

天空下的调色盘，渲染出魅力青海

THE COLOR PALETTE UNDER THE SKY RENDERS THE CHARM OF QINGHAI

青澜之旅

QINGLANZHILV

Qinghai

品质6日游



青海湖二郎剑/最美环湖西路/东格爾观景台
青海湖断崖/茶卡壹号盐湖/大柴旦翡翠湖
文伽牧场/互助彩虹部落



特别安排

Special Arrangement

价值498元文迦牧场 草原大礼包



草原射箭

体验检百步穿扬，化身草原神射手，手覆弓箭，指点江山，感受天下尽在我手的豪迈！



化身草原藏家主角
一键出大片

藏服换装



洗礼仪式、点酥油灯
挂五彩经幡

藏式祈福



投壶、蹴鞠、捶丸、飞镖、大力王、萌宠乐园

— 藏式风俗体验、特色草原风情活动 —

AERIAL PHOTO

COOL YOUR FRIEND CIRCLE

PROFESSIONAL DRONE AERIAL PHOTOGRAPHY

专业无人机航拍

旅行途中，我们安排了无人机拍摄，让您的美丽瞬间被记录下来。一张张定格瞬间的照片，炫酷你的朋友圈。



COOL YOUR FRIEND CIRCLE

特色美食：藏王宴

品尝地道西北风味，感受藏族人民的热情好客，观看他们的舞蹈，在欢乐中度过。



—— 舒心住宿 ——

COMFORTABLE ACCOMMODATION

全程升级精选当地准四酒店



精华景点

Special
Attractions

畅游祖国大好河山 每天不一样的景观体验



▼青海湖

我国第一大内陆湖泊，也是我国最大的咸水湖。湖面纯净湛蓝、温柔恬雅的湖水，满载着古老而优美的传说



▼青海湖二郎剑景区



▼最美环湖西路

最美环湖公路60KM是离青海湖最近点，下公路步行三五分钟就能亲手触摸到湖水。因为离湖近、风景美，这段路也被称作“最美环湖路”



▼东格尔观景台

青海湖边上唯一的一个观景平台，也是距离青海湖最近的地方，离青海湖仅200米，这里的景色视角，是能拍到青海湖美景的地方。



▼青海湖断崖

她是中国最大的内陆湖——青海湖的核心景色区域之一。它以其陡峭的悬崖、清澈见底的湖水而闻名于世。



▼茶卡壹号盐湖

湖面上，时而碧波荡漾，时而有莽莽苍苍，集秀丽、壮美于一体，在那里时仿佛静止般，天地间是一片纯净的白与蓝，就像做了一场幻境的梦...



▼大柴旦翡翠湖

一个被誉为上帝眼泪的地方，景色美如画绝对值得期待，从上俯瞰，就如一颗颗精心加工好的上好翡翠、琥珀绿松石镶嵌在大地上，美的让人心动。



▼文伽牧场

景区囊括藏民族文化及仓央嘉措诗歌文化。独特的地理区位造就了月出东山和日落西海的奇景，银河带位于景区正上空，有“星空秘境”的美游游江山—梦美西北。



青澜之旅——青海湖二郎剑、最美环湖西路、东格尔观景台、

断崖、茶卡壹号盐湖、翡翠湖、文伽牧场、互助彩虹部落、悬空寺6

日游

线路特色：

- 1、省心用餐保障——落地含全餐
- 2、特色美食：藏王宴
- 3、专业无人机航拍——炫酷朋友圈
- 4、打卡最美环湖西路
- 5、特别安排离青海湖最近的地方——东格尔观景台
- 6、优选大交通——动车往返感受中国速度更舒心
- 7、舒心住宿——升级全程精选当地准四酒店
- 8、特别安排价值468元的文伽牧场藏式草原大礼包——投壶、射箭、蹴鞠、捶丸、飞镖、大力王、藏服换装、藏式祈福、萌宠乐园

日期	简易行程	餐饮	住宿
D1	成都-兰州	/	兰州
D2	兰州--西宁--青海湖--茶卡	早中晚	茶卡
D3	茶卡--茶卡壹号盐湖--翡翠湖--德令哈	早中晚	德令哈
D4	德令哈--东格尔观景台--鸟岛专用线--最美环湖西路 --断崖--藏族村寨--文伽牧场--湟源	早中晚	湟源/ 西宁
D5	互助彩虹部落--藏药博物馆--悬空寺--兰州	早中晚	兰州
D6	兰州--成都	早	

详细行程

成都--兰州

根据航班时间客人自行前往兰州，抵达后，前往酒店办理入住，后可自由活动。

D1



酒店：兰州



用餐：全天用餐自理

兰州--西宁--青海湖--茶卡

早餐后乘车途径西宁，前往我国最大的咸水湖——青海湖！游览中国最美的五大湖泊之首高原明珠—【青海湖二郎剑】（含门票，不含电瓶车，不含游船，游览不低于3小时），是我国第一大内陆湖泊，也是我国最大的咸水湖。湖面纯净深湛、温柔恬雅的湖水，满载着古老而优美的传说，夹带着文成公主的相思，是如此的波澜壮阔、恢宏磅礴，漫步青海湖畔，拥一抹晨曦在心，握一缕格桑花的明艳于手，不思前尘，不念过往，心中，只存世事通透的安然.....

D2

后乘车前往茶卡。



酒店：茶卡



用餐：早餐、中餐、晚餐

茶卡--茶卡壹号盐湖--翡翠湖--德令哈

早餐后，前往【茶卡壹号盐湖】（含门票，不含区间车60/人，游览不低于3小时）茶卡盐湖是古丝绸之路的重要站点，历史上是商贾、游客进疆入藏的必经之地。这里风光旖旎，景色优美。湖面上，时而碧波荡漾，时而有莽莽苍苍，集秀丽、壮美于一体，在那里时仿佛静止般，天地间是一片纯净的白与蓝，就像做了一场幻境的梦...这里被国家旅游地理杂志评为“人一生必去的55个地方之一”。

D3

后前往【大柴旦翡翠湖】（含门票，不含景区小交通60/人）一个被誉为上帝眼泪的地方，景色美如画绝对值得期待，从上俯瞰，就如一颗颗精心加工好的上好翡翠、琥珀绿松石镶嵌在大地上，美的让人心动。



酒店：德令哈/大柴旦



用餐：早餐、中餐、晚餐

德令哈--东格尔观景台--鸟岛专用线--最美环湖西路--断崖--藏族村寨--

文迦牧场--湟源

D4 后乘车经鸟岛专用线前往青海湖最美环湖公路（最美环湖公路 60KM 是离青海湖最近点，下公路步行三五分钟就能亲手触摸到湖水。因为离湖近、风景美，这段路也被称作“最美环湖路”）。途中经过【青海湖东格尔观景台】东格尔观景台，是青海湖边上唯一的一个观景平台，也是距离青海湖最近的地方，离青海湖仅 200 米，这里的景色视角，是能拍到青海湖美景的地方。观景台位于环湖西路东北侧。青海湖东格尔观景台位于青海湖国家重大风景名胜区内环湖西路东北侧。东格尔观景台可以俯瞰整个青海湖，观鱼观湖观日出，湖水波光粼粼，蔚蓝壮美。后乘车前往【青海湖断崖景区】（不含景区电瓶车 30/人）这个绝美的地方位于中国的西北部，是一处被誉为“大自然的杰作”的奇景。是中国最大的内陆湖——青海湖的核心景色区域之一。它以其陡峭的悬崖、清澈见底的湖水而闻名于世。青海湖断崖的湖面呈现出一片碧蓝，水质清澈见底。站在崖上俯瞰湖面，仿佛置身于一个水晶般澄澈的世界。湖水与天空融为一体，构成了壮丽的画面。断崖悬崖：千百年来，流水雕琢出了此处壮观的峡谷，堪称自然奇观。后前往参观【藏族村寨】领略青藏高原特色藏族文化。在这里您可以欣赏到青海湖高原古老的藏族村落，也可以看到当地手工银器，充分展现青海藏族古老的原始风貌，见证藏族同胞脱贫现实，为您的旅途奉上值得回味的独家记忆。

前往【文迦牧场】（游览时间约 1 小时）特别安排：价值 468 元/人【藏式草原大礼包】投壶、射箭、蹴鞠、捶丸、飞镖、大力王、藏服换装（变装基础款）、藏式祈福、萌宠乐园（不含喂养）。文迦牧场位于青海省海晏县环湖东路，青海湖东岸，距离青海省省会西宁市 100 公里，总占地面积 800 亩。“文迦”是起始于象雄时期的藏族匠人部落，藏语意为守望者。文迦正对仓央嘉措青海湖遁去之地，意在守望消逝于青海湖畔的仓央嘉措。景区囊括厚重的藏民族文化及仓央嘉措诗歌文化。景区独特的地理区位造就了月出东山和日落西海的奇景，银河带位于景区正上空，有“星空秘境”的美游游江山一梦美西北。前往【金银滩大草原】“在那遥远的地方，有位好姑娘……我愿流浪在草原，跟在她身旁……” 很多人都能哼唱出这熟悉的调子，据说王洛宾先生就是在金银滩草原遇见了美丽的卓玛姑娘，才创作了这首广为流传的歌曲。这里还曾是鲜为人知的神秘禁区，它孕育了新中国第一颗原子弹、氢弹，是中国第一个核武器研制基地。金银滩草原的西部与青海湖相临，东北部被祁连山环绕，分为金滩和银滩。在这方圆 1100 平方公里的大草原上，草原牧草肥美、牛羊肥壮，人们以金银遍地来形容这片美丽而富饶的土地，故得名“金银滩”。

后前往湟源/西宁酒店入住休息。



酒店：西宁/湟源



用餐：早餐、中餐、晚餐（藏王宴）

互助彩虹部落--藏药博物馆--悬空寺--兰州

D5 早餐后，前往“彩虹的故乡”--国家 AAAAA 级景区--【互助土族故土园】（含门票，游览时间不低于 3 小时）互助土族故土园是一座大型土族民俗文化主题公园，坐落在青海省互助土族自治县威远镇西南部，距省会西宁 30 公里，是环夏都 5 宁旅游圈中的一个重要景点。进入互助，观看土族歌舞、参与土族婚礼、惊险轮子秋等，体验土族民俗风情，土族园集中展示了土族的历史、民俗文化、土族非物质文化遗产、民族建筑风格和土族生产生活习俗、这里也可以深入的了解到玉文化等。在这里还专门设有玉文

化馆，玉文化馆建筑极大，馆内藏文物 400 多件，不仅充分体现了玉文化的历史渊源、知识渊源和艺术渊源，而且深刻诠释了玉文化的魔法、丰富、精巧，系统地展现了玉文化的精髓。

后参观【**藏医药文化馆**】（览时间 120 分钟）或者同类型参观场所。该馆是一座反映藏医药文化的综合性科普展馆，在此可以尽情领略青藏高原的古风遗韵。目前开设有藏医史、曼唐器械、古籍文献、藏药标本、天文历算、彩绘大观、藏族民俗、等展厅和药师千佛殿。藏族医学有近 4000 年的历史，唐器械展厅展出的 80 幅唐卡，为医药学历史上绝无仅有，在世界医药学史上亦属罕见。

后乘车前往【**悬空寺**】（游览时间约 1 小时）史称北禅寺，中国第二大悬空寺，位于西宁市北山，依山傍水，发育完好的丹霞地貌向里凹进，形成大小不等的洞穴，素有“九窟十八洞”之称，红崖间殿宇高悬，栈道回廊，将殿宇楼阁与洞穴相连，使殿中有洞，洞内套洞，洞中塑有佛道诸神像。几千年的历史积淀，造就了其独一无二的文化精髓。大量的壁画，丰富的历史，正缓缓的从悬崖间展现在人们眼前。后前往兰州。



酒店：兰州



用餐：早餐、中餐、晚餐

兰州--成都

D6

早餐后，前往火车站乘动车返回成都，结束愉快之旅。



酒店：无



用餐：早餐

服务标准

酒店安排	<p>全程入住经济型酒店双人标准间，以实际预定的酒店为准。（如出现单男单女，尽量安排拼房，如无法拼房，请自补房差）。</p> <p>温馨提示：西北地区住宿条件有限，西北旅游接待条件不能与内地大城市一带同档相比，请不要用内地酒店标准来衡量西北的酒店。</p>
饮食安排	<p>全程含5早8正、早餐由酒店提供、不吃不退；正餐25/人/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减少菜品（不含酒水）。客人自行取消用餐，餐费不退。</p> <p>西北地区地广人稀物资紧缺，匮乏，主要依靠陆路运输，物价较高，餐饮条件十分有限，如有忌口或不适应敬请谅解并可自备下饭菜及其他食物。</p>
用餐备注	<p>景区一般地处偏远，餐标相对大城市较差，藏区海拔较高，米饭有夹生现象，团餐以蔬菜为主，不习惯者请提前自备佐食，因整体餐费不以个人用餐与否减少，自愿放弃用餐无费用可退，敬请谅解！</p>
交通安排	<p>成都--兰州--成都动车二等座；</p> <p>根据参团人数调派车型，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限制</p>



青澜之旅

QINGLANZHILV
Qinglan
品质6日游

	及部分路段维修，易发生堵车，发车时间均较早，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。
门票服务	行程所列景点含首道大门票（全程门票不含：缆车、电瓶车、区间车、讲解费、不含景区自费项目）此行程已打包特价优惠，故无门票优惠退费，敬请予以理解。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。
儿童报价	1、儿童只含车位费、导游服务费、餐费。如超高发生费用（如火车票、门票、占床等），费用自理。、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、赠送项目为我社品牌建立，突出行程特色的促销回馈行为，是无附加条件的赠送，因不可抗力因素（包括时间、天气或政策原因）或自身原因不能正常参观，所有费用不退，不换等价项目]再不减少客人游览景点的前提下，我社导游根据实际情况有权调整行程景点先后顺序 赠送项目不含儿童
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、赠送项目为我社品牌建立，突出行程特色的促销回馈行为，是无附加条件的赠送，因不可抗力因素（包括时间、天气或政策原因）或自身原因不能正常参观，所有费用不退，不换等价项目]再不减少客人游览景点的前提下，我社导游根据实际情况有权调整行程景点先后顺序！赠送项目不含儿童。 3、行程中可能存在部分景区内设有购物店，非旅行社安排，请知悉。
保险	航空险、旅游人身意外保险，请自行购买
导游	当地优秀持证中文导游服务。

自愿参加购物项目补充协议

购物补充协议：

为满足旅游者的购物需求，旅游者与旅行社经协商一致自愿签署本购物补充协议。

- （一）旅游者应严格遵守导游告知的购物时间，以免延误行程或影响其他旅游者活动。
- （二）因旅游者超时或其他原因产生的费用或遗漏行程，由旅游者自身承担。
- （三）旅行社在此特别提醒旅游者谨慎购物、理性消费，如何购物消费由您自行决定。您在约定购物场所购买的商品若非质量问题，我社不承担责任。
- （四）请您注意当地及我国法律针对商品种类、商品数量、信用卡等方面相关规定，如有疑问应及时咨询接待导游或相关人员，因旅游者自身原因产生的问题旅行社不承担责任。

旅游者承诺：本人已认真阅读了上述行程安排，理解并同意遵守本补充协议，本补充协议作为旅游合同的附件，与旅游合同具有同等效力。如本补充协议与旅游合同存在不一致，以本补充协议为准。

青澜之旅

QINGLANZHILV
Qinghai
品质6日游

地点	购物店名称	停留时间	售卖商品
西宁	藏医药文化馆	120分钟	藏药国药 保健品 草药

关于退货的相关规则如下：

- 1、必须保证货品完整无损，无人为损坏磨损现象，退货时出示购物发票；如有赠品必须同时原品原样退还
 - 2、刷卡购买货品时产生的手续费用由客人承担；
 - 3、退货必须在购买之日起十五日内由旅行社协助换退货，逾期请自行联系商家办理退货，敬请谅解；
 - 4、由于货物并非我司出售，我司仅负责协调办理，具体货物退换处理还需客人自行邮寄至商家；
- 如需增加购物店或参加另行付费的旅游项目，导游会和旅游者协商一致，在当地补签以上自愿去购物店和自愿参加另行付费旅游项目的相关合同；
- 行程中，餐厅、景点、及周边的商店、摊贩购物，均不属于旅行社安排的购物店场所，请根据个人需求谨慎购买

我已阅读并充分理解补充条款所有内容，并愿意在友好、平等、自愿的情况下确认：

旅行社已就此次行程的购物相关、自费特色、自理项目事宜及相关风险对我进行了全面的告知、提醒。我经慎重考虑后，自愿前往上述购物场所购买商品，自愿按照自己喜好参加自费和自理项目，旅行社并无强迫。我承诺将按照导游提醒办理相关事宜，并遵循旅行社的提示注意保留购物单据、注意自身人身财产安全。如因自身原因取消或因旅行社不能控制因素无法安排的，对旅行社予以理解。

我同意《合同补充条款》作为双方签署的旅游合同不可分割的组成部分。

甲方代表（旅游者）：

乙方（旅行社）：

有效身份证：

签约代表：

费用不含

- 1、单房差或加床。
- 2、旅游者到出发地火车站/机场的交通费。
- 3、因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用。
- 4、酒店押金、酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费。
- 5、当地参加的自费以及以上“费用包含”中不包含的其它项目。
- 6、旅游人身意外保险，请自行购买。
- 7、地面服务费（如行李物品保管费、托运行李超重费等）。
- 8、自由活动期间的餐食费和交通费。
- 9、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。
- 10、因景区价格调整产生的门票差价。
- 11、全国各地到兰州的往返大交通。

出行须知

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，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、海拔较高。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. 在进入清真饭店吃饭时，应注意部分饭店是不可饮酒的（但个别可以饮）。所以进门时看一下吧台提示，或者寻找一下是否放有酒，可不问自知。

特色美食推荐

兰州美食推荐：

- 1、张掖路大众巷（白天、晚上均营业）——马子禄牛肉面、马爷炒面、平凉羊肉泡馍、胡家包子、茹记烤肉、杜记甜食、再回首老字号酿皮、此外还有川菜馆幺妹餐厅，香满楼等美食餐厅！
- 2、正宁路夜市/南关名族风味一条街（营业时间19:00-凌晨24:00）——老马牛奶鸡蛋醪糟、酿皮、烤黄河鲤鱼、菠菜面、灰豆子、甜胚子、羊肠面、炙子马特色烧烤、嘉峪关烤肉、羊杂碎、羊脖子、羊肉泡馍！
- 3、劲道西北面食——扁豆面、浆水面、羊肉面片、炒面、“风云”炸酱面等。
- 4、特色小吃——灰豆子、甜胚子、酿皮子、晶糕、各式烤肉等。
- 5、兰州特色饮品新宠——甜胚子奶茶，将甜胚子与奶茶结合，中和奶茶的甜腻，混合甜胚子的清香，夏天的解暑的好选择！（可自行前往正宁路放哈奶茶品尝）

西宁美食推荐：

1、马忠食府（莫家街必去之处）

地址：莫家街39号（23路、16路、22路、2路） 主打菜：马忠酿皮、牦牛酸奶

2、清真益鑫手抓馆

地址：湟光花园北街白玉巷5号(东大街路口)（102路、41路到湟光站下车即到）

主打菜：手抓羊肉、鸡蛋醪糟

青海美食推荐：

1、手抓羊肉：用肉部位一般是羊肋条、羊排或者羊腿，酥嫩软烂易脱骨，虽然只是加了一点薄盐，但没有一点膻味，原汁原味，非常鲜美！

2、炕锅牛肉：强烈推荐炕锅系列。土豆被炸制得非常薄脆，堪比薯片，烘烤过的牛肉表面有焦褐质感，香味

被完全激发。

3、酸辣里脊：当地高原牛肉为主料，裹上面粉榨成，最后加入酸辣口的调味汁炒匀，酸辣可口。 4、羊

肉面片/烩面片：北方面食代表作。