**【雪域尊享+纳木措】四飞十日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | N02181749113907lY | **出发地** | 福州市 | **目的地** | 拉萨市 |
| **行程天数** | 10 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 【高端小团】 西藏天花板座驾：2+1保姆车+VIP17人小团【洲际人生】 升级一晚圣地天堂洲际大饭店或者拉萨天峰希尔顿花园【轻奢酒店】 1晚景区度假酒店+3晚携程4钻酒店（首晚升级供氧酒店）+升级一晚洲际酒店+体验最佳观地米林庄园民宿【特色体验】 巴松措环湖游船+无人机航拍+羊卓雍措圣湖旅拍+观景小火车+骑马射箭体验+网红酸奶+藏装歌舞表演【舌尖美味】 全程 4大暖心特色餐，石锅鸡、牦牛肉汤锅、烤羊晚宴、大峡谷自助餐【贴心配备】 哈达接机+矿泉水供应+抗高反红景天+便携式氧气瓶 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **D1：出发地（飞机）-成都/重庆/西安/昆明-入住酒店**  客人自行前往长乐机场，乘航班【航班待定】飞往【成都/重庆/西安/昆明】转机，抵达后乘坐机场到酒店摆渡车，前往酒店自行办理入住。（经济型酒店，2人双标间，不含早餐）交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 机场中转酒店 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **成都/重庆/西安/昆明（飞机）-拉萨哈达接机-入住酒店**  早餐自理后，乘坐酒店摆渡车前往机场，提前2小时抵达机场，自行换取登机牌，乘航班【航班待定】前往【拉萨贡嘎机场】。抵达拉萨，接团前往酒店休息。拉萨，在藏语中为"圣地"或"佛地"之意，是西藏人心目中的圣城，更是旅行者心中的天堂。随着青藏铁路的开通，拉萨已非遥不可及。繁华和人潮并非拉萨的本来面目，在这座笼罩着神秘面纱的城市。让我们一起去探寻它的神秘魅力，让我们一起去探寻它的神秘魅力！【行程提示】航班经常会遇到晚点甚至临时取消航班（尤其是进出西藏的航班），请做好心理准备。若遇此类情况，请自行到机场所属航空公司值班柜台协商处理，我社工作人员也会协助游客处理问题（旅行社只是为游客代订机票，无任何责任）。温馨提示：1、当日无导游，接机师傅为当地专业接送中心负责安排，初到圣城，心情比较兴奋，但切记不要四处走动，当天不含餐，自行饮食清淡不要太饱，切勿洗澡洗头，以免引起高反，如若出现高原反应，恶心，呕吐，头疼，心慌，失眠等多属于正常高原反应，游客不用太紧张，情况严重者可到酒店附近诊所或酒店咨询就诊。2、导游会于当天22：00前电话或短信通知第二天的集合时间。3、西藏因资源受限，地接社根据各方条件可能会调整行程游览先后顺序（不减少景点），旅行社不接受此类投诉。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **拉萨-G318（拉林高速）-巴松措（网红环湖游船） - 景区酒店**  酒店餐厅用完早餐出发林芝（车程约5小时）餐后到达林芝唯一5A景区巴松措游览（游览时间为90分钟）在巴松措景区参加帆船游湖餐后前往巴松措度假酒店入住休息景点介绍：巴松措：是林芝首个 5A 风景区，又名措高湖，藏语中是“绿色的水”的意思，湖面海拔 3480 米，是红教的一处著名神湖和圣地。走过浮桥登上湖心岛来到观景台，凭栏临风，登高揽胜足以让人陶醉其间。岛上古老的错宗工巴寺建于公元 13 世纪，是宁玛派的著名寺院。石锅鸡：石锅鸡可以说是西藏为数不多的美食菜品中让人回味无穷的一道美食，石锅鸡主料是藏香鸡，配料还有林芝的各种菌类、贝母、手掌参、天麻之类的药材，非常滋补，而且做法非常讲究。据当地人说石锅鸡最大的奥秘不在食材，而在炖鸡用的墨脱石锅（富含微量元素），炖出来的鸡肉鲜嫩多汁，软烂有弹性，咸香味美，汤汁中还有一股淡淡的药材清香，味道非常鲜美，让人赞不绝口。温馨提示：1、今日车程时间较长，但沿途一路美景做伴，也不会觉得枯燥，尽情将这高原的世外桃源秀丽风光尽收眼中吧。2、酒店内及沿途路边摊点所售卖工艺品、药材、等任何旅游商品非我社控制，不属于购物店安排，请不要误解。购买属个人行为，如遇假货、质量问题；产生纠纷或退货我社不承担任何责任。3、林芝市区海拔约2900米，气候宜人富氧舒适。交通：大巴车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 巴松措度假酒店 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **林芝-雅尼湿地-雅鲁藏布大峡谷（车游）-游玩花海（骑马射箭）**  今日行程：酒店餐厅用完早餐出发游览雅尼湿地，后车游雅鲁藏布大峡谷--地球最后的秘境，与神山对话的深渊，这里是地球上最深、最险、最神秘的峡谷，劈开喜马拉雅，怒涛奔涌，雪峰矗立，是探险家的终极梦想，也是朝圣者心中的“莲花圣地”。随后前往花海体验传统的骑马射箭和观景小火车沉浸式观景晚餐后前往酒店休息（注：如遇民宿不能入住，改为林芝住宿）景点介绍：雅尼湿地：林芝雅尼湿地景区是以苯日神山为轴心，以尼洋河与雅鲁藏布江江河相汇共流一带为半环状水陆交错型游线，以游览尼洋河绝美风光，体验西藏特色文化魅力的大型景区。随后乘车，亲密的拥抱高原深闺处的蜿蜒和俊美，从这里开始，拉开了雅鲁藏布江大峡谷美丽的序幕。雅鲁藏布大峡谷：有“世界第一大峡谷”之称，景区内高峰和峡谷几千米的强烈地形反差。观南迦巴瓦峰（海拔7782米），若有佛缘，可有幸一睹圣山真容。大峡谷之水，从固态的万年冰雪到沸腾的温泉。白云缠山腰，彩虹出林海，天地万物都在清新润泽中吐露生机阵阵。温馨提示：1.大峡谷景区内的观光车是循环班车, 每个站点随上随下,请携带好随身的物品,以免遗失在观光车上。交通：大巴车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 林芝 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **林芝-秀巴古堡-藏家村落-拉萨（特色烤羊晚宴）**  今日行程：酒店早餐后前往“千年古堡群”秀巴古堡游览，1600年历史的烽火台群矗立在尼洋河畔，后乘车前往藏家村落深入体验，亲历藏民烟火，欢快的歌舞配上热腾腾的酥油茶，一声声扎西德勒——这才是活着的西藏。乘车前往拉萨，途径G318最美拉林高速，开启水上公路之行，穿梭在雪山峡谷间，车窗开启摄像，风景自动播放，用每一帧都在打开自然的盲盒抵达拉萨品精品美食特色烤羊晚宴，后入住酒店休息 景点介绍：秀巴古堡：已有1600多年历史，是西藏年代最古老、历史最悠久、古堡群最密集、结构保存最完整的古堡群，内设有整个西藏最大的转经筒，整个古堡群是被一个方阵所环绕包围的，给游客一种身临古战场的感觉，除此以外，你还能欣赏到西藏最大的转经筒、格萨尔点将台、经帆塔、蓝孔雀等文化自然奇观。藏家村落：在这里观看极具民族特色的房子，感受藏族人民用歌舞表达各种情感。走进藏家，品酥油茶、了解藏家民风民俗。烤羊：青稞美酒醉四方，烤羊飘香候宾朋。烤羊，原是西藏传统，选取青藏高原上土生土长的绵羊，皮肉之鲜嫩而脂肪少，一般在重大喜庆日子才摆于宴席之上。如今，烤羊已成为著名的藏式美食。交通：大巴车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **拉萨-顿珠德勒唐卡博览中心-羊卓雍措-拉萨**  今日行程：早餐后前往顿珠德勒唐卡博览中心，当阳光穿透唐卡的刹那，都变成了能让凡人看见的佛光。游览三大圣湖之一羊卓雍错，海拔4441米的高原上，一抹摄人心魄的蓝丝带，蜿蜒如缎带缠绕群山。晚餐品精品美食牦牛肉汤锅，后返回拉萨入住酒店景点介绍：羊卓雍措：海拔4441米，700多平方公里，平均水深30多米，为杭州西湖的70倍，宛如一条飘带挂在天地之间，清澈的湖水、巍峨的雪山、如洗的蓝天融为一体，修美如画的风景让人陶醉。驱车前往圣湖，和圣湖亲密接触，在《画皮2》的杀青地，感受圣湖之美、圣湖之纯、圣湖之静。顿珠德勒唐卡博览中心：顿珠德勒唐卡博览中心是西藏拉萨市一处重要的文化展示场所，专注于展示和传播藏传佛教艺术中的瑰宝——唐卡。唐卡是一种以佛教题材为主的绘画艺术，具有浓厚的宗教和文化内涵，被誉为“藏文化的百科全书”。牦牛肉汤锅：是采用高原上的牦牛筒骨头熬的汤底，味精、鸡精、骨粉全不放，炉火慢熬将牦牛的营养牢牢锁在浓汤里正式撸肉前喝上一碗汤润润胃，汤锅中含有带肉牦牛骨+党参+当归+枸杞+红枣+虫草花+蚕豆熬制而成。交通：大巴车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **布达拉宫（网红酸奶）-药王山观景台-大昭寺（入内参观）**  今日行程：酒店餐厅用完早餐出发圆梦布达拉宫（布宫内游览约1小时），此刻是属于你的拉萨慢镜头随后前往药王山观景台（打卡50圆人民币背面），这里也是布达拉宫极佳观景点，每一个举起相机的人，都在复制信仰的构图紧接着入大昭寺参观，藏传佛教的终极圣地，跟随人流顺时针转经，触摸千年玛尼轮，在释迦牟尼殿前，看藏民将酥油灯一盏盏点亮，感受信仰如心跳般有力的脉动。随后漫步有“圣路”回到酒店休息 景点介绍：布达拉宫：整座宫殿具有藏式风格，高 200 余米，外观 13 层，实际只有 9 层。由于它起建于山腰，大面积的石壁又屹立如削壁，使建筑仿佛与山岗融为一体。它坐落于拉萨市区的玛布日山上，拉萨的中心位置。是世界上海拔最高，集宫殿、城堡和寺院于一体的宏伟建筑，里面奇珍异宝云集，深切的感受到藏传佛教的魅力。大昭寺：西藏最辉煌的一座最辉煌的吐蕃时期的建筑，寺内供奉有当年碎文成公主进藏的释迦牟尼十二岁等身金塑佛像。大昭寺位于拉萨老城区中心，是一座藏传佛教寺院，是藏王松赞干布建造，寺庙最初称“惹萨”，后来惹萨又成为这座城市的名称， 演化成当下的“拉萨”。大昭寺已有 1300 多年的历史，在藏传佛教中拥有至高无上的地位。药王山观景台：半山腰拍摄布达拉宫最好的角度，现在流通50元人民币背面就在此拍摄，经常可见摄影爱好者扛着长枪短炮在此拍摄布达拉宫，来这里的游客可以带上50元去打个卡。特别说明：为便于更好的了解布达拉宫/大昭寺历史文化，游客可选择自费租赁耳麦电子讲解（30元/人/个费用自理）【温馨提示】1、西藏所有寺庙内部布达拉宫、大昭寺等殿内严禁拍照，后果自负。2、因布达拉宫流量限制，旅行社会通过不同渠道解决，因不同渠道的特殊要求，敬请客人听从导游安排。3、每个旅游团会拆分成多个小团体； 每个小团体分成不同时间参观； 每个小团体跟随不同导游进入。4、旅游旺季期间布达拉宫的参观时间都是统一由管理处电脑随机分配，1 号或者 2 号线。以当天指定游览线路为准。5、游览布达拉宫必须要携带身份证原件，若是名字和本人不一致将无法进入参观。6、由于拉宫流量限制，从进入布达拉宫第一个殿堂开始计时到最后一个殿堂出来的时间必须在50分钟以内，请听从导游安排。7、团队参观布达拉宫要求比进宫批件上的时间提前 40—60 分钟进入，请听从导游的时间安排。8、参观布宫及其他寺庙必须经过安检，所有危险品均无法带入，打火机、大瓶的化妆品、水和饮料、氧气等。9、参观布宫及其他寺庙必须着正装，不得带帽子，女士要穿长裤不能穿裙子，上装不得过于暴露。交通：大巴车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **拉萨-纳木措-拉萨**  7:30左右 指定地点集合（请带好身份证或其他有效证件）；11:40左右 到达纳木措景区大门口，稍作休息；12:10左右 那根拉山口（游玩时间约20分钟）(那根拉山口拍照、撒隆达为家人朋友祈福，费用自理)，在通向纳木错的路上,我们会经过一个山口,这就是那根拉山口，传说中跨过念青唐古拉山脉,去往纳木错的必经之地。那根拉山口位于念青唐古拉山脉,海拔5190米,所以它是号称生命禁区的海拔5000米以上的山口。在藏民的心目中,每一个山口都是一个神圣的地方,因此,大多山口都挂满了经幡,表现了对神灵的一种敬畏。我们这那根拉山口也不例外,山口的玛尼堆上就挂满了经幡；13:00左右 纳木措湖边(游玩约90分钟)；是世界上海拔最高的咸水湖，更是西藏三大圣湖之一。纳木错的美，不可言喻，只可亲身体会，这里不多说。19:30左右 返回拉萨市区交通：大巴车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 拉萨 |
| **D9** | |
| **行程详情** | **拉萨（飞机）-成都/重庆/西安/昆明**  今日将在圣地做最后的巡礼，之后沿着拉萨河谷缓缓离去。回眸相望，布达拉宫正依依不舍望向我们离开的轨迹。再见，我亲爱的布达拉；再见，我挚爱的雪域阳光；再见，我最爱的最后一片净土。送机师傅根据航班时间送您前往机场（司机送站，无导游），游客凭身份证自行换取登机牌，乘航班【航班待定】返回【成都/重庆/西安/昆明】转机，抵达后，乘坐机场到酒店的摆渡车，前往酒店办理入住。（经济型酒店，2人双标间，不含早餐） 温馨提示：1.因为是散客拼团，游客可能来自不同的地区省市，故返程车次/航班均不一致，旅行社会根据每位游客不同的返程时间安排提前送站，请游客一定保持手机畅通，耐心等侯旅行社工作人员的联系。2.酒店的退房时间规定为中午12:00之前，需延长休息的游客请自行与酒店前台了解情况，并请根据酒店的要求办理退房手续。退房后可在酒店大厅等侯旅行社送站人员，大件行礼可寄存在酒店前台，贵重物品请自行保管。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 机场中转酒店 |
| **D10** | |
| **行程详情** | **成都 /重庆/西安/昆明（飞机）/出发地**  早餐自理后，根据航班时间，提前两小时抵达【成都/重庆/西安/昆明】机场，乘坐酒店到机场摆渡车，自行换取登机牌，乘坐航班【航班待定】返回出发地机场，结束愉快的旅程。【航班说明】行程上所标注航班时间只作参考，具体航段时间以出团通知书为准。如由航空公司原因造成航班变更（解释权属于航空公司），请游客及时与组团社或应急联系人联系，切勿私自另行购买其它班次机票，若因此带来损失由游客自行承担，本社不承担任何责任，谢谢理解与合作】交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、住宿：2晚机场提供免费经济型酒店（双标间，保证一人一床位，如有单人可能与其他客人拼房），1晚巴松措景区酒店+4晚携程4钻酒店（拉萨首晚升级供氧房）+一晚米林彩门庄园民宿/林芝酒店+升级1晚升级一晚圣地天堂洲际大饭店或天峰希尔顿花园等同级，双人标间，独立卫生间；旅行社不提供自然单间，如出现单男单女，产生单房差由客人自理，酒店加床为钢丝床。因西藏地区属于偏远地区，西藏酒店与内地比较起来相差甚远，条件有限，酒店限时供应热水，为了环保不提供一次性洗漱用品。西藏各大酒店都使用太阳能（太阳能一般在使用热水时，将出水口打开一段时间，排出管道中的凉水），酒店可提供加棉被和电热毯，如需要可直接跟酒店总台联系，请您注意保暖以防感冒。藏区延线条件相对较差，酒店服务人员少经过专业培训上岗，敬请理解！因特殊气候酒店易潮湿，如遇临时断水断电等因素造成部分设施无法使用，非旅行社人为可控，敬请谅解。 酒店说明：酒店标准游客报名即默认为行程所列标准，若需升级酒店标准，请提前说明并补齐差价，条件有限房间大多不带空调和宽带。单房差：单人入住须补房差。 参考酒店：拉萨国际五星酒店：圣地天堂洲际或天峰希尔顿花园等同级拉萨参考酒店：岷山宝顶酒店，吾思藏酒店，蔚徕酒店，德朋大酒店（原来丰缘酒店），日喀则大酒店，喜上酒店，圣瑞斯酒店，民族饭店，拉萨乔穆朗宗等同级酒店；林芝参考：巴松措喜马拉雅酒店，米林岷山彩门民宿或天宇藏秘、万清堂、东辰锦辉、林芝岷山酒店、林芝印象酒店，林芝藏建元酒店，柏栎荟舍酒店等同级酒店；备注：米林彩门庄园民宿如遇旺季无法入住变更改为林芝酒店；2、交通：出发地/成都或重庆或西安或昆明/拉萨，拉萨/成都或重庆或西安或昆明/出发地往返4程机票、机场建设费（机票一经出票不得签转、更改、退票，航班时间以票面为准。游客自身原因造成名字或者身份证号码错误，不能登机或另外产生费用，我社不承担责任）；全程正规旅游车。一人一正座。接送站为专业接送公司普通车辆拼车接送，走行程2+1航空座椅保姆车。按人数确定用车类型，若客人有特殊需求，可在合同中另行约定。若客人自行放弃当日行程，车费不予以退还。因西藏特殊气候条件，旅游车辆均不能开空调设施，高原行车对车辆负荷较大，可能会遇到汽车抛锚并影响行程的情况，旅行社对此会迅速做出补救措施，敬请理解。3、门票：含景点首道门票, 报价已按西藏折扣门票核算，任何证件均无优惠可退；如遇景区门票政策性上调，请客人现补差价；如客人自愿放弃行程中景点，费用不退。（报价已按西藏优惠折扣门票或免票核算，无优惠门票可退）.4、导服：当地优秀导游服务。5、保险：旅行社责任险（不含航空保险和旅游意外险和高原险，建议游客在组团社报名时申请购买）。6、餐饮：6早10正，正餐40元/人/餐，特色菜50/人（绝不苛扣），含石锅鸡、牦牛肉汤锅、烤羊餐宴，大峡谷自助餐；早餐为酒店含早（不吃不退），八菜一汤，十人一桌（人数不足菜量酌减），行程中团队用餐，客人自愿放弃，费用不退。（拉萨饮食多为川菜，且条件有限，有些行程为路餐，请客人从出发地带些自己喜欢的食品，以备不时之需）7、行程：本社在不减少景点的情况下，有权根据实际情况对行程次序进行调整。8、购物/自费：只进1个店+1个景中店，无自费。名称 简介 （主要商品种类 特色等） 停留时间藏文化唐卡博览中心 各种天珠，转经轮，藏刀，藏银饰品，绿松石饰品，牦牛角饰品，唐卡，蜜蜡，琥珀等等。 约120分钟特别提醒：各景区内配套的购物小商铺或藏寨内原住民推销的银饰品、土特产均属于当地扶贫项目，各沿途停留点均有旅游纪念品，纪念照片，法物流通处，土特产，小卖部等各类物品出售，非旅行社提供服务。不买请勿还价以免造成纠纷；如有购买乃是游客个人行为，旅行社不承担任何责任。9、安全：要小心财物，贵重物品不要房在酒店房间或者旅游车上；不要谈论西藏政治问题；摄影拍摄人物，请先向对方打好招呼；行程中切忌我行我素，要有集体观念和时间观念，请配合导游安排。10、其它：出行前请仔细阅读出团通知单及进藏注意事项。 | | |
| **费用不包含** | 1、个人消费：个人购物、娱乐消费、酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费产生的费用。2、升级舱位、升级酒店、升级房型等产生的差价、单人报名产生的单房差等。3、因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间其它不可抗力原因导致的费用。4、当地参加的自费项目、景区娱乐项目以及 “费用包含”中不包含的其它项目 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 藏家村落 |  | 90 分钟 |  |
| 顿珠德勒唐卡博览中心 | 顿珠德勒唐卡博览中心是西藏拉萨市一处重要的文化展示场所，专注于展示和传播藏传佛教艺术中的瑰宝——唐卡。唐卡是一种以佛教题材为主的绘画艺术，具有浓厚的宗教和文化内涵，被誉为“藏文化的百科全书”。 | 120 分钟 |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、12岁以下儿童不宜进藏；68岁以上老人不宜进藏；高血压、心脏病、哮喘、呼吸道疾病等不收，报名时不得隐瞒，旅行社已尽到提醒之义务。外国外交官、记者不得入藏。外宾（未持有中华人民共和国居民身份证）和台湾同胞进藏须办理外宾进藏证！2、机票、酒店、旅游车等费用根据日期随时变动，因游客报名参团的早或迟会导致与其他同团参团人员价格有高有低。本社不接受此投诉.3、因不可抗力因素如遇塌方、泥石流、雪崩、洪水等自然现象或航空公司航班延误、取消等原因造成无法按照正常约定行程进行（包括增加费用等），我公司不承担任何责任及赔偿和退费。 4、若由政府原因或当地大型活动造成酒店、景点、行程等变更或取消，我社会积极补救，不承担赔偿责任。5、根据国家旅游局相关规定，因客人自身原因在旅游期间未能完成旅游活动或提前离团、弃团，将被视为自动放弃费用不予退还，若在离团期间放生意外事故等我社不承担任何责任。6、由于西藏接送飞机/火车都由当地专业接送中心负责安排，工作人员会与您提前联系，接站（飞机/火车）人员不能进入侯机厅/候车室，只能在停车场/广场外的马路边上等候客人，请客人自行到机场停车场/马路边上找“客人姓名”的接机牌。送站或送机时，我社会根据航班及车次安排送团，同样，导游也不能进入侯机厅或侯车室，请客人自行办理托运行李及登机牌或乘车手续。在接团前，会提前跟客人短信联系，请务必在报名时给予准确的联系方式，保持畅通，收到短信后请及时回复。7、 布达拉宫每天限制参观人数，实际游览线路景点顺序可做调整但是景点不会减少，敬请理解；进入布达拉宫不能超时，如客人不由我社工作人员统一安排，耽误进入布达拉宫的时间客人自己承担责任8、行程所罗列时间点，公里数，车程仅供参考，具体以行程实际运行为准（会根据交通、天气、其它特殊情况进行调整）；行程中所列景点门票全含；行程所列赠送景点，因特殊原因未能前往，不退任何费用；9、布宫说明：“特别说明”所有的景点游览顺序取决于布达拉宫的报票情况,我社在保证所有景点游览情况下,有权对行程做出调整.重要说明：布达拉宫每年旺季（5月-10月）期间布达拉宫限制参观，每家旅行社每天只有7个参观名额，为保证所有客人顺利参观，我社通过以下渠道来解决：1、团队票 2、散客票 3、单位参观票 4、管理处补票 5、政府特批票。 因不同渠道的购票特殊要求，敬请客人无条件听从导游安排，以下情况均属正常安排：1、每个团会拆分成多个小团体 2、每个小团体分成不同时间参观 3、每个小团体跟随不同导游进入； 敬请理解！因散客团人数较多，布达拉宫批票参观名单为机选，故有可能夫妻会分开。参观其它景点如人力不可抗的因素不能游览的，与客人协商调换景点；不愿调换，则退还门票费。（请贵社将上述情况告知客人） |
| **温馨提示** | 进藏注意事项（请仔细阅读）身体条件：西藏属于高海拔特殊旅游地区，进藏前先要对自己身体进行一次全面体检，并得到医生的认可方能进藏。进藏前睡眠和休息要充足，进入高原之前，禁止烟酒，防止上呼吸道感染。避免过于劳累，要养精蓄锐充分休息好。适当服西洋参、红景天等，以增强机体的抗缺氧能力。随身物品：最好备些旅游常用药品：如，红景天、高原安、肌肝口服液、感冒药、肠胃药、消炎药、老牌头痛粉、阿斯匹林、安定等；高海拔地区，日照强烈，早晚温差大，需准备长袖衣裤、羊毛衫、夹克衫，同时带好墨镜、太阳帽、防晒霜、润唇膏等物品。 自然条件：西藏地区雨季泥石流、塌方情况时有发生。若因自然灾害等不可抗拒的因素取造成约定行程不能完成，只退不产生的门票费用，其他团款不退，也不予补偿。行车时间也较长，车辆也容易发生抛锚（西藏旅游车一般不开空调）。摄影禁忌：西藏寺庙建筑风格独特，遇上节日，藏人衣着更是华丽，色彩缤纷，请勿偷拍，偷拍后果是十分严重（部分地方注明拍摄需付款）。可拍摄，每张50元或更高价；拍摄人物，尤其是妇女，也要小心，藏人未必都喜欢被人拍摄，为避免不必要的麻烦，取景前最好先打招呼。购物\特产：西藏著名特产有冬虫夏草、藏红花、红景天、雪莲、灵芝等，尤以虫草、藏红花名贵，藏药疗效亦佳，可酌情购买。八角街一带假冒伪劣多，宜谨慎。尊重导游：旅途中，切忌我行我素，要有集体观念和时间观念，在高原气候恶劣，有时行走一天也无人烟，若掉队或没有按预定计划到达住宿地，都是很危险的；若遇塌方等情况，要配合及服从导游安排。其它小节：当地治安算是不错，但小偷很多，车站、巴士站、八角街附近较混乱，要小心财物。若在偏远地区及夜间外出应结伴同行，不要单独行动，不要掉队和离团。互相配合：此线旅途长且艰难，团友间应本着团结友爱的精神，互相帮助、互相支持。互相鼓励、互相理解，并积极配合导游、司机完成旅途工作，使旅途愉快和顺利。注意事项（请仔细阅读）1、心、肺、脑、肝、肾有明显病变，以及患严重贫血、高血压、哮喘、重感冒等症状者不宜到西藏旅游观光（西藏为特殊高海拔旅游线路，若隐瞒健康状况，后果自负）。2、西藏地处高原，大部分游客都会出现不同程度的高原反应，如:头痛、胸闷、呼吸急促、恶心、呕吐、失眠等，正常情况下只要注意休息、饮食得当（切勿吃的太饱，增加肠胃负担）、正确保护自己，一般经过1—2天后，以上症状都会逐步减轻或消失（自然克服）；症状若 仍无法缓解可适当吸氧或挂水，若情况较为严重请及时到医院就诊（不排除极个别的游客，当天抵达西藏高原反应就较为严重，切勿拖延，请及时前往医院就诊）。3、鉴于现在西藏的特殊情况，请客人注意安全，切记不要私自脱离团队或改变行程；贵重财物请寄在宾馆前台，不可放在房间，晚上出去游玩请结伴同行，务必在晚上12：00点之前回宾馆，以免影响第二天的行程。4、由于西藏线路长，许多时间是在车上，难免不能按时吃饭，请客人带一些零食及饼干，西洋参可帮您提神，可捎带一些。5、由于西藏条件特殊，宾馆大多没有空调，故请客人注意自身保暖，抵达西藏的1--2天尽量不要洗澡，以免感冒。6、西藏的团餐风味以川菜为主，但也可根据客人的口味适当调配。7、西藏有些景点海拔较高，如拉萨－林芝要翻越海拔5030米的米拉山口、纳木错（湖面海拔4718米）、羊卓雍措（湖面海拔4441米） 等景点，不适宜长时间游玩，并且天气寒冷，请注意饱保暖。8、拉萨海拔：3650米，林芝八一镇海拔2800米，日喀则海拔3836米。 |