

稻城亚丁

Daochengyading

稻城亚丁/勒通古镇/木雅圣地/成都1天自由行 臻品8日游



理塘少年团

行程 壹览 JOURNEY



D1 哈尔滨-成都

D2 成都-280KM康定-89KM[木雅圣地] -30KM新都桥/雅江

D3 新都桥/雅江-203KM理塘[勒通古镇]150KM—稻城

D4 稻城-77KM-香格里拉镇-36KM-[亚丁景区]

D5 香格里拉160KM-理塘-203KM-新都桥

D6 新都桥-96KM[木格措] -280KM-成都

D7 成都自由行

D8 成都-哈尔滨



赠送稻城白塔
旅拍2张电子版精修



贴心安排
撒隆达祈福活动

精华美景

LANDSCAPE

领略川西高原风光

木格措



木格措一日四时景 早晚不同天 清晨 雾锁海面 银龙般的云雾在水面翻卷 出现“双雾坠海”的动人景观

木雅圣地



康定木雅圣地坐落于享誉世界的情歌之城-康定 也是全国第一个以体现藏族木雅文化为主题的专题旅游区

新都桥



令人神往的“光与影的世界”“摄影家的天堂” 这里是一片如诗如画的世外桃源

勒通古镇



勒通古镇位于四川省甘孜藏族自治州西南部 海拔约4014米 因此又称为“世界第一高城”



稻城亚丁

DAOCHENGYADING

看高山草甸海子

亚丁风景区主要由“仙乃日、央迈勇、夏诺多吉”三座神山和周围的河流、湖泊和高山草甸组成，被誉为“中国香格里拉之魂”，被国际友人誉为“水蓝色星球上的最后一块净土”，是摄影爱好者的天堂

特色
美食
DELICIOUS

感受舌尖上的川西

阿西土陶 藏香鸡宴

TIBETAN CHICKEN FEAST

阿西土陶已被列为国家级非物质文化遗产项目 有3名工匠被认定为国家级“非遗传承人”。



特色高原 鳕鱼火锅

COD HOT POT

鳕鱼火锅 肉质鲜嫩爽口
极具营养 滋补功效
麻辣鲜香嫩



酒店 住宿 HOTEL

住宿多元
随意选择

高品型住宿（当地准四）



豪华型住宿（当地准五）



旅程用车

JOURNEY CAR



可后仰130°



车内超大空间



豪华航空式座椅



车载USB充电

稻亚线首款 主题系列产品

THE FIRST THEME SERIES OF RICE SUBLINE

定义轻奢旅游 感受旅途乐趣



行程
丰富优化



住宿
优质靠谱



餐饮
美味可口



导游
服务至上

酷我人生·游出精彩



免费使用旅拍道具

FREE USE OF TOURIST PROPS



稻亚专家·匠心设计

图片仅供参考

【行前提示】

1. 【出行通知】出发前 1 天下午 6:00-8:00 以短信形式发送，内容为：集合时间、地址、导游电话及旅途温馨提示，收到导游通知短信后请立即回复自己和同行者的名字，并提醒同行者查看，谢谢配合导游，成都三环内免费小车接人到集合地，接人时间会比集合时间提前，具体接人时间和地点，在出团前，我社小车师傅通知，请客人保持电话畅通，并遵守和司机约定的时间，为了不影响他人的接送时间，每点司机只能等待 10 分钟，超出 10 分钟，请自行前往集合地点费用自理，敬请谅解！
2. 若晚上 8 点（节假日 9 点）还未收到，请联系报名处（时间未到请不要催，导游正在积极联系中）
3. 游客身份证号在抄送过程中可能产生错误，出发当日会在旅游大巴车上核对身份证信息，以确认保险无误
4. 行程沿途会有旅游车加水或供游客上厕所方便的路边站点，类似站点下车后属于自由活动时间，当天用完晚餐后也属于自由活动时间，自由活动期间请随身携带贵重物品，自行负责人身及财产安全。成都至新都桥的路程较远，大部分为山路，如您要晕车，请务必携带晕车药。旅游旺季车辆增多，有可能会堵车，导致用餐时间较晚或抵达酒店入住的时间较晚，敬请理解。
5. 集合地点附近有卖早餐或雨衣雨鞋等小物品的小商贩，请游客朋友对小商贩售卖的东西自行甄别，且有部分不法商贩冒充旅行社工作人员向游客兜售商品，宣传虚假景区物价信息，请注意防范，旅行社不会安排任何工作人员（包括导游及驾驶员）在集合点向游客兜售任何小商品，但我社亦无权干涉小商贩自由交易的权利，也不对小商贩与游客之间的交易承担任何责任，敬请理解！

第一天：哈尔滨—成都

含：不含餐（自理）

宿：成都

到达成都后，有司机师傅接团后入住酒店休息。今日没有行程安排（属自由活动时间段）客人可以根据自己的到达时间自行安排活动、搜罗美味小吃，感受巴蜀文化。

【成都落地具体接人时间和地点，在飞机抵达前 1 天 18:00-22:00 我社接站师傅通知，请客人保持电话畅通！如超过这个时段未接到旅行社接站师傅接人电话，请务必及时联系旅行社】

【小提示】：

- 1、当日抵达成都后由司机接送至酒店（接送机为拼车形式，等待时间不超过 30 分钟）到酒店后无行程安排，自由活动。
- 2、到达酒店后，办理入住手续，自行交纳房间押金后即可入住。

第二天：成都—280km 康定—89km【木雅圣地】—30km 新都桥/康定/雅江

含：早、中、晚餐 车约 7 小时

宿：新都桥或康定/雅江

早上 06:30 左右集合出发（成都三环内免费小车接人到集合地，接人时间会比集合时间提前，具体接人时间和地点，在出团前 1 天 18:00-21:30 我社小车师傅通知，请客人保持电话畅通！可能您是先到集合地点需要等候其他游客，敬请理解、如超过这个时段未接到旅行社接人师傅电话，请务必及时联系报名处）

成都出发经雅康高速公路从四川雅安到全，再到甘孜泸定，雅康高速一路向西，翻越巍峨的二郎山，紧接着来到了大渡河经过【大渡河谷】（川西最大最深峡谷）前往情歌之城【康定】一览康巴文化，感受浓郁高原藏家风情，用完午餐后征服塞外屏障【折多山】（海拔 4298），到达康巴地区藏民朝拜的一个重要圣地【木雅圣地景区】我们将转乘景区的观光车，【**观光车费用：60 元/人费用自理**】景区坐落于康定折多山西侧的“木雅辛康”，是一座以民俗风情与自然风光相结合的，以体现藏族木雅文化为主题的专题旅游区。拥有雪山、草原、花海、河流、湖泊和木雅藏族民俗文化等众多旅游景观，共有 5 个主要景点，“花海寻踪”是当年木雅公主最爱游玩之地，也是整个景区花开的最早最茂盛的地方。“梵音送福”是木雅地区享有盛名的藏传佛教寺庙。“天界牧歌”是木雅国传统的冬季放牧之地，这里牧草最为丰富。“佛佑木雅”是全国唯一一个用经幡制作而成的释迦牟尼佛像。“群峰围屏”是护卫木雅国的一道天然屏障。观赏完景区后，前往抵达摄影天堂【新都桥】是令人神往的“摄影家的天堂”。入住：新都桥/康定/雅江宾馆

【温馨提示】：赠送景点【木雅圣地景区】，此景点为赠送景点，如因天气、堵车、交通管制等特殊原因不能前往，或者游客自愿放弃等主观原因，造成赠送项目没有参加的，没有任何退费，亦不换等价项目。

【小提示】：

- 1：如遇旺季或政府征用酒店，此天住宿改为康定或雅江县。

2: 如途中遇人力不可抗拒的因素(如天气、修路、塌方、车辆事故阻碍等)我社有权根据情况调整行程线路走向。

(1) 藏区水电供应不足,可能会出现水温不稳定,或者出现停电的情况。

(2) 由于当天出发时间都比较早,如果您在成都是入住酒店,请自行提前通知酒店为您提供路餐作为早餐,早上前台处自行领取。此行程车时间较长,用餐时间不定时,客人可提前自备零食!

(3) 行程沿途会有旅游车加水或供游客上厕所方便的路边站点,类似站点下车后属于自由活动时间,当天用完晚餐后也属于自由活动时间,自由活动期间请随身携带贵重物品,自行负责人身及财产安全。成都至新都桥的路程较远,大部分为山路,如您要晕车,请务必携带晕车药。旅游旺季车辆增多,有可能会堵车,导致用餐时间较晚或抵达酒店入住的时间较晚,敬请理解。

(4) 接人时间根据接人地点不同而有先后早晚不同,为保证您的正常出行请配合旅行社接站时间,谢谢理解与支持!可能您是先到集合地点需要等候其他游客,敬请理解;

(5) 因稻城亚丁属于高原地区,我们行程将翻越几座海拔 4000 米的大山,为避免高原反应,客人在出团前可提前服用红景天胶囊(或口服液)等药物预防高原反应!行程中如有身体不适,请告知导游。

第三天: 新都桥/康定/雅江—203km 理塘【勒通古镇】—稻城/香格里拉镇

含: 早、中、晚餐 车约 7 小时

宿: 稻城或香格里拉镇

早餐后欣赏“光与影的世界”【新都桥】,穿越【高尔寺山】(高尔寺山海拔 4412 米)抵雅砻江畔康巴小城【雅江】穿越【剪子弯山隧道】(长 228 米)接着翻越【卡子拉山】(海拔 4718 米),来到有着“高原明珠”“世界高城”之称的【理塘】(海拔 4000 米)观【毛垭大草原】风光,给你一种想策马奔腾的感觉,感受了辽阔的大草原,参观【勒通古镇·千户藏寨】我们将转乘景区的电瓶观光车, **(观光车费用: 35 元/人费用自理)** 景区位于理塘县城北老城区,目前已成功申办为国家 AAAA 级景区。景区内第六世仓央嘉措写下“洁白的仙鹤,请把双翅借给我,不飞遥远的地方,转一转理塘就飞回”,预示着七世达赖将降生于理塘。有 318 线上拉萨前最大藏传佛教寺庙—【长青春科尔寺】之后我们将翻越形是兔子的【兔儿山】,远观就像兔子的耳朵特别的可爱。继续翻越最为壮观的、青藏高原最大的古冰体遗址稻城古冰帽【海子山自然保护区】之后欣赏沿途迷人风光、世外桃源般藏式村寨,后至桑堆镇观【红草地】(注:红草地为季节性景观,只有在每年的 9 月底到 10 月初才能看到此处的草原呈红色),在秋天的时候,配合上后面泛黄的桦树,倒映在水塘中,是许多书上所介绍的美景。观稻城【尊胜白塔】后,抵达最后的香巴拉【稻城/香格里拉镇】入住。

【温馨提示】:

1、赠送景点【勒通古镇】,此景点为赠送景点,如因天气、堵车、交通管制等特殊原因不能前往,或者游客自愿放弃等主观原因,造成赠送项目没有参加的,没有任何退费,亦不换等价项目。

2: 中餐赠送品尝理塘高原鳕鱼(赠送项目,如遇特殊情况无法赠送或自愿放弃等,不用不退费且不做置换)。

【注意】:

中餐赠送品尝理塘高原鳕鱼。冬季 11 月 1 日关停,开放时间为 4 月 1 日,关停期间改为中餐。

稻城赠送白塔精美旅拍+免费使用旅拍道具: 11 月 1 日起,因天气等原因无法再做安排,敬请理解,4 月 1 号开始赠送。

【小提示】:

行程前往稻城途中,沿途有当地设置的高原服务站,有售卖防寒衣物,氧气或抗高反药物,有工作人员上车讲解高反知识,此地方并不是购物店,此行为与旅行社无关,敬请悉知!!!

(1)今天的行程将一直在海拔 3000 米以上行驶,个别人会有高原反应,请游客提前做好高原反应防范工作。

(2)因旅游景区各景点,酒店内,餐厅沿途可能会有商店摊点,不属于旅行社购物安排,与旅行社无关。请游客谨慎选购,谨慎上当受骗。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。请自愿谨慎购买。当地居民贩卖纪念品、土特产,非我社提供服务,请不要误解!

(3)红草地为季节性景观,只有在每年的 9 月底到 10 月初才能看到此处的草原呈红色。

第四天: 稻城—81km【亚丁景区】36km—香格里拉镇

含: 早、晚餐 车约 2 小时

宿: 香格里拉镇

稻城亚丁“有你想象中的一切,也有你想象外的一切”。早餐后从酒店出发前往令人神往的【亚丁景区】。我们将转乘景区的观光车, **(观光车费用: 120 元/人费用自理)** 翻越【牛郎神山】(海拔 4760 米),抵达目的地亚丁景区【扎灌崩】,步行十分钟左右,到【冲古寺】,(藏语意为填湖造寺,海拔 3900 米)欣赏由草地、森林、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)。长线游览从冲古寺乘坐电瓶车 (约 6.5 公里，往返 70 元，单程 40 元，费用自理) 或者步行 (步行 3 个小时)，到达【洛绒牛场】，远观【夏诺多吉】(意为金刚手菩萨，海拔 5958 米)，【央迈勇】(意为文殊菩萨，海拔 5958 米)，站在央迈勇神峰下，转身向后瞧去，由群山环绕着的宽阔峡谷间，森林、草地、溪流和陆地各守一方，这气势莽莽的自然景观，让人流连忘返。然后可步行或者骑马(约 3 小时，骑马 305 费用自理) 骑马单程 305 元/人 (敬请自理) 洛绒牛场至舍身崖，其余路段需游客自行徒步到牛奶海、五色海区域。洛绒牛场至牛奶海单程 5.5km，其中洛绒牛场至舍身崖路段单程为 3km，舍身崖至牛奶海单程为 2.5km，牛奶海至五色海 300m。到达【牛奶海】。因牛奶海和五色海海拔高，客人务必根据自身实际情况选择自费骑马前往游览。短线游览沿【冲古寺】而上 (往返约 3 公里步行约 2 小时) 欣赏沿途的美景，远眺【仙乃日神山】(海拔 6032 米)，来到美如仙境般的【珍珠海】，(藏语中称珍珠海译为“卓玛拉措”密林中的珍珠海如一颗镶嵌在莲花宝座上的绿宝石，碧波荡漾。雪山和树木的倒映在碧绿的珍珠海中，组成一幅仙境般的图画)。让神山圣水与心共鸣，尽情沉醉在梦幻之地，然后一步一步地远离最后的香格里拉——亚丁。入住：香格里拉镇

【温馨提示】：1：如欲朝拜五色海，牛奶海，因海拔在 5000 米左右，对身体素质要求非常高，人行道和马道混杂，存在安全隐患，请游客量力而行，如须前往，费用与安全自理与旅行社无关。

2：亚丁景区贡嘎措至牛奶海、五色海区域海拔为 4200-4700 米，因冬春受冰雪天气影响道路结冰，为保障游客安全，该区域于每年 11 月 15 日至 4 月 1 日实施封闭禁止进入。

【小提示】：

(1)这天全天在景区内游玩，亚丁景区门票已包含，但亚丁景区内观光车费自理 120 元/人 (景区内没有餐厅，中餐请各自备好干粮和水，景区内洛绒牛场有盒饭 40 元/份。)

(2)景区内徒步，电瓶车，骑马，运动强度较大，是对“身体在地狱，眼睛在天堂”的诠释。【冬季五色海，牛奶海会因天气原因可能关停不能游览】

(3)骑马时一定要注意安全。马帮由当地人经营，如因费用和服务水平有争议和投诉，旅行社无责。请在消费前明确清楚费用服务细节，骑马时请戴手套，需注意安全，必须由马夫牵马方能骑行。冲古寺 (海拔 3980m) 到洛绒牛场 (海拔 4180m) 可徒步或乘坐电瓶车往返 70 元/人单程 40 元/人 (可选择徒步) (客人自愿自主消费)。在亚丁景区游玩时一定要注意安全，不管是骑马还是徒步，并保管好自己的贵重物品，以防遗失。

(4)亚丁景区因每位游客在每个景点停留的时间不一样，很容易走散，故在景区内导游不可能陪到每一位游客，请各位游客理解！牛奶海、五色海因强度太大，请根据身体状况选择是否前往。若身体不适执意前往者所造成的一切后果由游客自行承担，旅行社已尽到提醒告知义务，景区内马匹较少，在旺季时会有租不到马匹的情况，请提前知晓！

第五天：香格里拉镇—36km—【亚丁景区】—360km—新都桥/雅江

含：早、中、晚餐 车约 8 小时

宿：新都桥或雅江县

早餐后，根据自身身体情况可选择再次进入亚丁景区 (二进沟乘坐观光车 60 元费用自理) 观赏【仙乃日神山】下的圣湖【卓玛拉措】又名 (珍珠海)。到达景区后步行到达沿着【冲古寺】仰望仙乃日神山而上 (往返约 3 公里步行约 2 小时) 欣赏沿途的美景，远眺仙乃日神山 (海拔 6032 米，慈目注视脚下人间仙境，夏天雪线下瀑布成群连片，气势宏伟壮观，山脚下分布着由草地、森林、湖泊完美组合的景致，美不胜收。仙乃日，藏语意为“观世音菩萨”，是稻城三座神山的北峰。是三座神山中海拔最高的一座。其状巍峨，象菩萨端坐在莲花台上，浑身浸透高贵气质的“仙乃日”，顶峰终年积雪不化，其山形酷似一个身体后仰的大佛，傲然端坐在莲花座里，她的怀中抱着一个巨大的佛塔，阳光照在仙乃日神山上会金光灿灿。一步一步来到美如仙境般的珍珠海，藏语中称珍珠海译为“卓玛拉措”密林中的珍珠海如一颗镶嵌在莲花宝座上的绿宝石，碧波荡漾，雪山和树木的倒影一起倒映在碧绿的珍珠海中。组成一幅仙境般的图画，不是人间，胜似人间。中午集合出发从香格里拉镇出发翻越海拔 4300 多米的【波瓦山】，欣赏赤土河谷迷人风光、世外桃源般藏式村落，【万亩青杨林】(青杨林为季节性景点，每年 9-10 月才能看到)等，到达稻城当地村寨赠送参加体验特色藏式美食-【阿西土陶藏香鸡宴】，烹饪的土陶藏鸡宴 (赠送项目，不用不退费)，优选当地野生散养的藏香鸡、配以当地各种时令野生菌，藏包子，青稞饼，青稞酒，无限量时蔬，藏族抓糌粑、打酥油等体验藏家生活习俗，感受做藏家人的乐趣。之后翻越古冰川遗迹海子山经理塘、到达雅江/新都桥入住酒店。

【温馨提示】：

1：特色藏式美食-【阿西土陶藏香鸡宴】为赠送项目如因天气、堵车、交通管制等特殊原因不能前往，或者游客自愿放弃等主观原因，造成赠送项目没有参加的，没有任何退费，亦不换等价项目。

注意：特色藏式美食- 冬季 11 月 1 日关停，开放时间 4 月 1 日，关停期间将改为桌餐。

【小提示】：

1: 如遇旺季或政府征用酒店，此天住宿改为雅江县。

今天行程时间较长，途中无景点观赏。请游客提前做好准备。如游客觉得返程坐车时间比较长，游客可以选择到达稻城的时候就跟导游签署离团协议，自行前往稻城机场自己买机票乘机返回。

第六天：雅江/新都桥—96km【木格措】—280km—成都

含：早餐 车约 7 小时

宿：成都

早餐后，从雅江/新都桥出发前往康定情歌木格措景区，乘坐康定情歌【康定情歌木格措景区】的观光车进入景区（观光车 90 元/人，必须消费，自理），景区由芳草坪、七色海、杜鹃峡、药池沸泉（药池泡脚 35 元/人，自愿自理）、木格措（野人海）和红海、黑海等景点组成；“木格措”一日四时景，早晚不同天。清晨，雾锁海面，银龙般的云雾在水面翻卷，出现“双雾坠海”的动人景观。朝阳射向海面时，波光粼粼，湖光倒影千变万化，令人眼花缭乱。午后微风拂面时，海面上“无风三尺浪，翻卷千堆雪”，站在海滨沙滩上，遥望雾霭烟笼的远方，犹如来到了天涯海角。夕阳西下，余辉洒满海面，流金溢彩，水天一色，群山沉寂，碧海静谧。不同的季节还可以观赏“卧虎观月”、“石佛镇海”等山景外，在各个季节的不同时辰还可观赏到“双雾坠海”、“木格夕照”、“木格晨曦”、“木格潮汐”和迭瀑飞泉等云、霞、雾、水奇景，海滨珍珠沙滩可享沙浴、日光浴之乐，湖中可乘坐游船（游船往返 66 元/人，游客可以根据自身情况自费乘坐游览，游船运营时间：4-10 月份）。后返回成都武侯区创业路诺亚方舟附近统一散团，圆满结束这 5 天的稻亚之旅。这 5 天来，走过了 7 座 4000 海拔大山，走过了水蓝色星球上的一片净土，体验大自然对我们的馈赠。这一个团队，一个大家庭，一起走过了 5 天难忘的时光，感恩遇到的每一个人，每一件事儿！

【温馨提示】：

1: 赠送景点【木格措景区】，此景点为赠送景点，如因天气、堵车、交通管制等特殊原因不能前往，或者游客自愿放弃等主观原因，造成赠送项目没有参加的，没有任何退费，亦不换等价项目。

注意：木格措景区内餐厅，可选择餐厅用餐或自备干粮。

【小提示】：

- (1) 预计下午 8 点-9 点左右到达成都武侯区创业路诺亚方舟附近统一散团，旅游合同的行程结束。
- (2) 今天是本次稻亚之旅游程最后一站，如若你对此次行程有任何异议，请告诉我们，我们会在第一时间根据你反馈的情况落实调查并及时处理；这次旅程是一次心灵的洗礼，人生观的再次升华。
- (3) 因旅游景区餐馆、酒店、景区、休息区、洗手间、观景台等沿途都会有接触很多非旅行社工作人员的情况和机会；同时这类场所有很多售卖商品的流动摊贩，而且本身这类场所就有很多配套的商店，他们的工作人员会有向游客兜售商品的情况。而在旅游期间旅行社导游或工作人员也无法 24 小时跟随每一位游客；因此特别提醒游客自己保持安全意识。同时这类场所也非旅行社组织的任何购物场所或活动，也非赔付保障范围；游客如自行在此类场所参与的任何行为，只能由游客自行负责。

第七天：成都自由活动

含：早餐

今日行程

早餐（住宿酒店赠送）后，自由安排，自由活动期间请保管好自身财务，注意个人安全；

可在自由活动时间前往游览成都文化地标（武侯祠、锦里、杜甫草堂、宽窄巷子、春熙路、太古里等）、品尝成都特色小吃（担担面、夫妻肺片、龙抄手、韩包子、钟水饺、三大炮、赖汤圆、九尺板鸭等）！

第八天：成都—全国各地

早餐后自由安排，按照提前预定的航班时间，司机师傅出发前一天（晚上 18:00-22:00）通知客人出发时间送人前往机场，回到温馨的家，结束此次难忘的旅程。

【小提示】注意酒店 12:00 之前必须退房，行李可寄存前台

【费用包含】

- 1: 门票: **含亚丁景区门票, 木雅圣地 (赠), 木格措 (赠), 勒通古镇 (赠) (门票为赠送, 不退不改);**
2: 交通: 全程空调车, 保证一人一座;

可加钱升级陆地头等舱 2+1 保姆车: **关于保姆车小提示:** 保姆车型由于按照国家车辆安全规定的要求设计, 车辆的最后一排座椅和安全门的座椅设计无法调整座椅后仰和无 USB 接口, 望游客敬请谅解。

12 人 (含) 以下升级 VIP 小团 (12-17 座车, 不是保姆车);

- 3: 导游: 全程优秀导游服务, **12 人 (含) 以下无导游, 司机兼领队;**
4: 餐费: 全程含餐, 7 早 7 正 (亚丁景区中餐自理), 十人一桌, 八菜一汤 (所有客人统一安排享用团餐, 如有不便, 敬请谅解)!
5: 住宿: 全程不提供自然单间, 我社有权调整房间, 如单产生自然单人或想包房, 需另补房差。
参考酒店: (以下为参考酒店, 仅供参考, 实际订房为准)!

【成都】: 凯宾酒店 (武侯祠店)、慕思威尔酒店、艺家风格酒店、星逸酒店南楼、城市便捷酒店、锦程大酒店或同级酒店

【新都桥】

高品质: 途乐林卡、瑞景大酒店、大观景酒店、大成酒店、浙海酒店、美虞大酒店、祥云贵宾楼、锦程大酒店、泰风和畅酒店、天悦酒店、金秋牧马、爱摄影主题酒店、鑫州大酒店或同级

豪华型: 云顶星空酒店、星辰主题酒店、格桑维朵酒店、御尊主题酒店、嘉姆尊度假酒店、香奈星梦酒店、天空之境酒店或同级

【香格里拉镇】

高品质: 蓝月山谷酒店、心途酒店、贡嘎 1 号店 (豪标)、藏缘酒店、藏密大酒店、圣洁之旅假日酒店 (普标)、逸居假日酒店、弘云格酒店、君怡温泉大酒店、华思酒店、贡嘎上玄宫丁、天籁酒店、圆梦园酒店, 香格拉大酒店、喜波大酒店、扎西酒店、璞美客艺术酒店或同级

豪华型: 云墨艺术酒店、贡嘎精品酒店、圣洁之旅假日酒店 (贵宾楼)、藏缘酒店豪标、喆啡酒店、风马瑶精品酒店或同级

【稻城县】

高品质: 圣地大酒店、泰天大酒店 (普标)、优客莱酒店、锦禾酒店、拼音假日酒店、祥宏大酒店、贡嘎大酒店、喜波大酒店、稻家旅游酒店、印象天街酒店、稻城平吉酒店、金河大酒店、速八酒店、兰卡假日酒店、金穗子酒店或同级

豪华型: 圣地大酒店 (豪标)、泰天大酒店 (豪标)、旺吉酒店、山水百花酒店、金珠大酒店或同级

【雅江】

高品质: 圣地假日酒店、福鑫园酒店、雅江泰天酒店、木雅大酒店或同级

豪华型: 雅西印象酒店、铁泉大酒店、姚家大苑或同级

【康定】

高品质: 情定雪域酒店、太阳部落酒店、康运大酒店

豪华型: 希誉酒店、康巴大酒店

- 6: 保险: 旅行责任险、旅游意外保险。意外险赔付按保险公司条列赔付。外宾及港澳台游客请提前说明并请补足, **保险费 (30 元/人)**

备注: 沿途景区景点、餐厅、厕所、加水点、高原缓冲区内设有小卖部、超市、旅游纪念品、手工艺土特产等贩卖摊点, 不属于我社加购特店范围, 非我社控制, 请不要误解。

【其它标准儿童说明】

- 1、儿童 (2-12 周岁) 价格包含:

非景区内旅游车车位, 旅游保险, 旅游餐

【费用不含】

必须消费: 亚丁观光车 120 元/人、二进沟观光车 60 元/人、木雅圣地观光车 60 元/人

理塘电瓶车 35 元/人、木格措观光车 90/人

自愿消费: 亚丁电瓶车往返 70 元/人、亚丁景区骑马 305 元/人、木格措景区 (药池泡脚 35 元/人)

木格措景区游船 (游船往返 66 元/人, 游船运营时间: 4-10 月份)。

骑马单程 305 元/人运营路段: 洛绒牛场至舍身崖, 单程 3.5 公里

【优惠、免票退款】

行程中景区门票费用为旅行社协议价格, 非挂牌价, 优惠及免票按旅行社协议价格退款

景区名称	优惠	免票
------	----	----

木雅圣地	0	0
亚丁	40	80
木格措	0	0
勒通古镇	0	0

温馨提示：

- 1、高原地带温差较大准备好厚衣，因日照强，备好防晒霜，墨镜及雨伞。
- 2、稻城亚丁沿线住宿餐饮条件都有限，请不要以城市的标准来衡量，敬请谅解！
- 3、因道路交通事故造成甲方人身伤害及财物损失，意外保险赔偿按照《道路交通安全法》进行赔偿，最终解释权归保险公司。
- 4、因旅游景区餐馆、酒店、景区、休息区、洗手间、观景台等沿途都会有接触很多非旅行社工作人员的情况和机会；同时这类场所有很多售卖商品的流动摊贩，而且本身这类场所就有很多配套的商店，他们的工作人员会有向游客兜售商品的情况。而在旅游期间旅行社导游或工作人员也无法 24 小时跟随每一位游客；因此特别提醒游客自己保持安全意识。同时这类场所也非旅行社组织的任何购物场所或活动，也非赔付保障范围；游客如自行在此类场所参与的任何行为，只能由游客自行负责。

特别提示：

（一）出发前：

- 1、身体准备：进藏区前睡眠和休息要充足，有条件者可适当饮用红景天，严重高血压、心脏病患者不宜进高原。
- 2、心理准备：此不适合休闲度假、享受酒店的客人。请保持乐观情绪，如有心理负担会加重高原反应，延缓人体适应高原气候。
- 3、衣服和食物：高原海拔高日照强烈，早晚温差大，需准备长袖衣裤、羊毛衫、夹克衫，同时建议带好墨镜、太阳帽、防晒霜、润唇膏、感冒药、肠胃药、阿斯匹林、头痛粉等物品。因路途遥远，有可能不能按时用餐，请带好巧克力、牛肉干等干粮。
- 4、必要提醒：足够现金、相机电池、全球通手机、湿纸巾、个人卫生用品，沿途商店很少，藏民的卫生生活习惯都与汉族有所不同，所以最好提前要带足这些东西。
- 5、车辆交通提示：因长时间高原行车，途中车辆负荷较重，可能会遇到汽车抛锚并影响行程的情况，请游客做好心理准备。如遇人力不可抗拒因素，如塌方、路阻、车辆故障，当地政府行为等造成行程延误，或不能完成上述景点，责任不在旅行社，旅行社不承担赔偿责任，由此产生的超支费用由游客自理。但我公司会积极配合解决。

（二）旅行中：

- 1、适量饮用酥油茶、奶制品、红景天等饮料可增强对高原气候的适应能力。
- 2、初入高原多休息，多喝水多吃水果，禁烟酒。不要奔跑和剧烈运动。
- 3、饮食宜有节制，不可暴饮暴食，以免增加肠胃负担。
- 4、藏区属特殊地区，请团友和睦相处，尊重民族地区的文化和信仰习惯。
- 5、有些地方需骑马，需注意安全，必须由马夫牵方能骑，不能独自骑马，更不能骑马奔跑，险路和下坡路必须下马步行，否则造成损伤，概由游客自理，旅行社不予任何赔偿。
- 6、此线路条件相对比较艰苦而且路途遥远，经常不能按时抵达就餐点，同时所经地区多为少数民族地区，条件有限、物质匮乏，用餐多有不合口味之处。所以请参团客人自备佐餐，同时准备足够的干粮、矿泉水等食品在途中食用。

友情提示：

1、个人物品及装备：

身份证、护照（外籍人士）、银行卡（中行/建行/邮政储蓄）、信用卡、现金等（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），排汗保暖内衣 1 - 2 套，换洗内衣裤若干，厚棉袜若干，

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、药品及食品：

（1）药品：

高原反应药：红景天、肌昔片等；

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。

(2) 食品：巧克力、牛肉干、奶糖、豆腐干等高热量食物。

违约条款：

成都出团前第 5 天取消，退还报名费用 100%；成都出团前第 3 天取消，退还报名费用 80%；

成都出团前第 2 天取消，退还报名费用 70%；成都出团前第 1 天取消，退还报名费用 40%；

成都出团当天未上车或中途离团，则费用不退。

(注：如自身原因去不了，可以找人替换，但需重新付手续费 20 元以支付保险费等业务费用)

免责声明

60 岁以上老人参团，请确认签免责声明：

本人身体健康，无高血压、高血脂、高血糖、冠心病、动脉硬化、心脏病、哮喘病、老年痴呆、精神病、癌症等可

能威胁自身生命和引起严重后果的疾病。如有类似病史自己权衡，一切后果自己负责；如隐瞒病史不报，由此引发

的一切后果，由游客本人及家属自行承担，并且如给旅行社带来损失，由游客和家属对旅行社进行赔偿。

我已知晓如下内容：

1、旅行社所含的意外伤害险不包括自身已患有的急性病和慢性病急性发作，而且只针对 60 岁以下的人群，我已年满

60 岁，自愿前往参加旅行，如因自身原因发生意外，后果自己承担。

2、旅行社所含的意外伤害险赔付只按保险公司规定理赔范围和额度赔付，超出部份旅行社不承担。

3、游客在旅行前必须进行健康体检。

4、云南，甘孜、阿坝等地地处高原，易出现高原反应诱发慢性病急性发作。进入高原地区前须通过正规医院体检。

心、肺、脑和血液系统疾病患者不宜进入高原地区。

旅行者（或旅游代表）： _____

时间： ____ 年 ____ 月 ____