**【甘青之约】 青甘大环线8日游915开始行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | YYTX20240066 | **出发地** | 江苏省-南京市-安徽省-合肥市 | **目的地** | 甘肃省-兰州市-青海省-西宁市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **合肥---兰州/西宁**兰州中川机场—兰州市区（约 70 公里 约 1.5 小时） 西宁机场—西宁市区（约 30 公里 约 0.5小时）抵达集黄河文化、丝路文化、中原文化和西域文化于一城的【甘肃省兰州市】，已安排 VIP 专车接站，入住酒店。徜徉兰州漫时光，从吃一碗兰州牛肉面，喝一杯三炮台，羊皮筏子漂黄河；一睹百年中山桥。若时间充裕也可以自行游览兰州黄河四十里风情线，参观【黄河水车博览园】、【黄河母亲塑像】、【省博物馆】及兰州市内标志性建筑之一的【黄河第一铁桥】-【中山桥】。【温馨提示】1.在您出团的前一天 21:00 前，我们会将接机信息以短信或电话的形式与您联系，请您保持手机畅通，耐心等待，导游将会在您出发当天 21:00 前以短信或电话的形式与您联系，请您保持手机畅通，耐心等待。2.接站为散拼，等待时间不超过 60 分钟，如果不愿等待可自行前往酒店入住，费用自理。（接站服务，不用不能退哦！）3.请您报姓名和个人有效证件在酒店前台办理入住（办理入住时需交押金，金额以酒店前台为准，退房时如无物品损坏或其它消费，押金将如数退还）。4.来西北旅游，早晚温差较大，建议带好御寒衣物，气候干燥，一定要多喝水多吃水果呦。5.按照国际惯例，客人正式入住时间是下午 14 点后，具体入住时间须视当时的用房情况来定。交通：飞机/高铁到达城市：兰州/西宁 |
| **用餐** | 早餐：自理 午餐：自理 晚餐：自理  |
| **住宿** | 兰州市区/西宁 |
| **D2** |
| **行程详情** | **兰州-门源油菜花-祁连大草原-张掖七彩丹霞-张掖(门源360km，约行驶5h)（丹霞270km，约行4h)**酒店前厅汇合，乘车前往张掖，途径经过【门源万亩油菜花】(7-8月车览)（如因天气原因有可能大雪封路，兰州-张掖改走连霍高速，故门源，达坂山、黑泉水库、祁连大草原、扁都口以上途径点未能看到，因为此点投诉我社不接受任何投诉，望周知！）门源县位于青海海北藏族自治州，这里有着青海超大的油菜花基地，是西北地区的主要油料产区。每年的7月是油菜花开的季节，西起青石嘴、东到玉隆滩、北到与甘肃交界的冷龙岭、南到大坂山，油菜花绵延几十公里，整个门源变成一片金色的海【祁连山大草原】（车览）祁连山草原地势平坦广阔，土地肥沃，四季分明，享有中国最美六大草原之一”的美誉。自西汉起，这里便是养马屯兵的要地，山丹军马场即设在此处。如今，这里依然是亚洲著名的马场。【丹霞口旅游度假小镇】是丝绸之路上一家有江南风韵的人文旅游度假小镇，步入其中，食肆酒家林立小桥流水人家，融入现代舞蹈、武术和张掖的特色的民俗民风、让您感受丝绸重镇张掖的繁华盛景。独家赠送价值280元人《回道张掖》随后赠送观看价值280元国内首台实景沙秀讲述张掖在汉朝和隋朝时期传奇故事。大汉年间，战乱不断，渴望和平的西域诸国终于盼来了丝绸之路的开通，共享丝路繁华。霍去病收复河西走廊，牵引出古邑甘州的繁华市井，络绎不绝的餐馆客栈、跨越千里的罗马商队、异域风情的胡姬酒肆，精彩纷呈！公元 609 年，隋炀帝率领着文武百官、嫔妃以及十万大军浩浩荡荡一路西行，途遇艰险痛失爱妃。重新上路后西行至焉支山，置办万国盛会，留下千古传唱的经典……（赠送项目如因不可抗力因素导致停演，取消演出概不退费），【大型篝火晚会】内容包括，歌舞、传统活动表演、在篝火晚会的表演中，演员会与游客有非常热烈、欢快的交互，一起跳起欢乐的舞蹈，让您体会不一样的生活。感受当地姑娘和小伙子的热情。这是久居闹市，劳神案牍的都市人群难得一见的。（若因天气原因或景区调整取消将无退费、无任何补偿）【张掖七彩丹霞】（含门票不含区间车38元/人必消，游览约2h）该丹霞地貌群以其面积大、集中，层理交错、岩壁陡峭、气势磅礴、造型奇特、色彩斑斓而称奇，有红色、黄色、白色、绿蓝色，色调有顺山势起伏的波浪状，也有从山顶斜插山根的，犹如斜铺的彩布，在阳光的照射下，像披上了一层红色的轻纱，熠熠泛光，色彩异常艳丽，让人惊叹不已。张掖丹霞地貌是国内唯一的丹霞地貌与彩色丘陵景观复合区，多次被国内外杂志媒体评为中国最美奇异地貌。【温馨提示】1、西北气候干燥，多请适量饮水，女士注意皮肤保湿；2、戈壁地区紫外线强，注意防晒，建议备好遮阳伞、墨镜、防晒霜、帽子、水杯等。3、西宁进的游客导游会先接兰州的客人之后大巴车行至西宁带西宁的客人。请西宁进出的游客知晓。交通：当地旅游车到达城市：张掖/临泽 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 张掖/临泽 |
| **D3** |
| **行程详情** | **张掖-金塔胡杨林-大地之子-海市蜃楼-敦煌（600km，约行驶6.5h）**酒店早餐后，乘车前往【金塔胡杨林】（不含小交通20元/人必消，游览约2小时）（9.15号之后）金塔胡杨林是额济纳旗原始胡扬林的一个林系。它经过春风的滋润、夏雨的洗礼，当大漠旷野吹过一丝清凉的秋风时，胡杨林便在不知不觉中，由浓绿变为浅黄，继而变成杏黄了。登高远眺，金秋的海洋，令人心旷神怡。落日苍茫，晚霞一抹，胡杨由金黄色变成金红，最后化为一片褐红，渐渐地融入朦胧的夜色之中。一夜霜降，胡杨林如香山枫叶一样火红，像在熊熊燃烧。而每一棵高大的胡杨树冠枝头，间或又有浅绿、淡黄的叶片在闪现，错落有致，色彩缤纷。秋风乍起，胡杨金黄的叶片，飘飘洒洒“哗哗”地落到地面，大地铺上了金色的地毯，辉煌而凝重。随后前往敦煌，途径瓜州，参观【大地之子】（拍照约20分钟）位于瓜州县红山坡戈壁滩之上，是以红砂岩为主要材质、利用三维扫描获取模型数据进行3D雕刻的大型户外主题雕塑作品，长约15米，高约4.3米，宽约9米。虽说它是一个雕塑，但并不刻板，看上去那就是一个真实的婴儿：呆萌的表情，紧闭双眼，安静的趴着，就像窝在母亲怀抱中的孩子一样，睡姿安详。我们人类就像是地球母亲的孩子，只有在大地母亲的怀抱里才能够如此的安详，所以这座雕塑的设计师希望通过雕塑的建造手法，唤醒人们对地球保护的重视。【海市蜃楼】（拍照约20分钟）是一种因为光的折射和全反射而形成的自然现象。其的形成与天气形势、气象条件、地理位置、地球物理等有密切联系。随后乘车前往敦煌办理入住。。温馨提示：1、前往敦煌，途径瓜州服务区休息，其中有小商贩售卖当地特产，请各位游客谨慎选择，此点不是本社安排的购物场所，有人购买纯属个人行为，如有投诉本社概不受理，报名时请仔细阅读行程，报名成功则默认同意此条款！2、西北较为干燥，请随时注意补充水分，多饮水。紫外线强烈，请备口罩，防晒霜，太阳眼镜等物品。交通：当地旅游车到达城市：敦煌 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D4** |
| **行程详情** | **敦煌-莫高窟-鸣沙山月牙泉-敦煌**酒店早餐后乘车参观【敦煌莫高窟】（含B类门票。若出A类票，现补差价138元/人或48元/人，3月含莫高窟D类票（12个洞窟+2场数字电影），游览时间3小时）它至今保留有从十六国、北魏至元朝等十个朝代历时一千多年的多种类型洞窟千余个，现存492个，壁画45000多平方米，彩塑像2000身。洞窟鳞次栉比，形如蜂房鸽舍，莫高窟是当今世界规模最宏大、内容最丰富、艺术最精湛、保存最完整的佛石窟寺，1987年被联合国教科文组织列为世界文化遗产。随后乘车赴德令哈，【鸣沙山月牙泉】（含门票，游览时间约2h）鸣沙山群峰环绕的一块绿色盆地中，有一泓碧水形如弯月，这就是月牙泉。历来水火不能相容，沙漠清泉难以共存。但是月牙泉就像一弯新月落在黄沙之中。泉水清凉澄明，味美甘甜，在沙山的怀抱中静静地躺了几千年。鸣沙山和月牙泉是大漠戈壁中一对孪生姐妹，“山以灵而故鸣，水以神而益秀”。游人无论从山顶鸟瞰，还是泉边畅游，都会骋怀神往。确有“鸣沙山怡性，月牙泉洗心”之感。推荐自费：【敦煌盛典】演出，实景剧总投资1.8亿元，项目主要建设张拉膜洞窟、360度旋转钢结构半圆形观众席、人造鸣沙山小沙丘及弧形月牙泉等内容，能容纳1314人的观众席不仅可以360度原地旋转，而且可以前行或后移，为观众带来不同的视觉体验，打破了传统的观演模式，在国内旅游演艺中尚属首创。将成为敦煌继莫高窟、鸣沙山、月牙泉之后又一张国际旅游名片。 温馨提示：1、由于莫高窟景区门票政策问题，从4月1日起，所有团期客人如遇B类票（参观4个洞窟）未发售，我社直接帮客人购买A类票（参观8个洞窟+2场数字电影），请客人自行现补差价138元/人，感谢您的配合，给您带来不变敬请谅解！2、团队参观必须严格按照莫高窟实际预约场次进行，当天同团游客参观莫高窟有可能会安排不同时间游览时间约，同时也会根据莫高窟的预约情况而调整行程，甚至个别无票情况，我社会安排西千佛洞及敦煌博物馆代替。给您带来不便，敬请谅解！3、莫高窟遇不可抗力天气声明：莫高窟的对外开放受自然条件的高度影响。强降雨、强沙尘等不可抗力情况发生时将洞窟将停止对外开放，网络预约门票全额退款，已持门票游客可到售票处改签参观或退票退款.4、去鸣沙山月牙泉，请大家备好充足的饮用水。进入景区大家首先可以选择租借景区准备的鞋套，防止沙子进到鞋里面（15元/套）。景区门口可以选择乘电瓶车直接到月牙泉，20元/人往返。也可以选择骑骆驼先到鸣沙山主峰，之后返程回到月牙泉，100元/人。同时也可以选择小型四轮摩托或吉普车。交通：当地旅游车到达城市：敦煌 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D5** |
| **行程详情** | **敦煌-察尔汗盐湖(约530KM，需6.5小时车)-格尔木(约60KM,约1小时车程)**酒店吃完早餐后随后乘车前往格尔木参观【察尔汗盐湖】（含门票不含景交60元/人必消）（游览约2个小时）察尔汗盐湖，是中国青海省西部的一个盐湖，是中国最大的盐湖。与茶卡盐湖齐名，位于柴达木盆地南部，地跨格尔木市和都兰县。察尔汗盐湖由达布逊湖以及南霍布逊、北霍布逊、涩聂等盐池汇聚而成，总面积5856平方公里，格尔木河、柴达木河等多条内流河注入该湖。由于水分不断蒸发，盐湖上形成坚硬的盐盖，青藏铁路和青藏公路直接修建于盐盖之上，察尔汗盐湖蕴藏有丰富的氯化钠、氯化钾、氯化镁等无机盐，总储量达500多亿吨，为中国矿业基地之一。有著名的万丈盐桥。“察尔汗盐湖”是蒙古语，意思为“盐泽”，“盐的世界”。而盐湖是柴达木盆地最低洼和最核心的地带，同样也是我国最大的可溶性钾镁盐矿床，世界上有名的内陆盐湖，世界第二大盐湖，亚洲盐湖之王。随后乘车入住酒店。温馨提示：1、白天阳光强烈，紫外线强，建议准备墨镜、纱巾等物品，注意做好防晒措施2、提前准备一些湿纸巾，当裸露的皮肤沾上盐粒或者盐水后要用淡水清洗或用纸巾擦掉，时间稍长，会对皮肤造成伤害，盐湖里很多小黑洞洞，其实是一个个的陷阱，千万别踩，而且越黑越危险，盐湖泡久了容易伤脚，下湖前一定要穿防水鞋套。交通：当地旅游车到达城市：格尔木 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：敬请自理 晚餐：团队用餐  |
| **住宿** | 格尔木 |
| **D6** |
| **行程详情** | **格尔木-茶卡盐湖（约500km，5.5小时）青海湖二郎剑（约150KM，2小时车程）-青海湖（约80KM，1.5小时车程）**酒店享用早餐乘车前往【茶卡盐湖-天空之境】（含门票不含往返小交通100元/人，参观约2小时）茶卡盐湖位于青海海西蒙古族藏族自治州乌兰县茶卡镇附近。茶卡盐湖也称茶卡，藏语意为：盐池。自古就以盛产“大青盐”而著称，是柴达木盆地四大盐湖中的一个。茶卡盐湖是名副其实的中国天空之城，兼具茶卡之美，镜像之美，苍茫之美，只要你站在她的面前，随便一站，配上背景就有了大片的效果。广阔天地间，一片白色盐池映衬着白云蓝天，大风阵阵。乘车前往游览【青海湖二郎剑景区】【含门票不含景区娱乐项目，参观约2小时】位于西宁以西约220公里处的青海湖边上，是青海湖环湖公路的起点。 不少“暴走族”驴友或自行车迷，都选择从黑马河开始他们的环湖梦幻之旅。 黑马河到鸟岛这一段被誉为青海湖最美的路段，此外，秋天是看日出的最佳季节，而位于湖西岸的黑马河正是观看青海湖日出的最佳地点之一。温馨提示：1.青海湖平均海拔3200米左右，请团友注意在高原不要做剧烈运动2.青海湖边湿润舒适，白天长袖T恤都可，早晚注意加件衣物。3.由于青海湖属于特殊地区，住宿条件有限，我们将根据情况安排青海湖沿线酒店，如：江西沟、黑马河、茶卡镇、共和县等。请您理解。交通：当地旅游车到达城市：青海湖 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：敬请自理 晚餐：团队用餐  |
| **住宿** | 青海湖 |
| **D7** |
| **行程详情** | **青海湖-藏寨(约120KM,1.5小时车程)-塔尔寺(150KM,约2.5小时车程)-兰州新区(约250KM,约3.5小时车程)**酒店早餐后乘车赴【藏族特色村寨】（游览时间约90分钟）沉浸式领略青藏高原特色藏族文化。藏银饰品能产生磁场，释放大量的银离子，激发能量，抑制细菌的生长，对人体健康有益。银会与许多的毒素发生化学反应，藏银可以吸收人每天排出的毒素，但会导致银饰品变黑。藏银还起到杀菌的作用，能加速伤口愈合，防止感染。藏银还起到杀菌的作用，用银制作的碗来盛水，可以保证水不变质，银子还可以加速创伤愈合，防止感染。【塔尔寺】（含门票不含讲解费和区间车55元/人（必销），游览约 2小时）塔尔寺是我国藏传佛教格鲁派创始人宗喀巴大师的诞生地，始建于公元1379年，距今已有600多年的历史，占地面积600余亩，寺院建筑分布于莲花山的一沟两面坡上，殿宇高低错落，交相辉映，气势壮观。位于寺中心的大金瓦殿，绿墙金瓦，灿烂辉煌，是该寺的主建筑，它与小金瓦殿(护法神殿)，大经堂，弥勒殿，释迦殿，依诂殿，文殊菩萨殿，大拉让宫(吉祥宫)，四大经院(显宗经院，密宗经院，医明经院，十轮经院)和酥油花院，跳神舞院，活佛府邸，如来八塔，菩提塔，过门塔，时轮塔，僧舍等建筑形成了错落有致，布局严谨，风格独特，集汉藏技术于一体的宏伟建筑群。殿内佛像造型生动优美，超然神圣。栩栩如生的酥油花，绚丽多彩的壁画和色彩绚烂的堆绣被誉为"塔尔寺艺术三绝"。温馨提示：1、在寺院里，不能用手摸佛经、佛像、法器等，更不能跨越；2、转经轮时，一定是从左向右；不要乱摸藏族人的头和帽子。此外，参观过程中门票不可丢失，进每个殿时都会检票。塔尔寺内不允许游客拍照。3、今天会有回程送站司机提前联系您、若无联系请提前联系导游。交通：当地旅游车到达城市：兰州/西宁 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：团队用餐 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 西宁/兰州/兰州新区 |
| **D8** |
| **行程详情** | **兰州新区/西宁-温馨的家**早餐后根据航班时间送飞机，结束此次西北之旅…【温馨提示】1.请带好自己的行李，随身物品，身份证件等贵重物品。我社赠送拼车送机，请根据通知时间提前退房，再自行安排活动（请注意酒店退房时间12：00前，避免不必要的损失，外出前可将行李寄存前台），登机手续请根据机场指引自行办理。交通：当地旅游车到达城市：合肥 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理  |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 【大交通】：合肥兰州/西宁往返机票含税；团队机票不予改签不予退票请周知！【景点】：行程所列景点含首道门票（全程门票不含缆车、电瓶车、区间车、讲解费） 含首道门票：张掖丹霞（不含区间车38元/人必消）、莫高窟（含B类票）、鸣沙山月牙泉、青海湖二郎剑、金塔胡杨林（不含区间车20元/人必消）、茶卡盐湖（不含区间车往返100元/人非必消）、塔尔寺（不含区间车和讲解费55元/人必消）、察尔汗盐湖（不含区间车60元/人必消）温馨提示：本产品销售价格已享受门票优惠政策，不再重复享受特殊证件优惠退费（如学生证、教师证、军官证、老年证、残疾证等证件）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！【住宿】全程网评3钻/星酒店+升级1晚网评4钻/星酒店。没有三人间或者加床，如出现单男，单女请报名时补房差，因计划用房，房差需于报名时团款中付清；（如房满安排同级酒店）如行程提供标准无法满足您的入住要求，请定团时自补差价升级住宿标准。因旅游者主观要求标准不同，酒店未达到个人住宿要求标准的不属于旅游行程质量范畴。遇特殊原因（如天气，交通，地面，酒店接待能力），可能变更住宿地点，标准不变。西北经济条件有限，青海部分酒店无空调，请知晓！不接受投诉望周知！【用餐】: 含餐7早6正餐（正餐餐标30元/正/人，包含4大特色餐甘州小吃宴、驴肉黄面、河西气锅鸡、虫草老鸭汤、自助餐。十人一桌，八菜一汤，不含酒水）。餐厅将根据每桌实际人数，对菜品数量进行相应增减。特色餐团队餐为我社安排用餐，不含酒水。酒店提供早餐（不吃不退费）。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。【交通】：当地正规旅游车，一人一个正座；接送不含导游。15人以上升级2+1陆地头等舱。行程内所有自由活动期间及行程外均不含用车。请望理解。【导服】：含行程内持证中文导游服务，8人以下（含8人）安排司兼导。【保险】：含旅行社责任险（强烈建议客人在组团社购买旅游意外险）【儿童】：含旅游车位、半价正餐、导服，不含景区门票、不含住宿。 |
| **费用不包含** | 1.行程中列明未含或行程以外活动项目所需的自费项目、酒店内的酒水、洗衣等一切私人开支；2、景点内园中园门票、旅游意外保险、航空保险；（建议旅游者购买）3、如出现单男或单女，要补单房差。4、赠送项目如因天气原因和个人原因不能进行，恕不退款。5、因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用；6、儿童报价以外产生的其他费用；7、因旅游者违约、自身过错、自身疾病等自身原因导致的人身财产损失而额外支付的费用；8、不占床位游客不含早餐；9、“旅游费用包含”内容以外的所有费 |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 藏寨村寨 | 银器当地特产等 | 100 分钟 |  |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 本行程可能涉及自费一览，实际以景区公布为准： | 张掖七彩丹霞：区间车38元/人必须金塔胡杨林：区间车20元/人必消鸣沙山：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。 察尔汗盐湖：区间车60元/人必须茶卡盐湖：小火车往返100元/人非必消青海湖二郎剑：区间车 20，游船 140元/人，马车40元/人塔尔寺：讲解费35+电瓶车20元/人必须敦煌演出：《敦煌盛典》328元/人起 敦煌特色餐：敦煌大漠风情宴1880元/桌 烤全羊1980元/只起4、其他“报价包含内容”里未提及包含的一切费用均未含。 |  |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | （一）注意事项1、丝绸之路旅游线路较长，景点分散，架车时间长，比较辛苦。2、丝绸之路景点多为沙漠、戈壁，风沙较大，日照时间长，需准备太阳镜、丝巾。3、丝绸之路气候干燥，海拔较高，游览时需带护肤霜，润唇膏，晕车药品等，需多喝水，多吃水果，蔬菜。4、在游览爬山需穿平底鞋（旅游鞋）或凉鞋。5、老人在旅游时可乘坐电瓶车，其它自费项目都不适宜参加，如骑骆驼、摩托车、越野车、跳伞、爬山、滑沙等，这些项目都有一定危险性。6、早晚温差很大，气温较内地略低，且很多地区海拔较高，紫外线照射强，要多准备一些衣物备用，随身携带一些防晒用品，穿浅色的抗紫外线的衣服；请注意增减衣物，以防感冒。7、注意比较重要物品的保管，尽量保存在酒店前台，如有以外马上拨打110，保护并留在现场。8、西北有部少数民族，由其以沙洲市场夜市，有不少的少数民族小吃，穆斯林回民是不吃猪肉的，这是他们生活中最大的禁忌，绝对不可冒犯，以免造成不必要的误会。9、安全意识：出门在外，安全第一，请保持平常心态，听从导游的安排，避免突发事件，以享受一个舒适、惬意、安全的丝绸之旅。（二）莫高窟旅游注意事项1、洞窟平常锁闭，参观时需由专业讲解人员带领，才能进入。2、窟内禁止摄影，摄影器材需寄放在入口处。3、洞内光线昏暗，最好自借手电筒，洞窟入口也可租用手电筒。4、如果遇到下雨、下雪等天气莫高窟暂停开放。5、莫高窟实行团队预约制。（三）沙漠旅行提示骑骆驼漫游沙漠是久居闹市的人休整身心、调整情绪、锻炼意志、体验独特的最佳选择。那叮咚作响的驼铃，浩瀚无垠的大漠，沙海的日落与日出无一不给您带来神秘、淳朴的感觉。但沙漠旅游虽然新奇刺激，但它毕竟属于探险旅游范畴，因而特提供以下忠告： A、参加沙漠旅游切莫单独行动，我们可为您提供骆驼、向导等特种服务。 B、沙漠中昼夜温差大，要多准备衣服备用。要随身携带一些防晒用品，穿浅色的抗紫外线的衣服。 C、沙漠探险旅游是一项集体活动，集体活动是旅游中的重要内容，只有导游、驼工精诚团结、顾全大局，考察活动才会锦上添花。D、在沙漠中要注重环保，尽量把垃圾带出沙漠，至少是就地掩埋。E、骑骆驼时，要防止骆驼起来和卧倒时将人摔下，在这时要抱紧驼鞍或驼峰，要绷着劲，要顺着骆驼的步伐自然骑坐，随时调整坐姿，并适时下来走一段。（四）高原旅行提示1、保持良好的心态：保持良好的心态、乐观的情绪、坚强的自信心，对于减弱高原反应带来的身心不适十分重要。 2、足量饮水：注意补充充足的水分，可加入维生素C泡腾片、西洋参片、果珍等，可以补充人体所需的维生素、能量，利于缓解疲劳。 3、注意防寒保暖：寒冷是高原肺水肿的重要诱因。注意预防感冒，进入高原前已有上感者，最好不要进入高原。 4、合理膳食：进驻高原初期，消化系统功能下降，尤以食欲减退更为明显，因此在高原应以高糖、高蛋白、低脂肪饮食为主，适当补充维生素，以提高机体对高原适应能力。 5、适当运动：初入高原要减少体力活动，保护心脏，可有效地预防高原反应。 6、通风：在做好防寒保暖的前提下，房间一定要保证良好的通风，有助于缓解夜间缺氧现象。 7、减少吸烟及饮酒 8、必要的药物和治疗措施 9、充分沟通：遇到身体不适，及时告诉随行的朋友。做到及时发现，及时治疗。（五）参加须知1、建议客人自行购买旅游意外保险；2、受旅游地自然条件限制，特别是高原藏族地区，景点、酒店、沿途餐厅等的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从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；但我们尽最大努力与餐厅协调，满足不同旅客的需求。西北地区由于地域辽阔，景点之间车程较长，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。西北甘南地区酒店硬件设施和服务与内陆旅游发达地区相比较，有较大差距。请勿拿内陆地区同等酒店做比。3、注意卫生与健康。旅游在外，品尝当地名菜、名点，无疑是一种“饮食文化”的享受，但一定要注意饮食饮水卫生，切忌暴饮暴食。油腻的食物要少吃，以免肠胃不适引发消化系统疾病。多吃蔬菜水果，少吃方便食品。4、请游客出发前根据旅游地天气情况准备适宜旅游的衣物、鞋子、雨具等；并请游客依照个人习惯带适量常用药品、护肤用品等； 5、游客在活动期间不遵守规定，由于自身过错，自由活动期间内的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负，旅行社不承担责任。 6、以上行程，除景点游览的先后顺序有所调整外，其它不变！7、游玩途中贵重物品请游客随身携带或自行寄存入住酒店的前台，就寝时请悉心检查门窗是否关好。以保障个人的人身及财产安全，避免造成不必要的损失 |
| **退改规则** | 以旅游合同约定为准，如按约定比例扣除的必要的费用低于实际发生的费用，旅游者按照实际发生的费用支付。因部分旅游资源需提前预订的特殊性，本产品线路在旅行社成团后至出行前6天（出境的把6天改成30天）取消的，也将产生实际损失，具体损失包括但不限于机票、酒店等，如旅游者需要取消订单，应及时联系旅行社，旅行社除协助旅游者减损并退还未实际发生的损失费用外不再承担其他赔偿责任。 |
| **保险信息** | 《中国公民国内旅游文明行为公约》营造文明、和谐的旅游环境，关系到每位旅游者的切身利益。做文明旅游者是我们大家的义务，请遵守以下公约：1、维护环境卫生。不随地吐痰和口香糖，不乱扔废弃物，不在禁烟场所吸烟。2、遵守公共秩序。不喧哗吵闹，排队遵守秩序，不并行挡道，不在公众场所高声交谈。3、保护生态环境。不踩踏绿地，不摘折花木和果实，不追捉、投打、乱喂动物。4、保护文物古迹。不在文物古迹上涂刻，不攀爬触摸文物，拍照摄像遵守规定。5、爱惜公共设施。不污损客房用品，不损坏公用设施，不贪占小便宜，节约用水用电，用餐不浪费。 6、尊重别人权利。不强行和外宾合影，不对着别人打喷嚏，不长期占用公共设施，尊重服务人员的劳动，尊重各民族宗教习俗。 7、讲究以礼待人。衣着整洁得体，不在公共场所袒胸赤膊;礼让老幼病残，礼让女士;不讲粗话。8、提倡健康娱乐。抵制封建迷信活动，拒绝黄、赌、毒。 |