|  |
| --- |
| 【纵观天图】（深度稻亚-川西环线）四姑娘山-稻城亚丁-海螺沟 8/10天 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **行程安排** | **住宿** | **餐饮** |
| D1 | 根据所选交通工具前往成都，具体车次及航班以实际出票为准◆ 飞机:徐州-成都 参考航班：3U6972（11：20—14:10）◆ 高铁:参考 G2207(08:00-16:43)/G975(10:21-18:27)/G2679(13:09-21:28)◆ 卧铺:参考 K291(17:28-次日19:01)/K205(01:41-次日05:22)选择卧铺的乘客提前1天出发 | 成都 | 无 |
| D2 | 1. 早餐后乘车从成都出发。
2. 沿岷江而上，沿途经都江堰、紫坪埔水利工程，沿都汶高速抵映秀，沿途感受2008年汶川大地震“地动山摇、山崩地裂、沧海桑田”后的景象。沿卧龙峡谷，欣赏小桥、流水、枯藤、老树的美丽风光，穿越7954米的【巴郎山隧道】，感受“一山观四季、十里不同天”的气象变迁；
3. 到达日隆镇，使用午餐。
4. 前往四姑娘山风景区，游览【双桥沟】（门票已含，观光车70元/人需自理，游览时间约4小时）；双桥沟沟内主要以雪峰、牧场、草地、森林等为主，是四姑娘山最美丽的一条沟。漫步沟内，可体验到真正的牧区风光。主要景点有阴阳谷、猎人峰、日月宝镜和五色山沙棘林道、牛棚子、牛心山等景点等。
5. 经小金，观小金河峡谷风光抵达“千碉之国”--丹巴入住酒店，晚餐

【游览提示】a、双桥沟全程34公里，浏览方式以乘观光车一站一停的游玩，每辆观光车上都有景区配备的讲解员，游玩时间为4小时左右；景区内，每个景点都有一个观光车上下的车站，请在车站坐车，保管好自己的贵重物品及随身物品。b、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c、淡季时，观光车数量有限，等候时间比较长，敬请见谅。d、户外游览时间较长，日照充足，紫外线较强，请备好太阳镜，太阳伞、防晒霜等物品；请遵守景区管理制度，禁止抽烟、乱丢垃圾，违者最低罚款500元起，四姑娘山景区海拔2500-3800米，游览时请选择从海拔高的景点往下步行，不要做剧烈运动，以免高原反应； 【温馨提示】请根据通知时间提前退房，酒店提供早餐；本行程沿线用餐及住宿硬软件条件较大城市相对有限，请不要以大城市的同等标准来衡量；酒店提供一次性洗漱用品，若对卫生条件比较在意，游客可自带洗漱以及毛巾等个人用品。用餐在沿路指定餐厅就餐；当地饮食与游客饮食习惯有一定的差异。此日总行车时间较长（约7小时，全程路况较好，高速+国道）易晕车者请提前备晕车药，建议提前自备零食、饮用水、雨衣、遮阳伞。川西高原住宿酒店用晚含早，不使用无法退费。行程中赠送项目，不参加不退费不换等价项目，敬请注意。  | 丹巴 | 早中晚 |
| D3 | 1.早餐后乘车经过延绵几十公里是被称为天然盆景的**东谷天然盆景沟**，遥望康区八大神山、白牦牛神山——**【雅拉神山】**，陶醉在八美的草原牧区风光里, 在塔公草原游览为纪念班禅大师而修建的纯金制作纪念塔——**【木雅金塔】**；可朝拜康区“大昭寺”—**【塔公寺】**（门票20元/人自理），观文成公主所发明的藏区独特的酥油花，带着信念转动寄托幸福的经桶，感受不远千里带着信仰而来朝拜的信徒所特有的那种坚定的信念与虔诚2.经新都桥穿越【高尔寺山】隧道、【剪子弯山】隧道、翻越海拔4718米【卡子拉山】，抵达白云之上的城市，世界最高的城镇、丁真的家乡——**理塘；**3.享用特色午餐--鳕鱼汤锅；之后前往参观**【勒通古镇·千户藏寨】**（门票已含，观光车35元/人自理），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。景区内有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。 4.观**【毛垭大草原】**风光，翻越【兔子山】、经青藏高原最大的古冰体遗迹，即“稻城古冰帽”平均海拔4500米左右的【海子山国家地质公园】；进入高原补给站，普及高原反应预防知识；5.抵达稻城入住酒店，晚餐后休息 | 稻城 | 早中晚 |
| D4 | 1.早餐后出发，经稻城翻越波瓦山（海拔4513米）来到香格里拉镇，在游客中心换乘景区观光车进入"中国香格里拉之魂"，"水蓝色星球上的最后一片净土"——**【亚丁景区】**（门票已含，观光车120元/人自理，游览时不低于8小时）；经叶儿红村、亚丁村来到扎灌崩， 观光车窗外依次呈现出中国目前保存最完整、最原始的高山自然生态系统， 世界最美丽的高山峡谷自然风光2.徒步前往观赏**【冲古寺】**风光及神山**【仙乃日】**脚下美妙的**【珍珠海】**风光。**【冲古寺】**对面即是千年不化的三座神山，脚下是开满野花的草甸，身后是险峻雄浑的峡谷，犹如天堂之门，守护着神圣的[香巴拉](https://baike.so.com/doc/4430216-4638050.html%22%20%5Ct%20%22_blank)王国。1928年，约瑟夫洛克来此考察时，曾在冲古寺住了三天，他透过寺庙的窗户，远眺月亮下宁静祥和的亚丁村，这就是詹姆斯希尔顿笔下**《[消失的地平线](https://baike.so.com/doc/5511446-5747199.html%22%20%5Ct%20%22_blank)》**中美丽的蓝月山谷的原形。浑身浸透高贵气质的【仙乃日】（意为“观音菩萨”，藏语意为“观世间菩萨”）海拔6032米，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，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。 **【[珍珠海](https://baike.so.com/doc/2218052-2346993.html%22%20%5Ct%20%22_blank)】**传说是仙女的梳妆镜，是观看仙乃日的最佳地点。3.原路返回后可乘坐景区电瓶车（往返80元/人，单程50元/人自理，或徒步1-2小时左右）到达【**洛绒牛场**】，这里是观赏**【夏洛多吉神山】**（意为金刚手菩萨，海拔5958米）**【央迈勇神山】**（意为文殊菩萨，海拔5958米）的最佳地点。可依据自身身体状况，决定是否徒步或者骑马（300元/人，只提供单程，费用自理）前往网红打卡地、亚丁圣湖—**【牛奶海】**，以及传说中能“反演历史，预测未来”，可以看到自己前世今生的与西藏羊卓雍错齐名的神湖--**【五色海】**4.回到酒店，休息入眠**特别提示：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是否前往**（可选择自费骑马305元/人至舍身崖约1.5小时，再徒步至牛奶海和五色海需约1.5小时，冬季11中旬至次年3约中旬马帮停运，需徒步单程5KM往返10KM，徒步往返时间约4.5小时）到达【牛奶海】，再徒步前往【五色海】（徒步约20分钟） | 香格里拉镇 | 早晚 |
| D5 | 1.早餐后出发参观甘孜州政府全新打造的**【圣洁甘孜—藏文化展览馆】**：展示甘孜十八个县藏区人们几千年的居住文化、餐饮文化、服饰文化、珠宝文化、宗教文化。购买藏区代表爱情、财富、平安、健康的蜜蜡、黄龙玉给家人捎去一份安康幸福。参观完博物馆后，可在赤土河畔稍作休息，尽情拍摄**【赤土河风光】** 2.来到稻城，参观**【圣缘宝阁】**。稻城这里曾经是茶马古道上面一个非常出名的驿站，而《圣缘宝阁》就是稻城的一颗明珠，它有着很悠久的历史，可以说是茶马古道里面最融洽的地方，在这里面能够体验到藏族独特的宗教民俗文化和地方风情。现在这里在国家一带一路的大环境下，为了对外展示最纯粹的民族文化，所以才在这个茶马古道古驿站，在这个离稻城机场最近的地方，对大家开放了（圣缘宝阁），让大家真正体验地方老百姓跟宗教息息相关的生活点滴，在这里能够带你走进千年的佛教文化，能够带你解读千年的藏地密码。 4.享用特色中餐：用国家级非物质文化遗产阿西土陶----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。5.观沿途自然秒美自然风光，感受高原的云高天蓝，抵达新都桥使用晚餐入住酒店休息 | 新都桥 | 早中晚 |
| D6 | 1.早起酒店用餐后前往游玩**【墨石公园景区】**游玩（门票赠送，不去不退费，自理观光车20元/人）；传说当年格萨尔王王妃珠姆在此游玩之时，不小心掉下一条丝巾，落在这片格萨尔王战斗过的土地上，变成了卡玛河，滋润着这片石林及当地的人们。石林含钙盐，受空气湿度的影响，干燥季节呈浅灰色、浅蓝色，湿润季节呈苍黑色，又称之为变色石林。随后前往神仙居住的地方——【塔公草原】（草场维护费费用15元/人，自愿自理），在此远观【雅拉神山】，在大草原上撒欢。2.来到甘孜州藏族木雅文化主题旅游区——**【木雅圣地】景区**（为我社免费赠送，不用不退不做等值交换；门票已含，观光车60元/人自理）。此地曾是木雅公主进关出关的休息之地和春夏转山赏花游玩的行宫所在地，也是茹荣嘉姆尊静心悟道的心灵栖息之地，还是茶马古道的重要驿站。这里水草丰茂，山溪在草原上流过的小河曲曲弯弯十分美丽，蓝天白云，牛羊漫游，远眺贡嘎雪山庄严空明，圣洁而神秘，禅韵无量的然梯寺坐落在这里，使木雅热岗显得更加清凉静谧。 3.午餐品尝旅行社赠送药膳牦牛汤锅：（含当归、黄芪、红景天等药材，不上火 不油腻、滋补养生 ）4..翻越海拔4298米的折多山聆听康定情歌，经泸定前往磨西古镇入住酒店，晚餐 | 磨西 | 早中晚 |
| D7 | 1. 早餐后翻越折多山，前往**【海螺沟】**（门票已含）游客中心，换乘景区观光车（70元/人，费用自理）进入景区游览（游览时间不低于4小时）
2. 经一、二号营地，缓缓进入原始森林风光欣赏挺拔屹立群山，参天大树古朴苍翠，丝丝松萝摇曳多姿，路乘观光车行至三号营地进行午餐。可选择坐索道（150元/人自理）鸟瞰冰川与森林的完美结合全景，最后到达本行程海拔最高处——四号营地，在阳光明媚的日子里，可观看到壮丽的大冰瀑布和“蜀山之王” 贡嘎山主峰，海拔7556米；也可步行游山道漫步原始森林，后到达冰川观景台，观冰川裂缝、冰石蘑菇、等冰川奇观。
3. 告别雪峰、森林回到磨西古镇午餐
4. 雅康高速返回成都，入住酒店休息；可依据个人时间安排自由活动。

【参考住宿】锦程、凯曼、南禾、太通、星程、怡莱、金立方、雅仕酒店或同等级豪华酒店【住宿标准】高级双人标准间，LED宽屏电视，房间wifi覆盖、独立卫浴，提供一次性洗漱用品【温馨提示】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；请保持手机畅通，我们的司机会在晚上21:00左右和您联系，以确定送您去机场和火车站的时刻，如未及时接到通知，请及时与我们联系。 | 成都 | 早 |
| D8 | 根据所选交通方式送站返回出发地。早餐后自由活动，自由活动期间不含车、导游以及用餐服务，地接旅行社根据游客的车次或航班时间，安排提前二小时送达机场/车站；游客乘坐由组团社定购的团队航班/车次返回自己温馨的家，结束难忘的香巴拉之旅。**【温馨提示】**我社已代定酒店至机场/动车站专车接送，请根据通知时间提前退房，酒店提供免费早餐，在酒店开餐前需出发的，酒店提供路餐打包（酒店住宿赠送），请勿忘于前台领取；出发时间在中午12点后的，请提前退房，再自行安排活动（请注意酒店退房时间，避免不必要的损失，外出前可将行李寄存前台），我们将提前3小时送机/送站，以确保不误机/误站（早班机乘客，敬请理解，不服从旅行社安排，造成误机，旅行社概不承担损失）登机/换票手续请根据机场/车站指引自行办理。◆ 飞机：成都-徐州，参考：3U6972（11:20-14:10）◆ 高铁：参考 G3286(07:23-15:47)/G1976(11:02-19:18)/G2206(13:10-21:58)◆ 卧铺：参考 K206(17:30-次日23:08)/K292(19:03-次日21:46) | 家/火车 | 早 |

|  |  |
| --- | --- |
| 费用说明 | **费用包含：****交 通：**往返大交通，空调旅游大巴车，根据人数安排车型。行程内用车为旅游巴士，根据同团人数安排车型，空调限时开放（主要针对爬坡路上行中为保证动力，无法开放）；保证一人一座，不提供座次要求；因延线有行车公里数限制及部分路段维修，易发生堵车，发车时间均较早，行程内标注出发及行车时间均为预计，具体情况可能略有不同；为保证车辆制动性能，行车延途均需停车加水；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。**住 宿：**行程所列7晚酒店住宿，每人1床位a.两人以下单床位的，必须补房差；3人以上可补房差亦可安排加床（加床为钢丝床或床垫）或三人间（部分酒店无三人间）以酒店提供为准，费用同正常床位；不提自然单间和拼房服务，亦不接受楼层及特殊房型指定；因计划用房，房差需于出行前团款中付清；b.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。特别说明，9-10月游客高峰期间指定酒店无法完全承载，住宿非指定酒店，不属于旅行社行程质量范畴。c.全程住宿压金自付自退，藏区延线条件相对较差，酒店服务人员极少经过专业培训上岗，因特殊气候酒店易潮湿，电力供应无法24小时开启（主要是空调或者地暖），热水限时供应（请到达后提前询问酒店），太阳能热水器根据天气和使用人数决定水温（可能水温不够）。藏区因电力配备不足，冬季空调无法开放，夜晚御寒以电热毯为主。如遇临时断水断电等因素造成部分设施无法使用，非我社人为可控，酒店设施服务为酒店配套项目，以酒店提供为准，不属于旅游行程质量范围，敬请谅解。**门 票：**四姑娘山双桥沟门票（1张，不含观光车70 ），亚丁景区门票（1张，不含观光车120 ，不含电瓶车往返80），木雅圣地门票（1张，不含观光车60；免费赠送景区，不用不退不做等值交换）墨石公园门票（1张，不含观光车20；免费赠送景区，不用不退不做等值交换）海螺沟景区门票（1张，不含观光车75，不含索道150**用 餐：**行程中团队标准用餐，全程安排7早餐9正餐（正餐十人一桌），如每桌人数不是为10人，则餐费不变的情况下，酌情增减菜品数量，参考菜单中个别菜品可能随时令有所调整。**导 游：**行程内含优秀持证国语导游讲解服务（16人以下无导游，司机兼向导）；行程内导游仅负责旅游者的日常组织安排，沿途讲解，问题处理； 行程内导游会以同团大部分旅游者作为照顾对象，如需按照自已意愿游览，或不按规定时间安排的，为避免同团其它旅游者造成不满，我社不作任何特殊安排。团上司兼导时，司机没有专业导游讲解详尽，敬请包涵、见谅！**费用不含：**1.四姑娘山双桥沟观光车 70元/人， 亚丁景区观光车 120元/人，亚丁景区电瓶车 80元/人，亚丁景区骑马费 305元/人，木雅圣地观光车 60元/人，海螺沟景区观光车 75元/人，海螺沟景区索道 150元/人；（游客可根据自身情况自由选择，可委托导游代购，也可以自行在景区售票窗口购买）2、因交通延阻、罢工、天气、大交通（飞机、火车）取消或更改等不可抗力因素导致的额外费用。3、其他行程所未列项目。 |

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | **由于此产品线路走向地处川西高原，突发情况较多，我社有权依据实际情况调整行程走向以及游览景点的先后顺序，客人报名即认同此条款****【收客标准】：****◆本线路地处高原，出于安全考虑，65岁以上老年人参团务必由亲属陪同，提供正规医院身体健康证明，并且签订免责书；不接收7岁以下小孩及70岁（含70）以上老年人参团。中途退团依据产生费用进行退费****◆优免说明：按照景区相关规定执行优免政策** **◆附加说明： 无年龄、无地域、无人数限制，均无附加费** **◆同车说明： 无同车费** **◆其它说明： 满12周岁至未满70周执行成人价格，满7周岁至未满12周岁执行儿童价格。****成人价格：享受“包含项目”所有内容****儿童价格：享受“包含项目”中用车、用餐、保险；其它费用自理。****儿童均不能以成人价格成行，不具有完全民事行为能力的未成年人不可单独参团。** |
| 温馨提示 | **行前贴心提示**1、旅行装备：御寒衣物、温泉泳衣、雨具、防晒霜、遮阳帽、太阳镜、登山鞋、照相器材等；2、高原反应的症状：头晕、头痛、耳鸣、眼花、四肢软弱无力、恶心、呕吐、心慌、气短、呼吸急促、心跳快速无力、意识模糊、瞳孔散大、昏迷、呼吸困难等。3、如何预防高原反应：登高时，速度不可太快。体力活动要循序渐进，尽量减少寒冷刺激及呼吸道感染。出现胸闷、气短等症状时，就立即原地休息，有条件可吸氧或用药（如：红景天、肌甘等）。4、谢绝70岁以上老人参团，同时谢绝有心脏病、冠心病、心肌梗塞、高血压、高血糖、低血压、低血糖、糖尿病等的客人参团，请报名时不要隐瞒自身身体疾患，否则自行承担一切后果。**旅途常见疾病与防治**（1）感冒：旅行在异地，温差较大，忽冷忽执，容易感冒，需注意防治并及时吃药。（2）中暑：夏日旅行如果中暑，要立即转移到通风、凉爽的地方休息，在太阳穴、人中处涂抹风油精，不要勉强旅行。（3）肠胃病：在旅游当中，游客不适应新环境的饮食，容易腹胀和腹泻。如果再暴饮暴食，还易得胃肠炎，需及时治疗。（4）水土不服：旅游在外，如出现头错无力、胃口不好、睡眠不佳等现象，这是水土不服的表现。需要多食水果、少吃油腻。（5）外伤：旅行中被蚊虫咬伤，用碱性液体冲洗伤口，可以消除疼痛。**为了您的旅途顺利，请注意延途须知**1.行程内行车途中均会提供沿途休息及上厕所，请主动付费自备小钞。包括餐后休息，酒店休息，行程中标明的自由活动均属自由活动时间，期间旅游者自身财产及人身安全由其本人负责，请注意安全，并请勿参加违反中国法律不宜参加的活动。2.请尊重当地少数民族的生活和信仰，避免与当地居民发生冲突；为安全考虑，晚间及单独不宜自行外出。除行程标明的游览，自由活动地点外，其它所有途经地均不为必须停留，游览，介绍，讲解地。3.本产品为目的地成团。根据发团需要，本产品有可能在部分行程段导游及团友的变化，请您谅解。具体拼团次数及行程段视线路收客情况而定。4.团队在游览过程中，如客人或团队擅自脱离我公司导游而跟其他无关人员前往行程以外景点，则视为客人或团队违约，按照“中华人民共和国旅游法”相关规定处理，我公司有权终止该客人或该团的一切接待活动，并对客人或团队所出现意外情况不承担任何责任。5.本行程只接待身体健康的人士，在团队行程中因个人健康原因而出现的人身伤亡由游客自理,与我社无关。另：3岁以下儿童和75岁以上老人保险公司不受理人身意外伤害投保情况；如客人坚持参加旅游，必须在合同中注明“自愿参加旅游，已知保险公司不受理人身意外伤害投保，如有意外，自愿承担相关一切责任和后果”。6.遇人力不可抗拒因素（如：政府行为、天气、航班延误、取消、管制、故障等）造成行程延误或产生的其它费用，我社概不负责，此类费用由客人自理自费。我社在保留景点不变的情况下有权调整行程和住房。7.关于保险：旅行社责任保险，代购旅游意外伤害险；如因交通事故造成客人身体伤害及财物损失，按照《中华人民共和国道路交通事故处理办法》进行赔偿。解释权及理赔权由保险公司负责。注：保险公司对 2 岁以下和 70 岁以上老年人不受理，另身体有疾病的，请不要参加旅行团。老人、小孩建议有家人陪同，在景区游览时要结伴而行.8. 关于购物：旅游者已知晓参观地内包含购物环境。由于旅游者自行造的停留活动时间延长不计算在内。如有购买行为，请索要购物凭证并妥善保管；旅行过程中景区内、停留点等配套自营或衍生设置的含有购物可能的场所，均非属于旅行社安排的单独购物环节，请您特别注意甄选，谨慎选择。在付款前务必仔细检查，确保商品完好无损、配件齐全并具备相应的鉴定证书，明确了解商品售后服务流程；我社不承担任何附带赔偿责任。9.各景区内配套，各延途停留点均有旅游纪念品，纪念照片，法物流通处，土特产，小卖部各物品出售，非我社提供服务，特别是私人小贩售卖，更不在我社控制范围，不买请勿还价；如有兴趣，请旅游者自行甄别，如有购买为其个人行为，任何后果由旅游者自行承担。10.费用不含：除服务标准以外产生的所有费用均不包含：四姑娘山双桥沟观光车70元/人；亚丁景区观光车120元/人，亚丁景区电瓶车80元/人，亚丁景区骑马305元/人；木雅圣地观光车60元/人；海螺沟景区观光车70元/人，索道150元/人 11.郑重申明：请不要对旅游行程，行程附件，补充协议做任何更改；若因为自行变更引起的投诉，我旅行社概不承担任何法律责任。12..特别注明：此产品为打包优惠特价产品，如有客人提前离团，所有未产生费用不退；提前离团需补团费400元/人13. 我社会对团队质量进行随时监控，请谅解散客拼团局限性，并就团队质量问题及时与我社沟通，以便及时协助解决；旅游者在完团前，请认真客观填写《旅行社服务质量跟踪调查表》，完团后反馈意见与本人签字意见相悖的，我社不予处理。 |