游览时间约1-2小时），不跟我登一次关城，怎知这是一个能让你读懂一念千秋的地方。内城外墙勾连环接，箭楼角楼相倚相望。万里黄沙间汉长城似游龙浮动，烽燧遗墩、断壁残垣若隐若现，犹如一幅凝聚着边塞沧桑的历史画卷。这里就是历史战争中最伟大的传奇之所，中华民族抵御外虏入侵的第一站。无数唐朝诗人在这里留下千古名篇，让人梦回萦绕。铮铮铁血在这里展现得淋漓尽致。站在它的脚下，才会真正被这座天下第一关所折服！

随后出发前往瓜州（260KM、约3小时），带您掀开【大地之子】（游览时间约10分钟）的面纱，在这里寻找你的初心。苍茫的大地上俯卧着一个神情安详的婴儿，他仿佛正在大地妈妈的怀抱里安然入睡。这万古深情这戈壁苍穹挥映着古往今来的真诚。大地之子孕育着多少人的心声！有一座【海市蜃楼】（游览时间约10分钟）它是由一个“主殿”和四个“阙楼”构成。原来它是由清华美院董书兵教授在甘肃省瓜州县创作的第二件大型作品，名曰《无界》，在这戈壁荒漠中，实属一处难得的景致。后前往敦煌（110KM、约2小时、高速），抵达后入住酒店。

用餐：早、晚（大梦敦煌宴）

酒店：敦煌国际酒店/阳光沙洲酒店/天河大酒店/万盛国际饭店/敦煌华夏国际大酒店/或同级别酒店（网评 5 钻）

温馨提示：

1、嘉峪关为荒漠气候，早晚温差大，游客在旅行中要注意增减衣物。参观嘉峪关多数时间需要步行，建议穿舒适的旅游鞋。嘉峪关关城是我国重点的历史文物保护景点，爱护一砖一瓦是游客的责任与义务。

2、途中会经过高速休息站瓜州服务区，内有当地商贩在此兜售特产和瓜果，请您谨慎选择，此处非本产品指定购物店

嘉峪关美食：

西北地区酷爱吃面和牛羊肉，因此好多美食都是与此相关的。面食类有炒拉条、炒炮仗、臊子面、牛肉拌面、大肉干拌等，肉类主要是手抓羊肉、鸡肉焖卷子等，都值得尝一尝。

嘉峪关关城的自然风光和历史遗迹都是绝佳的拍照背景

- 1、可以在关城城墙下拍摄古朴雄伟的景色，红墙灰瓦的建筑在黄土色的关城内很是醒目。
- 2、关城外墙跟内墙都能登上去，可以跟嘉峪关三个最高的城楼合照，位置对的话能拍到嘉峪关楼跟另外两个门楼排成一线的照片。

04、敦煌-莫高窟（12KM 约 20 分钟）-鸣沙山（11KM 约 20 分钟）

早餐后前往莫高窟，汉唐雄风吹拂着西域、丝路驼铃吟咏着敦煌，有一种震撼属于【莫高窟】（3月D票、升级观看12个洞窟，4月A票，观看8个洞窟，游览时间约3-4小时），它述说了中华民族千年来的辉煌，承载了中华民族无数的血泪屈辱。飞天、经卷、佛像……历经千年，经过历朝历代的扩建与修复，这些洞窟建筑、彩塑和绘画最终震惊中外！

后体验【敦煌壁画临摹或沙瓶画】敦煌壁画临摹主要有三种方式，即现状临摹、整理临摹、复原临摹。研究院美术研究所把临摹复制壁画

作为研究中国古代壁画的切入点，经过几代美术工作者 70 余年的临摹实践，根据研究目的和方法，总结并形成了一套比较科学的临摹复制方法及理论。通过临摹，梳理古代壁画制作及技法，研究总结中国传统壁画的绘制技法，形成和完善中国绘画源流及技艺体系。

后赴鸣沙山，**多情【鸣沙山】柔情【月牙泉】(游览时间约 2 小时)**：相信梦里到达的地方，总有一天脚步也能到达。月牙泉处于鸣沙山环抱之中，其形酷似一弯新月。古称沙井，又名药泉，就这一汪清泉卧荒漠，日月蒸腾，千年，风沙弥漫，依然鲜活。泉水清澈，一如明亮的眸子，在浑黄的狂风和滚滚的黄沙飞扬中，与日月同辉。**晚赠送观看全球首部洞窟式沉浸体验剧《乐动敦煌》**，还原了敦煌壁画中的乐舞盛景，采用全息投影、3D 威亚等高科技手段，以全沉浸式的呈现方式，演绎了西域少年白氏追寻艺术的动人故事。后入住酒店。

用餐：早、中（烤全羊）

酒店：敦煌国际酒店/阳光沙洲酒店/天河大酒店/万盛国际饭店/敦煌华夏国际大酒店/或同级别酒店（网评 5 钻）

温馨提示：

- 1、鸣沙山是参与性较强的景区，娱乐项目较多，请尽量选择安全性较高的项目参加；鸣沙山骑骆驼时不要大声尖叫和打伞以免骆驼受到惊吓，抓紧扶手，特别注意，不要转身拍照；滑沙时最好不要随身携带照相机、手机等贵重物品，以免损坏或丢失。
- 2、游览鸣沙山时紫外线较强、请做好防晒、建议戴墨镜和帽子。

备注：10 人安排壁画临摹、10 人以下安排沙瓶画

烤全羊（1-8 人安排烤羊腿；9-10 人安排半只烤全羊）。

莫高窟 3 月 D 票、4 月 A 票，如果客人报名时 A 票售完，则预约应急票。退还差价)

- 3、莫高窟预约及购票

1) 提前 30 天开放预约，团队参观时间会按照订单签约时间依次进行预约，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的问题，甚至个别无票情况，我社安排西千佛洞及敦煌博物馆代替。给您带来不便，敬请谅解！莫高窟是集珍贵性、脆弱性为一体的世界文化遗产，需要我们精心的呵护。在参观过程中遇到因降雨、沙尘天气导致洞窟暂停开放，请您配合工作人员的安排，如延时开放，则推迟参观计划，如无法参观则按莫高窟规定退还门票费用。

4、莫高窟参观时间以预约时间为准、可能会根据预约时间调换参观顺序。

05、敦煌—水上雅丹 (560KM 约 8.5 小时) 大柴旦 (360KM 约 5 小时)

早餐后出发前往水上雅丹，途经南八仙，是世界最大最典型的雅丹景观之一，分布面积达千余平方公里。因其奇特怪诞的地貌，被世人视为魔鬼城，别具一格。途径俄博梁的边缘，从俄博梁的山梁上往下望，戈壁上有大量的龟背型的雅丹，看上去就像一个个敖包一样，“敖包梁”由此得名，后来逐渐逐渐就叫成“俄博梁”了。

抵达后参观【乌素特水上雅丹】(含区间车，游览时间约 1 小时)，万点波澜鲸跃于海、世无其二水上雅丹：水予雅丹三分灵动，雅丹赋水七分雄浑。乌素特雅丹地质公园位于青海柴达木盆地的西北部，历经千万年的地质运动和时空苍变，孕育和形成一片世界面积最大、最为壮观的雅丹群落，面积约 2.1 万平方公里，主要分布在南八仙、俄博梁地区。乌素特雅丹位于南八仙雅丹群之中，区域内雅丹土丘高 10-25 米，最高可达 50 米。雅丹形态丰富多姿，遍布于湖泊之中，是发现的世界最早的一处水上雅丹景观。

随后出发前往大柴旦，途经最美 U 型公路(政府规定禁止停车)，黑色的路面随地势起伏，柴达木盆地独有的地貌造就了独特壮美的自然

风光和人文景观。被誉为“中国版 66 号公路”。抵达后入住酒店。

用餐：早、晚

酒店：大柴旦翡翠湖酒店/光岳酒店/美豪酒店/大柴旦天空维景酒店/大柴旦柴达木花园酒店/西海明珠/聚鑫源酒店/天空之境维景酒店/金陵雅丹大酒店/守信龙之梦酒店(网评 4 钻) 或同级

温馨提示：

- 1、此天途经之地较为偏僻，无推荐餐厅，可以提前自备便携式干粮（牛奶、面包、巧克力、水果等食物）。沿途视当日交通情况及进度，安排 1-2 次停车休息。
- 2、水上雅丹请您注意安全警示，遵守游览秩序，请勿攀爬；严禁湖边嬉闹、下水。
- 3、青海属于高海拔地区，部分贵宾可能会有高原反应，一般情况下高原反应的症状在两天之后会自动消除，可以自备一些防治高原反应的药物以保证夜间高质量的睡眠，减少晨起的头痛；

特别提醒：此天多为无人区、无服务区、多为旱厕、建议备伞。

06、大柴旦-茶卡 (400KM 约 5 小时) / **青海湖沿线** (150KM 约 2.5 小时)

早餐后前往翡翠湖，风卷连光波、翠卧白盐塌：观上帝的眼泪【**翡翠湖**】（含区间车，游览约 1-1.5 小时），如果说上帝在人间留下无数滴眼泪，那么这一颗一定是罕见的绝色，俯瞰整个湖面，如同数颗碎裂的绿宝石，白色的盐晶，蓝绿色的湖水，这梦幻般的色彩搭配，一定会惊艳到您！

随后前往【**茶卡盐湖/茶卡壹号·盐湖景区**】（含往返电瓶车，游览时间约 2 小时）。透过指尖的光阴、邂逅盐湖之旅。水映天，天接地，人在湖间走，宛如画中游。游览透过清盈的湖水，观赏形状各异、正在生长的栩栩如生的朵朵盐花，探求湖底世界的奥秘，领略涨潮后湖面上

留下的滚滚盐涛奇观。茶卡盐湖以其生产、旅游两相宜而在国内外旅游界和青藏高原风光游中享有较高知名度，被国家旅游地理杂志评为“一生必去的 55 个地方”之一。**打卡网红玻璃船**：乘坐玻璃船、探秘灵动镜湖，听海天一色的声音。

后入住茶卡或青海湖沿线酒店，若入住青海湖沿线，**沿途可欣赏青海环湖最美公路**，全程可欣赏到青海湖的壮丽景色。公路沿途风光秀美，湖光山色交相辉映。在公路的南侧，是青海湖的湖岸，湖泊辽阔，碧波荡漾。在公路的北侧，是连绵起伏的群山，山峦叠翠，云雾缭绕。无论是湖光山色，还是湖中倒影，都让人陶醉其中。

用餐：早、中（羊羊得意餐）

酒店：茶卡/青海湖沿线

茶卡：东晨酒店/金陵昊轩酒店（网评 4 钻酒店）/锦天世纪酒店/金恒基酒店（网评 3 钻酒店）或同级

青海湖：住观湖（网评 4 钻酒店）/心灵树/牧歌观景/九龙客栈（网评 3 钻酒店）或同级

温馨提示：

- 1、中餐时间比较晚、建议大家自备零食
- 2、盐湖地区海拔约 3000 米，要注意不能剧烈运动，以免产生高原反应。由于盐层比较粗糙，赤脚走路时会有些痛，如想进入湖中拍照，尽量带上鞋套或自备拖鞋。湖中有大小不等的溶洞深不见底，进入湖中请注意小心失足落入，不建议走的太深。
- 3、天气晴朗时紫外线强，且还有湖面的反射，需做好皮肤的防晒，保护眼睛的墨镜也是必备品。

拍照攻略：

- 1、需要留意一下天气，晴天才好出大片，不然技术再好准备再多，也拍不出天空之镜的倒

影..另外要等到无风或者微风时候,否则风太大,水面波动,也是没有倒影效果的。

2、最佳拍摄时间是早上九点左右和傍晚五点左右,这时候不仅人少,光线也合适。到中午人会越来越多,很难找到没人的背景,加上强烈的阳光直射,效果反而最差。穿搭建议只要是单一亮色系的长裙都很不错,搭配红色的披巾随风飘扬也很梦幻!

07、茶卡/青海湖沿线-塔尔寺 (150KM、约 2.5 小时) -兰州市区 (240KM、约 3.5 小时)

早餐后前往青海湖,高原之上的「青色之海」,呈现不同程度的蓝青色,宛如被蓝天所染,满目清凉。**【青海湖】(游览时间约 1-2 小时)**是中国最大的内陆湖泊,也是中国最大的咸水湖。位于青海省东北部的大通山、日月山、青海南山之间,三面环山,湛蓝的湖水在阳光的照耀下闪闪发光,一望无际的湖面仿佛是镶嵌着一颗硕大无比的蓝宝石,天空倒映在湛蓝的湖水里,湖水的蓝和天空的蓝融合在一起,活像一幅天然的油画。

随后前往塔尔寺,湟水流经山坳中,如来八塔映天空,衣冠络绎观三绝,袍袖匍匐入几重。**【塔尔寺】(含讲解费和区间车,游览时间约 1-2 小时)**,首屈一指的名胜古迹和全国重点文物保护单位。因先有塔,而后有寺,故名塔尔寺。塔尔寺的酥油花、壁画和堆绣是其艺术三绝,非常值得一看。后乘车赴兰州市区,抵达后入住酒店。

用餐:早、中(86味素斋养生宴)

酒店:兰州温德姆酒店/长城建国酒店/皇冠假日酒店/万达文华酒店/盛达希尔顿酒店或同级别酒店(国际五星)

温馨提示:

1、西宁的民族特色的地方风味小吃颇多,如自然肥嫩的手抓羊肉、清凉爽滑的酸奶、酸辣

可口的酿皮、筋道正好的牦牛肉，以及狗浇尿、尕面片、酥油糌粑、甜醅等等，不仅经济实惠，而且独具特色。

2、舌尖上的兰州：鼎鼎大名的“兰州牛肉面”——马子禄、金鼎、吾穆勒蓬灰、厚粮、苍鹰、占国等品牌的牛肉面；劲道的西北面食——扁豆面、浆水面、羊肉面片、黄记水饺、特色炒面、“风云”炸酱面等等；兰州特色小吃——胡辣羊蹄、牛奶鸡蛋醪糟、杏皮水、灰豆子、热东果、酿（兰州话读 rang）皮子、糖锅盔、糖油糕、浆水漏、甜胚子、晶糕以及各式西北烤肉等等。如果白天想品尝兰州小吃，店家尤以步行街张掖路与大众巷为多，位置在城关区市中心附近。而“正宁路小吃夜市”则是您晚餐夜宵的选地，驰名天下的兰州小吃几乎都可寻见，位置在城关区南面的白银路正宁路。

3、今天会有退站司机联系您、若无联系请提前联系导游。

08、兰州市区—昆明

早餐后适时乘机返回温暖的家，结束愉快旅程。

用餐：早

酒店：无

温馨提示：

- 1、临行前请旅客检查个人随身物品是否齐全！
- 2、我社已代定酒店至机场单趟拼车接送，请根据时间提前退房。
- 3、酒店退房时间为中午 12 点、出发时间是在 12 点后的，请提前退房，再自行安排活动。

接待标准

备注：1、所有赠送项目若因特殊情况不能赠送，不予退费。

2、10 人以上安排篝火晚会，若遇天气等特殊情况无法安排则取消此项目。

交 通：（15 人精品团）

8 人以上安排陆地头等舱 1+1 豪华用车（舒适座椅、宽敞空间、135 度倾斜

躺椅），1-3 人安排 5 座轿车/SUV 车，4-5 人安排 7 座商务车、6-7 人安排 9 座商务车、8 人安排 14 座商务车。行程内保证一人一座，不提供座次要求；因沿线有行车公里数制及部分路段维修，易发生堵车，发车时间均较早，行程内标注出发及行车时间均为预计，具体情况可能略有不同；行程内所有自由活动期间及行程外均不含用车。请予以理解。

导 游：特别安排 10 年以上接待导游，5 人及以下我社不安排导游，司机为辅助工作人员，不做专业讲解，景区参观不陪同，请您知晓！

住 宿：全程网评五钻酒店、兰州市区一晚国际五星酒店，大柴旦网评四钻、茶卡/青海湖安排高档型酒店，西北条件有限，酒店热水分时段供应，青海大部分酒店无空调、带独立卫生间。我社不提供自然单间、如出现单人请补房差。如我社提供的参考酒店无法接待的情况下，我社可以协商安排其他酒店！

用 餐：含 7 早 6 正，早餐为酒店配送，不吃不退；正餐餐标 50 元/人/正，正餐十人一桌、八菜一汤，一桌不足十人菜量会根据实际人数安排或相应减少。客人自行取消用餐，餐费不退。

景 区：含行程所列景区首道门票和所标明的区间车。（不含景区自费项目和未注明的区间车），我们会根据当地实际情况在保证游览时间，景点数量不变的情况下，对行程做相应调整，感谢您的配合与支持。行程所含门票报名的时候均已按照优惠价格减去差价，浙江籍/南京籍/山东籍客人免票政策也已减免，故行程所含门票再无任何二次优惠退费，请周知。

本行程可能涉及自费一览，客人自由选择，绝无强迫消费： 仅供参考

嘉峪关城楼	电瓶车 15 元/人
-------	------------

鸣沙山	电瓶车 单程 10 元/人，往返 20 元/人。骑骆驼 100-120 元/人，滑沙 25 元/人，鞋套 15 元/人。（选消）
敦煌演出	《敦煌盛典》238 元/人起，《又见敦煌》淡季普通 298 元/人，至尊 588 元/人旺季普通 318 元/人，至尊 688 元/人，《丝路花雨》238 元/人起
茶卡盐湖	单程小火车 50、往返小火车套票 108（含鞋套、选消）
天空壹号	区间车 60（必消）、观光陀车 30、越野卡丁车 100、骆驼骑行 80、环湖巴士 80、竹排筏 40、观光吉普车 150（元/人）（选消）
青海湖	区间车 20 元/人，游船 140-180 元/人（选消）
特色美食	敦煌大漠风情宴 1880 元/桌

儿童报价：儿童只含旅游车车位费、导游服务费、餐费、其余费用均不含，如超高发生费用（如火车票、门票、占床等），费用自理。

保 险：航空险、旅游人身意外保险，请自行购买。

特别说明：

- 1、接送站免费赠送，无导游、自愿取消安排接送机服务费用不退！
- 2、所有景区视情况而定、有可能会调整参观先后顺序、敬请谅解。

购 物：旅行过程中景区内、停留点等配套自营或衍生设置的含有购物可能的场所，均非属于旅行社安排的单独购物环节，请您特别注意甄选，谨慎选择。在付款前务必仔细检查，确保商品完好无损、配件齐全并具备相应的鉴定证书，明确了解商品售后服务流程；因个人购买非行程中的商品、我社不承担任何责任。

西北旅游注意事项

西北以其悠久的历史、浓郁的少数民族风情、奇特的地形地貌、众多的热点旅游线路越来越受到中外游客的青睐。但在整体接待条件与内地相比方方面面都有着一定的差距，为使身处旅途的您能尽兴游览美丽的景色，愉快的享受轻松的假期，特备以下注意事项供您参考：

1. 西北地区日夜温差很大，单日温差在 10 摄氏度上下。尤其在景区和郊县，夏季晚间气温可能会降至 5 摄氏度左右。所以游客出游须备外套、毛衣等御寒衣物，做好防寒保暖工作。晚上就寝时将空调调至适度（因青海地区气温常年较低、故青海的酒店很多不配空调），盖好棉被，以免着凉导致发烧感冒，影响第二天的出游。
2. 因西部地域辽阔，有时坐车时间较长，游客需提前做好心理准备。而且在很多情况下，游客需下车行走或体验骑马、骑骆驼的乐趣，所以备上一双舒适而又合脚的旅行鞋尤其重要。在参加一些特殊的野外活动（如骑马、游船时）建议穿着一些宽松的衣裤。
3. 在西北旅游，路途比较漫长、气候差异大。此时体质较弱的游客，可能会出现水土不服的症状。所以建议携带一些常用的治疗药物，如感冒药或治疗肠胃不适的药物。
4. 受旅游地自然条件和当地饮食口味的限制，沿途餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论软件服务、硬件设施以及饭菜质量都可能存在一定差距。且北方大部分地区口味偏重，喜辛辣：我旅行社会尽最大的努力进行协调，尽可能满足不同游客的需求。
5. 整个旅途中，各位游客要注意保管好各自的贵重财物：不要轻易将手

提电脑、照相机等贵重物品留在房间里，建议寄存在酒店总台。在游览途中或晚上结伴出行时，请注意保管好随身携带的证件、现金、手机等等，以免造成不必要的损失，影响之后的行程。

6. 景点附近一些工艺品店兜售的民族特色刀具备受游客的喜爱，但受限于中国民航与铁道部门的托运规定，无法快递运输，所以建议游客不要购买。

7. 大西北属于我国相对边远的地区，自然环境、经济基础、接待条件相比内地可能会存在一定差距。（例如住宿标准方面，不宜用华东沿海地区的标准去衡量西北的酒店）大家出门在外，请抱有一颗平常心，外出旅游肯定不如在家一般的舒适温暖，一旦遭遇问题请不要急躁，以相互体谅、互帮互助为先。西北旅游的车程普遍较长，相对其他地区的旅行会比较艰苦，请大家注意好休息，保持充沛的精力，以便尽兴地游玩。

8. **补充：**因交通延阻、天气、航班取消或更改时间等不可抗力因素所引致的额外费用（客人自理）；火车票如一经出票，退票则产生损失！人力不可抗拒的自然因素，不能完成或延误上述行程，所有产生的费用客人自理。

9. 特殊限制：

为了确保旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，请旅游者在出行前做一次必要的身体检查，如存在下列情况，因服务能力所限无法接待：

- （1）传染性病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人；
- （2）心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗

塞等病人；

- (3) 脑血管疾病患者，如脑栓塞、脑出血、脑肿瘤等病人；
- (4) 呼吸系统疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人；
- (5) 精神病患者，如癫痫及各种精神病人；
- (6) 严重贫血病患者，如血红蛋白量水平在 50 克/升以下的病人；
- (7) 大中型手术的恢复期病患者；孕妇及行动不便者。

未成年人： 未满 18 周岁的旅游者请由家属（因服务能力所限无法接待及限制接待的人除外）陪同参团。

外籍友人： 本产品网上报价适用持有大陆居民身份证的游客。如您持有其他国家或地区的护照，请在预订过程中注明。

意见反馈： 请配合导游如实填写当地的意见单，不填或虚填者归来后投诉将无法受理。

10. 提示： 请各组团社必需在客人前往旅游时为客人提前购买旅游意外险。

- (1) 景点游览、自由活动、物店停留的时间以当天实际游览为准。
- (2) 行程中需自理门票和当地导游推荐项目，请自愿选择参加。
- (3) 请您仔细阅读行程，根据自身条件选择适合自己的旅游线路，出游过程中，如因身体健康等自身原因需放弃部分行程的，或游客要求放弃部分住宿、交通的，均视为自愿放弃，已发生费用不予退费。
- (4) 团队游览中不允许擅自离团（自由活动除外），中途离团视同游客违约，按照合同总金额的 20% 赔付旅行社，由此造成未参加行程内景点、用餐、房、车等费用不退，旅行社亦不承担游客离团时发生意外的责任。