**SC寻秘境甘南、天然石城扎尕那、 了解藏传圣地、小九寨官鹅沟、黄河九曲第一 湾、郎木寺 —— [双飞纯玩八日游 ]行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | G0061724406067d | **出发地** | 全国联运 | **目的地** | 四川省 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **福州-兰州**【福州长乐机场】集合乘航班 参考航班（福州-兰州 FU6643（07:50-11:00） 前往兰州中川机场，导游接机后前往【甘肃省博物馆，游览约 2 小时】，甘肃省博物馆汇集了甘肃从远古时期到近现代的珍贵文化遗存，馆藏珍贵历史文物、自然标本 8 万余件（组），尤以新石器时代之冠的甘肃彩陶、汉代简牍文书、汉唐丝绸之路珍品、佛教艺术萃宝、古生物化石等珍贵文物为特色。参观完前往酒店办理入住。游览【兰州风情线】 ，游览约 2 小时：【黄河母亲雕像】、【中山桥】、【水车园】。「温馨提示」：1、请根据航班起飞时间，提前 2 小时抵达机场办理登机手续，以防误机。2、兰州中川机场（约 80 公里/约 1.5 小时）兰州市区3、 自由活动期间，请注意自身安全，保管好随身贵重物品。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 兰州 |
| **D2** |
| **行程详情** | **兰州--（车程约 2h）刘家峡水库-（车程约 3h）米拉日巴佛阁-合作**早餐后今天行程开始。【刘家峡水库】水库地处高原峡谷，景色壮观。游人可乘游艇溯黄河而上，入峡奇峰对峙，千岩壁立，出峡则为高山湖，黄土清波，水天一色。西行约 50 公里，即为炳灵寺石窟。山口有姊妹峰，形态婀娜，亭亭欲语。蓄水容量达 57 亿立方米，水域面积达 130 多平方公里，呈西南－东北向延伸，达 54 公里。拦河大坝高达 147 米，长 840米，大坝下方是发电站厂房，在地下大厅排列着 5 台大型发电机组，总装机容量为 122.5 万千瓦，达到年发电 57亿度的规模。把陕西、甘肃、青海三省的电网联结在一起。【米拉日巴佛阁】（含门票，参观约 60 分钟）：做虔诚的信徒，所愿皆所得。满怀虔诚的心，赤脚步入圣地。诸佛在昏暗的光线里注视着你，日光从层经帽中透过，佛像庄严，壁画绚丽，心灵升华。佛阁里似乎没有其他的杂音，只有自己和自己在对话！「温馨小贴示」：1、甘南由于地处高原，夏季无酷暑，全年平均气温较低，一定要多备衣物御寒， 以免生病感冒。2、甘南海拔较高，我们一路游览的海拔都在 3000 米左右，如需氧气瓶或特殊药品的话，请提前自行准备。3、藏族同胞性格较为直爽单纯， 自由活动时见到摊贩，若无意购买他们的商品，尽量不要讨价还价， 以免引 起麻烦。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 合作 |
| **D3** |
| **行程详情** | **合作-（车程约 4h）扎尕那-洛克之路穿越（小独库）-迭部**早餐后前往参观 【扎尕那】（含首道门票+区间），游览约 3 小时，是一座完整的天然"石城"俗有"阎王殿" 之称。地形既像一座规模宏大的巨型宫殿， 又似天然岩壁构筑的一座完整的古城。正北是巍峨恢弘、雄伟壮观、璀璨生辉的光盖山石峰，古称"石镜山"因灰白 色岩石易反光而有其名 ;东边耸峙壁立的俊俏岩壁，凌空入云，云雾缭绕 ;南边两座石峰拔地而起，相峙并立成石门 ; 再南至东哇、纳加一带，峭壁矗立，清流跌宕，水磨飞轮，流转不息。山势奇峻、景色优美，犹如一座规模宏大的 石头宫殿，这片世外桃源虽然早在近百年前就被洛克誉为亚当和夏娃的诞生地，但至今仍是一块处女地。乘车前往扎古录，开启穿越“洛克之路”（车览），被称为“小独库”。美国植物学家约瑟夫·洛克当年选择的一条从甘南卓尼县扎古录乡前往迭部的科考路线，现在因为其具有的挑战性和一路上令人惊叹的美景而声名鹊起，成为甘南自驾旅游的一条经典路线。洛克之路又被称为中国最美 100 公里；这一路，全是嶙峋的石山，随着海拔降低有了森林、草原、河流，整条路上旷景和幽景并存，可谓是眼睛上天堂，轮胎下地狱。惊叹这里绝美的原始自然风光，激动之余曾留这样的感慨：“迭部是如此令人惊叹，如果不把这绝佳的地方拍摄下来，我会感到是一种罪恶；我平生未见如此绮丽的景色。如果《创世纪》的作者曾看见迭部的美景，将会把亚当和夏娃的诞生地放在这里。”「温馨小贴示」：1. 由于季节和天气的影响， 日落的时间会有所变动， 以当地实际情况为准，游玩时长也会随日落时间有所调 整，且日落视天气情况而定，如遇天气不好，请保持平常心。2、扎尕那民风还较为淳朴，但由于游人的出现已经开始有路边要钱的小孩，这种情况不建议直接给钱， 以免 给当地孩子建立不健康的价值观。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 宕昌 |
| **D4** |
| **行程详情** | **迭部-（车程约 2h）郎木寺-花湖-（车程约 2.5h）唐克**早餐后今天的行程开始：乘车赴有“东方小瑞士”之称的郎木寺镇，郎木寺一个自然环境优美的地方，同时也是藏传佛教相对发达的地方。 郎木寺，也是一个小镇，是个山水相依、景色十分秀美的地方。这儿的寺庙更像一个大村子，金光闪闪的屋顶，碧蓝的窗边，灰白和红的墙，屋梁上挂着黄色的彩条，还不断的有人一边走一边摇着转经轮。座落在郎木寺景区内的寺院群落主要有 2 处，一处是属于甘肃省的郎木寺赛赤寺院群落，另一处是属于四川省的寺院群落【格尔底寺】（含格尔底寺门票）游览约 1.5 小时 。两处寺院隔溪相望。游览若尔盖大草原上保存最完好的湿地----【花湖风景区】（含首道门票+景交，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”，保护区鸟类以黑颈鹤为主，可以走上浮桥，陶醉在湖水和鲜花的美景中。「温馨小贴示」：1、 花湖地处热尔大坝，属于青藏高原东缘，温度比平原要低 10 度左右，带足保暖衣物，注意防寒。2、 在当地需要尊重少数民族的信仰和习俗，进入寺院大殿前需要摘帽脱鞋，进入后不能喧哗，不可以直接用 手指指佛像，所有殿内不可以拍照。3、 当地甘南地区部分路段可能会不定期地修路，导致行程时间相应延长，抵达酒店的时间也可能较晚，敬请 谅解！旅游旺季，可能会出现堵车等情况，请保持平常心！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 迭部 |
| **D5** |
| **行程详情** | **唐克-黄河九曲第一湾-（车程约 4h）莲宝叶则-（车程约 1h）阿坝**早餐后，参观【唐克黄河九曲第一湾】（含首道门票+上行扶梯），游览约 2 小时，黄河九曲第一湾有它独到的美，最美的景色是在黄昏时候， 日落时分， 当夕阳一点点变红朝山边落下去时，整个河谷笼罩在了一片金黄之中。黄河岸边碧草青青，野花遍地，躺在草丛中、 卧在花簇里，给人回归大自然的感觉，让你身心得到前所未有的解脱。乘车前往游览【莲宝叶则国家森林公园】（含景区大门票，景交非必消，自愿自理，游览约 2小时）。藏语意为尊严的玉石之峰，与年保玉则仅一山之隔，景色同样很美。莲宝叶则传说是格萨尔王征战的古战场，雄伟的奇峰异石的世界，这里山势雄奇峻伟，充满阳刚之气；山体规模宏大，绵延不绝；湖泊星罗棋布，银瀑飞悬。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 唐克 |
| **D6** |
| **行程详情** | **阿坝-各莫寺-（车程约 3h）阿万仓湿地-娘玛寺-（车程约 1h）玛曲**早餐后，参观【各莫寺】，拥有中国最大的连体佛殿建筑法喜苑，长达 200 多米，中央的黄色主殿高度相当于普通建筑的 15 层。各莫寺不仅以其宏伟的建筑和珍贵的佛教艺术品吸引着信徒和游客，而且因其深厚的文化和历史背景在藏传佛教中占有重要地位。【阿万仓湿地】（游玩约 1 小时 ）：站在高高的山岗上，俯瞰整个湿地，蜿蜒曲折的黄河水似一副河图洛书一般壮观，是不曾想过的清澈，湿地、草原、动物都被河水滋养，云隙光从云里穿透而出，远处的城镇炊烟升起，视野所及之处满是生机盎然，一切是那样的静谧、和谐，处处是连绵不断的画卷，这里除了自然还是自然，千百年来一直是这样依旧远离城市的喧嚣，正所谓“甘南归来不进藏，阿万仓归来不看景”。前往【娘玛寺】（游览约 30 分钟）创建于公元 1834 年的寺院，不仅有高达二尺半的莲花生大师全像，娘玛寺大藏经转经筒---是世界吉尼斯纪录保持者。亲手转动经筒，只为邂逅生命的一场福源。「温馨小贴示」：1、拍摄当地居民时请最好获得同意， 当地人多友善，可以试着与他们交朋友，避免粗暴的直接拍照2、若被当地居民邀请到家中做客可以送给他们一点小礼物作为感谢，请不要直接付钱， 以免将淳朴的关系变 成变了味的收费民俗表演。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 合作 |
| **D7** |
| **行程详情** | **玛曲-（车程约 3.5h）桑科草原-（车程约 1.5h）甘加秘境-夏河**早餐后今天行程开始：乘车前往桑科草原（30KM 约 40 分钟车程），参观【桑科草原】，游览约 1 小时，属于草甸 草原，平均海拔 在 3000 米以上，是甘南藏族自治州的主要畜牧业基地之一。是一 处极为宝贵的自然旅游景区。这里设有藏式帐篷 接待站两处。【甘加秘境，游览 1.5h】（含门票+景交）古城城墙呈八角，加上马面有二十角，在这样的造型之下，外部所有地方都在城墙上弓箭手的射程之内且全无死角，而在本地藏民心中，八角古城的造型又与防御“魔众入侵”的圣地“坛城”出奇的一致，甚至印证了宇宙世界结构的本源。富有历史价值与宗教信仰的八角古城是世界现存的古城之一，其特点也是甘加历史与文化的缩影。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 夏河 |
| **D8** |
| **行程详情** | **夏河-拉卜楞寺-（车程约 4h）兰州送机**早餐后，前往【拉卜楞寺】 ，游览约 2 小时，拉卜楞寺在历史上号称有 108 属寺（其 实要远大于此数），是甘南地区的政教 中心，保留有全国最好的藏传佛教教学体 系。1982 年，被列入全国重点文物保护单位。整个寺庙现存最古老也是 唯一的第 一世嘉木样活佛时期所建的佛殿，是位于大经堂旁的下续部学院的佛殿。下午乘车返回兰州，乘坐指定航班返回【福州长乐机场】参考航班：(兰州-福州 FU6644（21:15-23:55），结束愉快行程！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：家乡/兰州往返机票、机场建设费（机票一经出票后，不能改期，退票收取机票退票损失）；2、用车：旅游用车根据人数在当地安排相应座位车型的车辆；3、住宿：当地酒店双人标间住宿标准说明：宾馆多未评定星级，酒店划分标准是业内根据游客返回后对酒店的感受及当地的旅游实际接待条件而做出的相应星级评价，均不代表官方依据；4、门票：行程中所列景点首道门票及必须消费的景交交通车；5、餐饮：7 早餐 14 正餐（酒店含早）6、导游：当地持证导游服务7、保险：旅行社责任险8、购物：全程无购物 |
| **费用不包含** | 1、家乡出发机场接送费用；2、不含因单人产生的单间房差，住宿按 2 人入住 1 间房核算，如出现单人需自住一间，请补齐单房差3、行程中个人消费和行程以外的项目；费用不含4、航空意外保险。5、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。6、费用包含以外的费用均不含 |

**其他说明**