**西宁、青海湖、茶卡、祁连双飞6日疗休养行程行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 0011726641400g3 | **出发地** | 宁波市 | **目的地** | 青海省-西宁市 |
| **行程天数** | 1 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 目的地介绍：● 西宁——如果说西藏是人们精神里的人间圣地，香格里拉是人们梦想中的世间乐园，那么，青海就是人、神、自然在源头共处的泰初净土。信步高原古城西宁的街头，林立的高楼，喧嚷的道路并没有想象中西部城镇的那种蛮荒之感。唯有见到穿着绚丽的民族服装，佩戴炫目硕大饰品的少数民族群众的身影，才让我们多少有了一种“身在边陲”的感觉。行程亮点： 塔尔寺：塔尔寺与西藏的哲蚌寺、色拉寺、甘丹寺、扎什伦布寺、甘肃夏河的拉卜楞寺合称为六大黄教寺院,寺院内有举世文明的艺术三绝（壁画、堆绣、酥油花），该寺为佛教信教群众心中的朝拜圣地 青海湖：藏语名为“措温布”（意为“青色的海”）。位于青藏高原东北部、青海省境内，由祁连山脉的大通山、日月山与青海南山之间的断层陷落形成，是中国较大的内陆湖泊，也是青海省名称的由来。 茶卡盐湖：“茶卡”蒙古语为“盐海”，自古就以盛产“大青盐”而著称。茶卡盐湖在晴天时湖水结晶度很高，可以看到洁白的盐湖上覆盖一层薄薄的卤水，景色和倒影清晰又纯净，犹如天空之境。 门源油菜花：每年7、8月是油菜花开的季节 打卡当地美食：品尝当地最有名的特色美食:青海老酸奶/蜂尔里脊、酥合丸、尕面片、余酿皮、锅盔馍馍、手抓羊肉、杂碎汤、羊肠面、炮仗面等 |
| **产品介绍** | 天数行程景点住宿早中晚第一天宁波-西宁青海省博物馆   西宁无无含 第二天西宁-青海湖-茶卡倒淌河、青海湖茶卡含含含第三天茶卡-天峻茶卡盐湖、天峻石林天峻含含含第四天天峻-祁连冰沟林海   卓尔山祁连含含含第五天祁连-西宁阿柔大寺   祁连山草原  门源油菜花西宁含含含第六天西宁-宁波塔尔寺无含含无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | 第一天 宁波--西宁 请携带好本人有效身份证件原件，于指定时间地点集合；上午：乘车赴宁波栎社机场，后搭乘【参考航班：宁波-西宁】航班飞——西宁。下午：抵达后游览【青海省博物馆 周一闭馆】青海省博物馆内设主、侧展厅9个，展厅面积7400平方米。除了“江河源文明——青海历史文物陈列”和“青海非物质文化遗产展”，每年举办各类具知识性和教育性的临时展览约30个。 用餐： 早餐 ：无 午餐 ：无 晚餐 ：含 住宿：西宁 第二天西宁—青海湖（车程3小时左右）-茶卡（车程2小时左右）上午：早餐后前往参观“中国湖泊最美之首”的【青海湖】青海湖与其说是湖,不如说是海，了无边际，让人惊异的湛蓝与两岸绿油油的草地相衬，清朗的天空淡淡的白云下，悠闲其中的牛羊，仙境一样的牧歌式画面就呈现在眼前了。后径中国唯一一个自东向西流的河流--【倒淌河】；中午：享用中餐下午：餐后前往茶卡（车程约2.5小时）抵达后享用晚餐晚上：晚餐后入住酒店。 用餐： 早餐 ：酒店内含早 午餐 ：含 晚餐 ：含 住宿：茶卡 第三天茶卡-天峻（车程2小时左右）上午：早餐后参观【茶卡盐湖】碧空如洗，水平如镜，像天堂一样美丽、洁净，来这里你的身体和灵魂都将得到净化。盐湖水域宽广，银波粼粼，蓝天白云悠悠，远处高山屹立，如诗如画......湖边错落的盐雕采用的都是优质食用盐和天然卤水精心雕刻而成，形象硕大，被中外游客称为“奢侈的大地艺术”。远望积盐似雪，近看白云倒影，纯净的天空和整齐的色块，构成了湖面一道亮丽的风景。中午：享用中餐下午：后前往天峻县，前往参观【天峻石林】位于青海省天峻县城西部天峻山上，岩层构造与云南石林相同，都是喀斯特地貌孕育出的奇景盛观，形成于距今约3.5亿年前的石炭纪。不同的是，天峻石林在形成过程中遭遇了青藏高原抬升造成的缺水.晚上：晚上入住酒店休息。 用餐： 早餐 ：酒店内含早 午餐 ：含 晚餐 ：含 住宿：天峻 第四天 天峻-祁连（车程约5小时） 上午：早餐后，车赴祁连山途经入选《中国国家地理》青海100个“最美观景拍摄点”榜单的【冰沟林海景区】欣赏美景中午：享用中餐下午：后参观【卓尔山景区】卓尔山属于丹霞地貌，由红色砂岩、砾岩组成。藏语称为"宗穆玛釉玛"，意为美丽的红润皇后。传说祁连县之所以山清水秀、牛羊肥壮、物产丰富， 其原因是就在于她这位来自龙界的王后，因为藏族的传统观念中龙神是财富的主人和象征，守护着秘密的财富。结束后入住酒店 用餐： 早餐 ：酒店内含早 午餐 ：含 晚餐 ：含 住宿：祁连 第五天 祁连-门源（车程3小时左右）-西宁（车程2小时左右）上午：早餐后，返回西宁沿途欣赏蓝天、白云、经幡飘飘、成群牛头，车览美丽的祁连大草原。途中参观【阿柔大寺】寺又称“阿力克大寺”，位于祁连县八宝镇的东南21公里处，游客游玩祁连到门源等地时多会经过这里，进寺参观。寺院始建于清顺治年间。建寺伊始规模较小，在20世纪40年代，在阿柔千户南喀才昂和百户阿多等人的支持下发展壮大，成为祁连县规模较大的格鲁派寺院。中午：途中享用中餐下午：后翻越达坂山，抵达【门源油菜花】被评为国家4A景区和青海省“我心中最美丽的十大景观”。从每年的七月初开始，这里就进入了油菜花盛开的季节。结束后车赴西宁入住酒店 用餐： 早餐 ：酒店内含早 午餐 ：含 晚餐 ：含 住宿：西宁 第六天 西宁-宁波上午：早餐后，参观【塔尔寺】（含讲解和电瓶车，参观时间3小时）虔诚的藏民走过千山万水，一步一伏地，三步一长叩，只为转经轮添香油。只为在塔尔寺的晨钟暮鼓里，在红衣僧人的眼眸中，我顺着法号触摸，触摸超越尘世的经络，只为某一个时刻与你相见。塔尔寺是藏传佛教的圣地，格鲁派（黄教）的创立者宗喀巴诞生于此。后人为了纪念这位大师先修塔又建寺，所以叫塔尔寺。大师弟子众多，一世达赖和一世班禅都是他的徒弟。中午：享用午餐下午：适时乘车赴西宁机场，抵达【参考航班：西宁-宁波】飞机，赴宁波机场，抵达后安排车辆接回贵单位。结束行程。 用餐： 早餐 ：酒店内含早 午餐 ：含 晚餐 ：无 住宿： |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1、机票：宁波-西宁 西宁-宁波 往返机票含税 车辆：空调旅游大巴车 （根据实际人数派车） 2、酒店：当地四-五星标准酒店双人标准间参考酒店： 西宁 或同级酒店\*2晚 茶卡 或同级酒店\*1晚 天峻 或同级酒店\*1晚 祁连 或同级酒店\*1晚3、景点：以上所列景点门票 4、用餐：5早10正（酒店内含自助双早 ） 5、导服：宁波导游全程倾情陪同服务+当地专业导游讲解服务 6、保险：旅行社责任险及百万疗休养意外保险 7、其他：矿泉水、精美旅游帽及旅行社服务费 |
| **费用不包含** | 1、行程内额外自费项目景点2、酒店内个人消费等3、单房差产生的费用 |

**其他说明**