**甘南-全景甘南四日游（单团）行程单**

拉卜楞寺/桑科草原/郎木寺/花湖/唐克第一湾/扎尕那纯玩四日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 15075 | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 甘南藏族自治州 |
| **行程天数** | 4 | **去程交通** | 汽车 | **返程交通** | 汽车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 产品特色详情如果没有去过甘南，就不要说自己跑遍藏区。因为你还没有去过藏民心中的圣地——神秘而底蕴深厚的拉卜楞寺，你还没有在郎木寺呼吸远离凡尘的空气，你还没有去过上帝的伊甸园——扎尕那，还没有在大草原的蓝天白云下奔跑跳跃，还没有看见通往甘南路上朝圣者们那善良的灵魂……甘南的美，有一种质朴的感染力，一种深入骨髓的惊艳。 甘南旅游线路一直被冠以多种名称，美景泛滥的旅游线路，净化心灵之旅等等，但是如何走，玩哪里，怎么玩是一直困扰我们旅游者的事情，更是为您设计了以夏河拉卜楞寺、郎木寺、花湖、唐克黄河第一湾等景点外，更增加了扎尕那石城等地的原始探秘旅程，让你更深度的游历甘南、川北！ | | | | |
| **产品介绍** | 1、气候：西北地区位于我国西北内陆，气候以温带大陆性气候为主，日照强度与昼夜温差较大，请游客根据自身情况，带足御寒衣物，水壶、墨镜、太阳帽和特级防晒油以做外出护肤之用。西北地区气候干燥，初到高原旅游者，不要太多改变自己以往的饮食习惯，有人可能会出现鼻腔干痛、口焦舌燥、皮肤干裂等症，需带一些常用治疗用品，同时注意多喝开水，多吃新鲜蔬菜、水果。2、住宿：西北地区酒店发展较慢，请不要用沿海地区酒店标准来衡量西北的酒店。3、饮食：受旅游地自然条件限制，景点沿途餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从软硬件设施或饭菜质量都有一定的差距，且北方大部分地区口味偏重，喜辛辣。特色之一是清真餐多，汉餐少，在饮食口味上您要有心理准备。4、车程：西北地区由于地域辽阔，景点之间较远，车程较长，请游客在来西北旅游时注意休息调配好时间，以充足的体力参加旅游活动。5、民俗：西北地区是少数民族聚集的地区，宗教色彩很浓，风俗习惯独特，游览时（如进寺庙）请谨记导游宣布有关旅游注意事项，入乡随俗，不要提及有关少数民族的政治问题，配合好地陪导游工作。6、在游览景点当中会出现算命，烧香等自费活动，如无信仰请斟酌而行，以免造成不必要的损失。西北为民族聚居地区，请自觉尊重各民族的丰富习惯，以免因误会发生不愉快。 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州-临夏-夏河县**  早乘车赴夏河，（258公里3.5小时左右）途经有“小麦加”之称的临夏市，领略独特的阿拉伯风情，感受伊斯兰教徒的虔诚。途中赠送游览【临夏东公馆】（30分钟），东公馆系原国民党第四十集团军副司令马步青宅邸，于一九四五年落成。这座由青马家族修建的公馆，极尽奢华，原本是准备修建给其眷属居住的，无意间为中国的砖雕艺术留下一座极其宝贵的大观园。东公馆这座古典艺术殿堂，展示了河州悠久的历史文化和不朽的文化魅力；融古典建筑、砖雕、木雕、彩绘以及书画等艺术为一体，是临夏不可多得的一处具有观赏和研究价值的文化遗址，受到越来越多人们的关注，后游览临夏古河州风情街八坊十三巷，走街串巷，通过美食、建筑、蜡像更加深入的了解临夏的历史文化何民族风情。后赴夏河（120公里2小时左右）。参观游览藏传佛教六大黄教宗主寺之一---【拉卜楞寺】（40元、游览2小时左右）。拉卜楞寺位于甘肃省甘南藏族自治州夏河县，拉卜楞寺是藏语“拉章”的变音，意思为活佛大师的府邸。是藏传佛教格鲁派六大寺院之一，被世界誉为“世界藏学府，中国拉卜楞”。也是甘、青地区最大的黄教寺院。它金碧辉煌的大殿，简朴整齐的僧舍，来来往往的喇嘛，穿着人文主义的僧袍，虔诚的藏民围着转经筒一路走一路转一路念着经文。寺院内设六大学院：闻思学院修显宗，续部上学院，续部下学院修密宗，时轮学院修天文，医药学院修藏医学，喜金刚学院修法律。喇嘛导游会带我们一一走进并详细地讲解，大殿里成千上万的佛像，释迦牟尼、观音、弥勒佛以及一代代的活佛。让您置身佛国感受藏传佛教的博大精深。后游览藏族传说中的英雄格萨尔王煨桑助阵的美丽草原---【桑科草原】（17公里，3小时左右自由活动时间），领略草原美景，参观牧民帐篷。交通：空调旅游车景点：临夏东公馆、八坊十三巷、夏河拉卜楞寺、桑科草原自费项：骑马80元/人，篝火晚会100元/人、藏式土火锅150元/人 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 舒适型酒店标准间住宿 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **夏河县-唐克-若尔盖**  早餐后乘车赴被誉为“中国小瑞士”“甘南香巴拉”和“小江南”之称的—德合仓拉姆—郎木寺（240公里4个小时左右），后游览黄河九曲第一湾（65元、游览2小时左右），这里是四川、青海、甘肃三省的交界地，从源头缓缓流来的黄河这里曲折九拐，与支流白河交汇，在草原上留下了优美的景致和美丽的传说，旁边的索克藏寺是藏传佛教的著名寺。后赴若尔盖入住酒店。交通：空调旅游车景点：郎木寺、唐克九曲第一湾 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 舒适型酒店标准间住宿 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **唐克-迭部**  早餐候游览位于热当坝的草原湖泊—花湖（75元、电瓶车30元游览2小时）。花湖因水中开满花朵而得名，这里是中国最大最平坦的湿地草原，花湖四周数百亩水草地就是“高原湿地生物多样性自然保护区”，保护区以黑颈鹤为主，可以走上浮桥，陶醉在湖水和鲜花的美景中，与水鸟嬉戏，寻找黑颈鹤的足迹。结束后前往3A级景区【若尔盖热尔部落梅花鹿生态园】，梅花鹿是国家一级保护野生动物，野生数量稀少，铁布梅花鹿自然保护区更是中国最早建立的保护区之一，有当今世界上种群数量最大、保护最好的野生梅花鹿群。午餐后赴迭部，后赴扎尕那30公里，游览扎尕那石城，“扎尕”藏语意为石门，扎尕那原意为“石箱子里”，是一座完整的天然“石城”， 扎尕那石城，迭部主山脊南麓一处地 形奇特的大自然杰作。山、真正的石山、西北难得一见的石山。进入藏寨拍摄藏族同胞生活原貌。溪水涓涓，水车转转，炊烟袅袅，憨厚朴实的民风，让你流连忘返，相机里留下的全是感动和感慨•••交通：空调旅游车景点：花湖、若尔盖梅花鹿生态园、扎尕那自费项：黄河九曲第一湾扶梯60元/人 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 舒适型酒店标准间住宿 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **迭部-兰州**  早餐后乘车乘车赴合作，（220公里3.5小时左右）沿途观赏浓郁的藏族风情与自然风光。合作市境内风土人情浓郁，自然景观独树一帜，著名的安多藏区佛教名刹“米拉日巴佛阁”就在市内。午餐后返回兰州，结束愉快的旅程！交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 交通： 往返旅游巴士住宿： 行程所列酒店。门票： 行程中所含的景点首道大门票，请参考行程。导服： 当地中文导游，竭诚为您服务。儿童价标准： 儿童价特殊说明:1.儿童出行不含住宿及门票等费用儿童门票不接受预订，请至景区门口自行购买2.0.5-1.2米（含1.2米）儿童，不占床，只含往返车位、保险和导服，产生的其他费用敬请自理3.如您的小孩身高超过1.2米请直接选择成人价，景区对特定人群有门票优惠政策参考温馨提醒赠送： 临夏东公馆(赠送的临夏东公馆属少数民族地区，若遇民族宗教活动，影响参观，不予退费！) | | |
| **费用不包含** | 单房差：单房差（具体见团期报价）。补充：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。；酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费。；当地参加的自费以及以上"费用包含"中不包含的其它项目。旅游意外险：旅游人身意外保险 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1.因当地海拔在3000米左右，有高血压、心脏病、哮喘病患者请自备药品。2.此线路经过地区均为少数民族居住地，请游客尊重当地民俗风情。3.当地属高原气候、温差大、请游客带足保暖衣物，游览景区时最好穿旅游鞋。4.日照充分，游览时需备太阳伞、太阳镜、丝巾、护肤霜、防晒霜、唇膏、晕车药等。如遇政策性调价、大风、大雨等不可抗力造成延误行程所产生的费用自理。行程中所赠送的用餐不吃不退！！！ |
| **保险信息** | 旅行社责任险 |
| **保险信息** | 无 |