**2025【甘南一地】双飞8日行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GQ1749088925Zm | **出发地** | 厦门市 | **目的地** | 兰州市 |
| **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 | | | | |
| **产品介绍** | 麦积山/官鹅沟/扎尕那/黄河第一湾/花湖/郎木寺/拉卜楞寺/刘家峡/炳灵寺石窟/黄河石林/水墨丹霞双飞8日游 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **厦门-兰州-天水**  兰州接机后乘车前往【天水古城】（游览约1小时）又称天水西关古城，位于天水市秦州区西关片区，一期项目为解放路以北的澄源巷、自由路、三新巷片区，占地面积27万平方米，建筑面积16.96万平方米；二期项目为解放路以南的育生巷、忠义巷、自治巷片区，占地面积29.52万平方米，建筑面积17.41万平方米。参观结束后乘车前往天水入住酒店休息 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 天水 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **天水-伏羲庙-官鹅沟-宕昌**  早餐后乘车前往【麦积山石窟】（含门票+区间车，游览约3小时）麦积山风景名胜区规划面积215平方公里，由麦积山石窟、仙人崖、石门、曲溪、街亭温泉五个子景区180多个风景点组成，景区内动植物物种丰富多样，地质地貌，气候典型独特，石窟文化保存完好，1982年被国务院审定公布为首批国家级风景名胜区，是中国国家自然与文化双遗产、国家重点文物保护单位、国家级森林公园、国家级地质公园、全国文明风景旅游区创建先进单位、国家5A级旅游区。参观后乘车前往【伏羲庙】（含门票，游览约2小时）伏羲庙占地面积13000平方米，院落重重相套，四进四院，宏阔幽深。由于伏羲是古史传说中的第一代帝王，因此建筑群呈宫殿式建筑模式，整个建筑群坐北朝南，牌坊、大门、仪门、先天殿、太极殿沿纵轴线依次排列，层层推进，庄严雄伟。伏羲庙对于研究中国远古历史、探讨明代建筑艺术、考察天水地方民俗风情等，有着重要的实物资料价值。后乘车前往宕昌入住。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 宕昌 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **宕昌-官鹅沟-腊子口-扎尕那**  早餐后出发前往【官鹅沟大景区】（含门票+区间车，游览约3小时）官鹅沟国家森林公园集森林景观、草原景观、地貌景观、水体景观、天象景观等自然景观和人文景观于一体，湖泊如珠、峡谷如线、瀑布如织，动植物分布多样，生态环境优美，自然景观奇特。此外公园内居住有藏、羌民族3000余人，保留着独特的服饰、风俗，亦是民俗游的好题材。参观后前往【腊子口纪念馆】（游览约1小时）纪念馆陈展内容包括红军遗留在甘南、迭部的各类革命文物和电文史料，藏族群众帮助红军修架栈道、崔古仓开仓放粮、救助流落伤病红军的相关资料，红军途径甘南的路线图、俄界会议和腊子口战役等相关资料。后乘车前往红色旅游的圣地—【腊子口战役遗址】（游览约1小时）（宕昌/腊子口公里60公里，车程约1小时）红军长征时曾在此勇破天险，打开了北上进入陕甘的通道，因此也成为中国革命史上重要的一处胜迹，在此稍作停留，缅怀先烈，追思历史。参观后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 扎尕那 扎尕那藏家民宿 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **扎尕那-郎木寺-花湖-九曲黄河第一湾-唐克**  建议早起，乘车前往【郎木寺】郎木寺不仅有寺院，但远不止于此，美丽的自然风光使之拥有"东方瑞士"的美誉；独特的藏传佛教和习俗，又被称为"天堂的驿站"。郎木寺小镇被评为中国魅力的 20个小镇之一，其魅力所在，就在于它不同于我们常常能够看到的那些风光小镇：熙熙攘攘的人群，夹杂着外语、藏语，甘南方言，四川方言等等。四川【格尔底寺】（含门票，游览约2小时），信仰的力量和大自然的馈赠，让我们感动于生命的伟大。后乘车赴【若尔盖花湖】（含门票+区间车，游览约2小时）花湖湖面辽阔，水下是深不可测的沼泽地，在阳光的照耀下，水面反射出不同的光彩，摄人心魄。湖边是大片茂密的芦苇丛，随微风拂动，越发映衬出湖面的宁静与沧桑。花湖最漂亮的时候是每年5-7月份，草地上开满了五颜六色的花朵，极为漂亮。广阔的热尔草原一片碧绿，蓝色的花湖被一片绿色包围，仿佛绿色地毯上的一颗蓝宝石，美轮美奂。湖边建有木质栈桥，一直延伸到水中，沿着栈道走到湿地深处，沿途都是拍照的好场所。花湖是众多野生飞禽的主要栖息地，湖面上游弋着黄鸭、斑头雁、天鹅、黑颈鹤等珍稀动物，还有高原鱼类和其他珍稀动物。坐在湖边或者栈道上的亭子里，常有黑颈鹤从湖面上掠过。后前往【唐克九曲黄河第一湾】（含门票+上行扶梯，游览约2小时）九曲黄河第一湾位于四川省阿坝藏族羌族自治州若尔盖县唐克镇，此处是四川、青海、甘肃三省交界处。黄河缓缓流过唐克城区，从若尔盖驱车大约61公里，经过唐克镇，唐克镇以北9公里到黄河九曲第一湾，登上一座小山包，黄河九曲第一湾的美丽景象跃入眼底。后前往酒店入住。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 唐克 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **唐克-阿万仓湿地-娘玛寺-尕海湖-合作**  餐后出发，前往【阿万仓国家湿地公园】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”。【娘玛寺】坐落在开阔的阿万仓湿地中，宁静而致远，是喜欢人文朋友的理想之地。娘玛寺拥有目前世界最大的转经筒，其大藏经转经筒，高42米，重量320吨，除此之外内部藏有经书约11万册，和转经筒加在一起总重超过400吨，超越香格里拉高21米，重60吨的大转经筒，成为最新的世界最大的大藏经转经筒，身临其境十分震撼，需要多人协作才能把神圣的转经筒转起来。游览【扎尕那】（含门票+区间车，游览约3小时），扎尕那”是藏语，意为“石匣子”是一座完整的天然“石城”,曾入选《中国国家地理》杂志社“十大非著名山峰”榜单。参观后前往合作入住酒店休息。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 合作 维也纳酒店 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **合作-美仁大草原-拉卜楞寺-刘家峡-炳灵寺石窟-永靖**  早餐后，前往【美仁大草原】这里是青藏高原特有的高山草甸草原地貌。这里地势平缓、景色奇特，风格迥异，置身其境，让人感受到高原草地的辽阔和雄浑同时，大草原上牛羊成群，座座帐篷如明珠般镶嵌在碧绿的草地上，纯朴的民情，辽阔的草原。置身其境，让人忘记城市的喧嚣和繁杂，真正体会到大自然的博大与神奇。前往【拉卜楞寺】（含门票，游览约2小时）位于甘肃省甘南藏族自治州夏河县，藏语全称为：“噶丹夏珠达尔吉扎西益苏奇具琅”，意思为具喜讲修兴吉祥右旋寺。简称扎西奇寺，一般称为拉卜楞寺。拉卜楞寺是藏语“拉章”的变音，意思为活佛大师的府邸。是藏传佛教格鲁派六大寺院之一，被世界誉为“世界藏学府”。鼎盛时期，僧侣达到4000余人，1980年对外开放旅游。2018中国西北旅游营销大会暨旅游装备展上，入围“神奇西北100景”榜单。后乘车前往【刘家峡】刘家峡水库位于黄河上游，位于甘肃临夏永靖县/城西南1公里处，距兰州市75公里，是第一个五年计划期间，中国自己设计、自己施工、自己建造的大型水电工程，竣工于1974年。为黄河上游开发规划中的第七个梯阶电站，兼有发电、防洪、灌溉、养殖、航运、旅游等多种功能。 水库地处高原峡谷，被誉为“高原明珠”，景色壮观。后前往【炳灵寺石窟】（含门票+快艇，游览约2小时）炳灵寺石窟是我国石雕艺术延续时间最长的石窟之一，因保存有中国石窟最早期、中期和最晚期的壁画和石雕，其内容非常丰富，题材十分广泛，被誉为"中国石窟的百科全书"，在我国石窟艺术中占有非常重要的位置。后入住酒店。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 永靖 金麒麟酒店 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **永靖-黄河石林-水墨丹霞-兰州**  早餐后乘车前往【黄河石林景区】（含门票，游览约2小时）以一条黄河边的长约9公里的大峡谷为主体，峡谷两旁遍布着高耸的石林，地貌非常独特。这里的石林规模宏大而且十分雄伟，石笋都在100米左右，高处甚至达到200多米，高耸壮观。石林是黄河边的黄色砂岩材质，在西北的隔壁之上显得格外的苍凉悲壮。后前往【水墨丹霞】（含门票+区间车，游览约2小时）兰州水墨丹霞旅游景区地域壮阔，起伏多变，地质奇观密集。这里以红山湾地貌为主，兼有丹霞崖壁、孤峰、幽谷、一线天、风动石等奇特景观，是地质历史的天然记录本，是西北干旱区不可多得的原生态、高品位的风景造型地貌，堪称丹霞地貌景观中的精品。由于天气和日照的差异，这里阳坡和阴坡分别形成不同的景观风貌，自西向东阳坡主导色调为橘红色，自东向西的阴坡主色调为深绿色，两种地貌交相映错，奇景迤逦，后乘车前往兰州入住。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 兰州 维也纳（万达店） |
| **D8** | |
| **行程详情** | **兰州-厦门**  早餐后自由活动，后根据航班时间前往送机。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：厦门-兰州往返飞机含税，以实际名单申请为准，多退少补2、用车：当地26座2+1旅游车，接送机为普通车3、住宿：当地3钻酒店双人标准间，产生单男单女加床需补房差 4、用餐：含行程所列用餐7早14正，正餐40元餐标10人1桌5、门票：当地景区首道门票，含：天水古城+麦积山、伏羲庙、官鹅沟、扎尕那、郎木寺、花湖、唐克第一湾、阿万仓湿地、娘玛寺、尕海湖（目前是关闭状态）、美仁大草原、拉卜楞寺、炳灵寺+游船、 黄河石林套票【景区门票+交通套票+艺博馆】、水墨丹霞6、导游：当地中文导游讲解。 | | |
| **费用不包含** | 1、景区小交通费用和行程中注明需要另付的景区自费项目。当地导游会向游客介绍本地特色的行程以外的项目，您可根据自身情况自愿参加。2、单房差：全程入住相应指定酒店双人标间，西北酒店多无三人间，如无人拼房，需补单房差；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等不可抗力原因所引致的额外费用；4、酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费； | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **退改规则** | 单团单人单议 |