**【甘南小包高端私人订制】甘南川西香巴拉私人订制四日游行程单**

甘南川西四日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 私人订制四日游（2人起定） | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 甘南藏族自治州-甘南拉卜楞寺-甘南桑科草原-甘南郎木寺 |
| **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** | 【产品优势】经典网红景点一网打尽： 世界藏学府——拉卜楞寺东方小瑞士——郎木寺                 梦幻仙境----扎尕那 高原湖泊——花湖高原明珠——尕海湖 草原湿地——郭莽湿地雪域神泉——降扎氡温泉黄河九曲——首曲黄河第一湾峡谷温泉——河它无边泳池温泉特别赠送：1、临夏东公馆、八坊十三巷，领略回族风情2、梅花鹿基地，观赏野生梅花鹿3、郭莽湿地4、河它温泉景区5、降扎温泉景区6、兰州牛肉拉面7、参观合作米拉日巴佛阁高僧僧舍温馨提示：以上赠送的景点若遇特殊情况一律不予退费 | | | | |
| **产品介绍** | - 若尔盖大草原：一望无际，绿草如茵，是体验草原风光的好去处。- 扎尕那：被誉为“中国十大非著名山峰之一”，是一个世外桃源般的地方。- 九曲黄河第一湾：河面宽而蜿蜒，水天一碧，碧波连秀，景色壮观。- 莲宝叶则：有湖泊、雪山、草甸等景观，被称为“天神的后花园”。- 甘加秘境：有雄伟的白石崖、悠久的寺院和神秘的峡谷，是甘南的最后秘境。- 花湖：是中国最美的湿地之一，也是黑颈鹤的栖息地。- 拉卜楞寺：是世界藏学府，也是甘南的宗教中心。 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州—夏河**  早兰州乘车赴夏河（258公里4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。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。午餐后参观全国六大黄教宗主寺之一《天下无贼》的拍摄地---拉卜楞寺（40元、游览2小时左右）拉卜楞寺是藏传佛教黄教六大寺院之一，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，一，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。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精深与博大。后游览藏族传说中的英雄格萨尔王煨桑助阵的美丽草原---桑科草原湿地公园（17公里）领略草原美景，参观牧民帐篷。后返回夏河县城入住酒店。温馨提示：夏河白天日晒强烈，注意携带防晒物品，如：防晒霜，太阳伞，遮阳帽等；晚间天气寒冷，携带御寒物品，骑马时要小心谨慎。草原气候多变，多雨，须带必备物品，注意民族礼节，尊重少数民族；客人如有高原反应，请自备药品。特色美食推介：午餐推荐特色美食：临夏八坊十三巷特色小吃：临夏凉皮子、凉面、甜胚子、油香、椒麻鸡晚餐推荐特色美食：红烧牦牛头肉、香辣牛肚 推荐餐厅：夏河桑科草原扎西牧家乐交通：空调旅游车景点：临夏东公馆、八坊十三巷、拉卜楞寺、桑科草原自费项：骑马80元/人、篝火晚会180元/人 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 准四星酒住宿 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **夏河—郎木寺—花湖—唐克**  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（230公里3.5小时左右）参观游览郎木寺（30元、90分钟左右，），感受“兜率论修白莲解脱洲”那庄严的佛国气氛，远观神秘而又神圣的---天葬台，途中游览郭莽湿地，郭莽湿地位于甘肃碌曲县尕海乡213国道旁，海拔3562米，观景台上的黑颈鹤雕像，昂头引颈，展翅飞翔。站在观景台上，极目远眺，满目西北草原的豪放，令人荡气回肠。遇上天气云层较厚，阴沉的天气又为高原湿地增添了壮美与苍凉。从停车场走到观景台需要经过一段木栈桥，路程不远，在高原走起来却有些气喘。观景台上，有三只黑颈鹤的雕像，为这个地方增添了些许的仙气。这里是黑颈鹤的栖息地。站在观景台上。放眼望去，湿地的河水静静流淌，不知是否向着东方，奔向黄河的怀抱？弯弯的小桥，随风飘扬的经幡，远处星星点点的房屋，时时飘起的袅袅炊烟，这些都让草原湿地充满了生气。后游览高原湿地明珠国家级自然保护区---尕海湖，夏日的尕海湖，野花铺盖着一望无际的辽阔草原，烟波浩淼的神湖万鸟聚会，这里是雪域高原真正的香巴拉，是甘南碌曲境内的高原明镜。海拔3480米，是甘南第一大淡水湖，是青藏高原东部的一块重要湿地，被誉为高原上的一颗明珠。（尕海湖目前景区建设中，开放时间未知，若遇景区恢复50门票+20元环保车请自理）午餐后乘车赴花湖（40公里40分钟左右），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。后游览若尔盖梅花鹿基地，（30元)，梅花鹿是国家一级保护动物，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种群，后赴四川省若尔盖县唐克乡（110公里2小时左右）入住酒店。温馨提示：郎木寺餐以藏餐为主，汉餐以川菜为主.当地有藏吧，可以品尝具有当地风味的西餐.品尝当地的酸奶和糌粑. 藏族人性格直爽、诚实，这和他们全民信仰佛教有关。特色美食推介：被西方游客称为世界上最好吃的苹果派 推荐餐厅： 郎木寺丽莎餐厅 唐克黄河冷水鱼（因稀少价格昂贵需提前预定） 高原双椒兔 正宗川菜，推荐餐厅：唐克王府大酒店 特色地道正宗藏餐：清水牦牛肉、安多藏包、牛肉饼、糍粑甜饼 推荐餐厅：唐克王府大酒店交通：空调旅游车景点：郎木寺、郭莽湿地、尕海湖、花湖、若尔盖梅花鹿基地 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 准四星酒住宿 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **唐克—迭部扎尕那**  早餐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在这里曲折九拐，与支流白河交汇，一眼望去，无垠的草原，天高山远，水草丰美；弯弯曲曲的河流，纵横交错，九曲回转；漫山遍野的小花，咤紫嫣红，争相怒放；在草原上留下了优美的景致和美丽的传说，旁边的藏传佛教寺院——索克藏寺又平添了几分神秘的色彩。后乘车前往迭部（200公里，3小时左右）沿途观赏浓郁的藏族风情与自然风光。途中游览河它温泉景区（78元赠送），景区是以峡谷温泉、游览观光、休闲度假为主的自然生态旅游景区。景区四周群山环抱，怪石嶙峋，山林草水景观齐全，周围高原草甸围绕，遍布高山柏等珍稀植被，青翠原始，是原麝（獐子）等珍稀动物的栖息地。景区拥有天然温泉---仙女温泉池、无边温泉池、净心泉、心身二泉、山洞泉、室内温泉等几十个温泉池；和谐家园、大“使”馆、天空之镜、爱情坡、喜鹊顶、浮云里、生态观光路等特色景观。景区温泉水富含有益微量元素，景区内温泉为保护性开发的原生性天然地下温泉，散布着“马头明王神泉”为主的几十个神奇的大小温泉眼，使水温常年维持在35℃左右，具有医学上的疗养功效，温度舒适宜人，男女老少均可安心沐浴。目前开放有仙女泉、净心泉、净身泉、无边温泉等泉池。景区内除了美丽自然风光和宜人温泉带来的身心康养，更有丰富悠久的历史文化传说带来的心灵净化，在此感知藏系文化之宗本偶遇仙女、牧羊女与小喇嘛、雌鹿爱子化石等传说中的慈悲喜舍，启迪四种广大的利他四无量心，荡涤心中尘垢，引无量之福。（河它温泉景区是赠送景点，体验温泉75元自理，可根据自己的身体状况体验温泉，若遇天气或道路交通等不能游览不予退费）后赴扎尕那95公里2小时左右，游览扎尕那石城80元，“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。这里有你想要的原始，这里有你看得到的生态。拍摄山寨日出或日落和烟雾缭绕，古老质朴的踏板房，淳朴的民风民俗，可以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••• 。后赴迭部县入住酒店。温馨提示：观唐克首曲根据自己的身体状况可选择上山乘坐电扶梯（60元自理），顺着木栈道边欣赏风景边慢慢走下来比较合理！ 河它温泉属高原温泉，水温只有25----35度左右水温较低，无边泳池甚是诱人，可根据自己的身体情况酌情泡温泉，高原反应者禁止泡温泉。扎尕那因地理环境偏僻，医疗条件不便，在高原上如能自备上些日常药物，尽量不携带金属、塑料等不易溶解包装的食品，活动产生的垃圾一律带离，不采摘林中植物。特色美食推介：藏式土火锅 推荐餐厅：河它温泉度假村餐厅 特色地道正宗藏餐 酥油茶、酸奶 糌粑、牛眼包子、厥麻米饭、厥麻猪肉、烤羊排 推荐餐厅：迭部义达藏餐馆 迭部巴赞林藏餐宫交通：空调旅游车景点：黄河九曲第一湾、河它温泉景区、扎尕那石城 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 准四星酒住宿 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **迭部—合作—兰州**  早餐后乘车途径降扎温泉，游览降扎温泉景区，“降扎”为藏语音译，意为“柳林”，温泉四周群山环抱，共有大小50多个天然泉眼，水 温31C°--50C°不等，属中温热水，流量为2.3866—2.6156升／秒，泉水清澈如镜，水从山 上流下，所过之处将山岩浸润成孔雀蓝和翡翠绿，在阳光照耀下闪闪发光，恰似粒粒珍珠宝石镶嵌的一幅世画。降扎温泉在川、甘、青藏区有很高的知名度，历来有“神圣吉祥”之地的美 称 。 每年都有许多远方客人和邻近百姓来这里朝拜、洗浴。据专家考证，泉水硫磺味，富含氡等 多种矿物质，称之氡温泉，氡在医学上治疗癌症效果好。实践证明，降扎温泉水对皮肤病、关节炎、风湿、癌症、胃病等产生显著疗效，温泉出露地层由硅质岩、变质砂岩、千枚岩等组成， 是地下深部循环水沿断层涌出形成的，泉水无色、透明，含硫、铁等十多种矿物质，一年四季 不断，被广大藏族群众视为治疗“圣水”。这里集神奇的温泉水、古朴的民族风情、幽美的自 然风光于一体，是一个休闲、度假、避暑的。胜地，既有高原雄辉辽阔的风光，又有山林秀美依人的景色（降扎温泉旅游景区是赠送景点，可根据自己的身体状况自费38元/人木桶温泉体验，若遇天气或道路交通等不能游览不予退费）后赴赴合作，（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，后经合作市，合作风土人情浓郁，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。当你领略了草原风光，藏传佛教最后让你在米拉日巴佛阁再一次深入僧舍了解高僧的生活状况。特别赠送米拉日巴佛阁高僧僧舍（若愚高僧外出或值日不能参观还请谅解）途中午餐，后经临夏返回兰州，结束愉快的甘南之旅！温馨提示：降扎温泉被当地牧民群众誉为神泉，温泉池不适合游客泡温泉，建议木桶泡，感受氡温泉解除您一路的疲劳交通：空调旅游车景点：降扎温泉景区、米拉日巴佛阁 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 准四星酒店标准间 |

**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）。门票：行程中注明需要另行支付的自费景点（）。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 | | |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 骑马、篝火（包含敬酒献哈达、点篝火、跳锅庄、看烟花） | 到达桑科草原下车后，有草原帅气的扎西和漂亮的卓玛为您敬酒献哈达，自理晚餐后，夜幕降临时，点起草原雄壮的篝火，千人锅庄跳起，尾声在满天繁星的照耀下，观看夺目的烟花表演。约晚21点左右返回酒店。（不参加篝火晚会的客人，可自行回酒店休息，或在草原玩耍等待参加篝火的游客一起回酒店） | 240 分钟 | ¥ 180.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **保险信息** | 旅行社责任险 |
| **保险信息** | 私人订制、两人起订，随时出发 |