**拉萨-扎基寺-布达拉宫-药王山-大昭寺广场-林芝-巴松错-桃花沟-雅鲁藏布大峡谷-卡定沟-羊卓雍措卧去飞回9日行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 164950 | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 9 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 收客要求：28周岁-68周岁；65岁以上客人需有60岁以下家属陪同签免责协议方可参团；单男、全男不收；72周岁以上不收；2-8人同车，8人以上加300元/人；单女、68周岁以上-72周岁以下加300（同批不超过4人）；16周岁以上-28周岁以下加800元/人（同批不超过2人）。★16岁以下（含16岁）按儿童收费（只含车费、餐费、导服，产生门票自理）。★有严重高血压、心脏病、冠心病、糖尿病，曾患心梗脑梗等心脑血管疾病者、哮喘病、癫痫、孕妇、精神类疾病等谢绝参加，如有隐瞒病情者后果自负。★本线路不适于外交官、记者、医生、教师、律师、外宾及港澳台、旅行社同行等特殊职业和身份的人群。★中途离团需向导游签署自动离团协议，所有未产生费用不退（包括返程大交通），并支付离团违约金2000元/人，敬请知晓。★行程里赠送项目因客人自身原因或人力不可抗拒未参观，费用不退；景点门票为协议价，相关证件无优惠可退。★西藏旅游车每辆最多乘坐27位游客，若同团人数较多，抵达后会分成数辆车游览，全陪无法进行每台车陪同服务（每台车均配有拉萨当地导游），敬请谅解！★因交通方式不同、出发城市不同、报名先后顺序不一样、住宿标准不一样等，同团客人可能会出现价格差异，行程中会遇到另外团体的游客，同样是西藏旅游因各种因素价格更是相差甚远，旅行社不接受此类价格差异投诉。★布达拉宫每天限制参观人数，实际游览线路、景点顺序可能会做相应调整，敬请理解。★因疫情所产生的所有额外费用由客人自行承担！ | | | | |
| **产品介绍** | ★青藏铁路：火车缓缓进藏，缓解高原反应，沿途欣赏祖国的大好河山美景；★贵宾礼遇：拉萨接站献上洁白的哈达，享受贵宾礼遇；★品质服务：华东成团，全程一车一导派全陪，细心服务让您更好的感受西藏魅力；贴心赠送大礼包：★拉萨首晚赠送有氧酒店；★哈达接站、每人每天一瓶矿泉水（旅游大巴内自取）、精美小礼品、布宫集体照一张；★羊卓雍措藏装旅拍（10张电子照片，无妆容、无精修、无头饰） | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 【行程详情】日期行程内容住宿用餐D1各地—上海火车站（静安区秣陵路303号）宿火车自理上海火车站乘Z164（18:33）发车赴拉萨(全程4373公里)。火车票为实名制，报名请提供出游者清晰的身份证复印件、扫描件、传真件。上海18:33、苏州19:24、南京21:20、蚌埠22:59、徐州00:28（各站均可上车）。特别说明：1、由于进/出藏火车票紧张，因此不接受指定铺位、指定同车厢等要求，如对铺位要求非常高，建议乘坐飞机出游。遇Z164次火车票异常紧张（如学生返校/运兵/政府征用或其它原因），则选择上海（南京等地）--中转（西宁等地）--拉萨（两段车次不一样，需要出站换乘，换乘时间较长），敬请理解！2、铁路总公司最新规定：进/出藏火车票需持本人身份证原件办理改签、退票等业务，给您带来不便，敬请谅解！3、若需在出行前退团的游客注意，西藏团体票在48小时以内无法办理退票，火车票金额全损！4、自2016年4月起，Z164次列车抵达西宁后，需全部下车进行中转换乘有氧列车，下车时请注意检查随身携带物品！温馨提示：上海火车站上车的请于17:00前抵达上海火车站(静安区秣陵路303号）自行办理进站手续。若出发地有到上海火车站车次的，到达上海火车站后选择东南出口或者西南出口出来。如果乘坐汽车或火车至上海南站下车的，可乘地铁1号线到上海火车站下车，走1号出口。如果乘高铁到上海虹桥站的，可乘地铁2号线到人民广场站下车转1号线到上海火车站下车，走1号出口。D2火车上宿火车自理沿途欣赏西北风情，并逐渐适应高原气候。D3抵达拉萨柳梧火车站—拉萨市区20KM（行驶约30分钟）拉萨有氧酒店自理欣赏青藏高原风光，沿途经过格尔木、昆仑山口、沱沱河、唐古拉山、那曲、当雄、抵达拉萨，下午15:05左右抵达日光城—拉萨柳梧火车站，车站海拨3658米，接站人员接站后前往市区，入住酒店做适应性休息。抵达须知：接站司机会在抵达前短信或电话通知接站方式，请注意手机短信查收；接团导游会在晚上21：30前通知第二天行程及出发时间；如未接到司机或导游通知，可与西藏联系人询问。温馨提示：当日不要做剧烈运动，昼夜温差大请注意保暖，不要沐浴，请自备维生素C和常备药品，卧床休息是最好的调整！拉萨海拔3650米，含氧量只有内地的70%，多数游客会出现不同程度的高原反应。保持平常心态，多饮水、多吃水果是预防高原反应的最佳办法。D4拉萨—巴松错—林芝480KM (行驶约6小时)林芝舒适型酒店早、中、石锅鸡早餐后乘车沿拉林高速东行前往素有“西藏九寨沟”、“小瑞士”美誉之称的林芝， 西藏的江南风光顿时呈现在你面前，沿路是绿树成荫美丽的尼洋河美景（车观）会让你不禁感叹。之后前往【巴松错】（游览1小时）又名错高湖，可以“错高”在藏语中意为绿色的水，湖面海拔3700多米，湖形状如镶嵌在高峡深谷中的一轮新月，长约12公里，湖宽几百至数千米不等。最深处66多米。总面积25.9平方公里，湖水清澈见底，四周雪山倒映其中，黄鸭、沙鸥、白鹤等飞禽浮游湖面。后前往林芝桃花开得旺盛的【桃花沟】（赠送，游览30分钟，备注：因桃花花期开放、凋零时间无法确定，如桃花沟关闭时，则此景点取消赠送，无费用可退，敬请谅解）！晚餐享用特色“石锅鸡”（赠送）。温馨提示：全天行车和游览时间长，较为辛苦，导游会安排途中停车休息，以缓解疲劳，林芝地区海拔2900米，气候宜人富氧舒适。D5鲁朗—雅鲁藏布大峡谷—苯日神山车游—林芝280KM（行驶约6小时）林芝舒适型酒店早、中、晚早餐后，赴【雅鲁藏布大峡谷车游】（游览2.5小时）是世界上最长、最深的峡谷。这里拥有我国山地生态系统最完整的垂直植被组合，该旅游区内拥有壮观的跌水、雄伟的雪山、丰富的宗教传说等人文景观，其旅游资源丰富，拥有南迦巴瓦、加拉百垒等著名山峰，有被评为“中国十大徒步线路”之首的徒步墨脱线路，有具有悠久传统的转加拉宗教之旅。后前往【苯日神山车游】（苯日神山主要是乘车游览沿途风景，游览30分钟）相传当年佛苯相争的时候，最先站出来反对者佛教的苯教徒阿穷杰博曾经与莲花生大师比试过法术，那时候莲花生想要彻底的摧毁苯教，想要试图将苯日神山给推入尼洋河，但是在阿穷杰博的阻拦下均告失败，所以公布地区的苯教的得以保存下来。每年“萨嘎达瓦节”苯教的信众们都要逆时针的围绕神山转经，阿穷杰博被视为保护神山的英雄。行程提示：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。D6林芝—卡定沟—藏民家访—拉萨430KM（行驶约6小时）拉萨舒适型酒店早、中、晚早餐后前往【卡定沟】（游览40分钟）又名嘎定沟天佛瀑布森林景区，位于318国道上。沟内古树参天流水潺潺，环境很是清丽。两侧崖壁形状奇特，有大佛、动物等多种形象，峡谷深处还有一条200多米高的天佛瀑布，十分漂亮。之后沿美丽的尼洋河返回拉萨，途中做客【藏民家访】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。D7拉萨—羊卓雍措—拉萨240KM（行驶约6小时）拉萨舒适型酒店早、中、藏餐歌舞早餐后乘车沿318国道西行，到曲水县雅鲁藏布江大桥分路，沿盘山公路翻越海拔4900米的冈巴拉雪山，来到【羊卓雍错】（游览40分钟），藏语意天鹅池是西藏三大圣湖之一，是西藏最大的淡水湖。湖内分布着十几个小岛，湖水碧蓝清澈，湖光山色，景色如画。后返回拉萨。导游视游览时间会安排2个购物店（购物店以实际参观为准，以下购物店仅供参考）：【工艺品店】（朗玛索嘉/祥珠圣缘/藏梵阁/藏地传奇/九瑟坛城/西苑天珠/七彩工艺品/弘法阁），购物90分钟左右；【藏药店】（彩轮藏药/宗喀藏药/曲水健康生态体验馆/藏草堂/妙善藏药/藏医药文化博览中心/藏草宜生），购物90分钟左右。晚餐为特色“藏餐歌舞表演”（赠送）。行程提示：羊湖海拔高温度低，不宜久留，并请注意保暖。可骑牦牛留影，但一定要与牵牦牛的人讲好价格，以免产生不必要的纠纷。D8拉萨市内游（布达拉宫—药王山—大昭寺广场—八廓街）拉萨舒适型酒店早、中早餐后前往西藏的财神庙—【扎基寺】（赠送项目），扎基寺位于拉萨市北郊的扎基路上，是全西藏的一座财神庙。后参观古代宫堡式建筑群—【布达拉宫】（游览1小时），是历代达赖的驻地，也是过去西藏政教权力的中心，分为红宫和白宫两部分，红宫主体建筑是灵塔殿和各类佛堂，白宫是历代达赖喇嘛起居、诵经及处理行政事务的场所。后参观【药王山】藏名“夹波日”，意为“山角之山”，在布达拉宫右侧，海拔3725米。供有药王菩萨，而且山顶的招拉笔笔洞寺为业医喇嘛所居，你也可以带上 50 元去打个卡。后来到【大昭寺广场】终日香火缭绕，藏族信徒们终其一生，只为来此朝圣。虔诚的朝拜者留下了等身长头的深深印痕。场上的寺庙便是藏传佛教中心寺庙—大昭寺（可根据自己实际情况，自行购买进入参观，费用自理）。后游览【八角街】是整个拉萨最热闹的地方，街道由青石板铺成，两旁是藏式建筑。磕长头的朝圣者、热情的商贩和穿街而过的喇嘛，诵经和叫卖声飘荡了几百年。空气中飘来美食和甜茶的味道，时间静止在某条街巷，或是仓央嘉措曾经驻足的地方……。特别提示：布达拉宫管理处严格限定了每日参观的人数和游览时间（1小时）,进布达拉宫时间和人数由布达拉宫委员会审批（夫妻或家人进布达拉宫可能被分开，一个团队分成几次进入，造成可能没有导游，请游客理解配合），市内行程会根据布达拉宫实际参观日期相应调动；在保证服务标准及不减少旅游景点的前提下，我社有权保留对游览次序的调整。在布达拉宫参观需要遵循所有藏传佛教的禁忌，例如不能戴帽，不能拍照（指进入宫殿以后），不能踩踏门槛等等。D9拉萨市区—贡嘎机场70KM（行驶约1小时）—成都/重庆/西安—杭州无早早餐后在圣地做最后的巡礼，司机送站，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。请在贡嘎机场自行换登机牌，乘中转或经停航班飞回杭州，结束愉快的旅途。如此日返程航班是下午，请自行安排当日午餐并于中午12点前办理酒店退房手续。扎西德勒备注：飞机为中转或经停航班，实际航班以出团通知为准！ 【费用说明及注意事项】 费用 包 含1．接送说明：含目的地车站或机场接送服务，请在报名时给予准确的联系方式，保持畅通。拉萨火车站接站人不能在出站口等候，只能在广场外的马路边上等侯客人，请游客自行到广场外马路边上。拉萨贡嘎机场接站人不能在出站口等候，只能在停车场等候客人，请游客自行到机场停车场。送站或送机时，我社会根据航班及车次安排送团，司机兼导游，同样也不能进入侯车室或侯机厅，请游客自行办理托运行李及登机牌或乘车手续并承担相关费用。2．住宿标准：含拉萨首晚赠送有氧酒店+拉萨、林芝5晚舒适型酒店，西藏酒店与华东一带同等级酒店比较起来相差甚远，请不要与之相比。我社不提供自然单间，每人每晚一床位，如拼不上房，请补单房差，若加床为钢丝床；因西藏地区属于偏远地区，条件有限，酒店限时供应热水，为了环保，西藏各大酒店都使用太阳能，酒店房间一般无空调（西藏挂四星以下酒店不提供免费空调，如需开空调需要自行加钱）。住宿需提前预定，因客人原因不入住，无费用可退！参考酒店如下：（酒店不做指定；西藏高端酒店大多数为单频空调，夏季不制冷，敬请谅解！）拉萨有氧酒店：兰泽假日、吉祥宝马、天宜藏润、泽西、金陵、圣瑞斯、乔穆朗宗、云端国际或同级；拉萨舒适型：圣都、福幡林、金鹏银、恒东、帅龙大、川蓬、昆仑商务、藏香溢、普仁仓大、殿影、纳木措、天祥圣居或同级；林芝舒适型：三峡情、伊光、慧光、龙都、大峡谷、林源、勃勃朗冰川、嘉龙宾馆、如林、司法、宏林或同级；3．用餐标准：含6早9正（包含赠送的2个特色餐：石锅鸡、藏餐，酒店含早），餐标20元/人/正，正餐八菜一汤，十人一桌，不含酒水，以川菜为主，旅游餐只能吃饱，不保证能吃好。游客如有忌口或宗教风俗习惯等原因，请提前告之导游，或自备食物。房费中已含早餐，如游客不用，费用不退。团队餐需提前预定，因游客原因或提前离团没有用餐，餐费不退。4．用车标准：含当地旅游专用车，出发时会出现司机按先后顺序在不同的酒店接其它客人，可能出现相互等候的现象，请客人遵守时间，用车会根据人数来安排，一人一座。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，西藏地区旅游车辆均无空调设施，因高原长时间行车，途中车辆负荷较大，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。因客人原因不用车或提前离团，车费不退。5．景点门票：含行程中景点首道门票。所有的景点参观顺序完全取决于布达拉宫的订票情况，我社在保证所有景点完成的情况下，有权对行程做出调整。因散客团人数较多，布达拉宫参观名单为机选，故有可能夫妻或朋友之间会分开参观！景点如人力不可抗因素不能游览的，与游客协商调换景点；如遇政策性调价，请游客自补差价（备注：景点门票为协议价，相关证件无优惠可退）。6．导服标准：含当地普通话持证导游服务（接送站无导游服务）！7．保险费用：含旅行社责任险（建议客人自行购买旅游意外险或高原险）。8．交通费用：含上海-拉萨空调火车硬卧（火车上餐请自理）直达或者西宁/兰州中转联程票，以出团通知为准，只保证出团，电脑随机出票，不保证指定铺位及出游同行人员是否挨在一起。含拉萨-成都/重庆/西安-杭州回程中转或经停经济舱机票（含机场建设费和燃油附加费）。特别提示：机票出票后不退票、不换票、不签转！9．全陪服务：全陪（旅行社工作人员或持证导游）随团时不负责景点讲解，只提供辅助衔接工作、引导服务；并且同样可能与游客不同车次进藏；若同班期游客较多，当地分车后全陪无法进行每台车陪同服务（每台车均配有拉萨当地导游），全陪跟随火车往返。返程或者去程是飞机的游客无全陪陪同（游客需自行换登机牌）。 特别说明1.因游客自身原因在旅游期间未能完成旅游活动或提前离团，将被视为自动放弃费用不予退还（备注：此产品所有证件不享受景点门票优惠）。2.行程中所有景区、餐厅、休息区、加油站等场所附近的商铺非我社安排的购物场所，我社不承担任何责任，不负责退换货，游客如有购物请自行承担一切责任。3.游客不得以任何质量为由，拒绝登乘交通工具（汽车、火车、飞机）、不下车、拒绝入住酒店等行为措施强迫旅行社地接受其提出的要求，导致行程无法履行、或脱团、或自行购票返回，因此造成的再扩大损失，由游客承担责任，还要承担因此而引发的其他游客的投诉赔偿。4.双方合同确认起，因客人自身原因退团，需承担往返大交通费、当地车费及导游服务费。西藏旅行中客人自愿放弃旅行项目（如用餐、用车、景点门票等）或中途脱团、退团，所有费用一律不退。在保证服务标准及不减少景点的前提下，我社有权保留对游览次序的调整。如遇（如交通延阻、罢工、自然灾害、政策性调价、航班或车次取消或更改时间等）人力不可抗拒因素导致行程延误、变更所产生的费用由客人自理，我社只负责退还未产生的费用，不承担由此产生的其它责任及费用。5.全程2个购物店（景区内小摊以及购物不算购物店，行程中所列购物店名仅供参考，实际可能会根据行程有所调整，但数量不增加），如需购物或参加另行付费的旅游项目，并和旅游者协商一致，同时在当地补签以上自愿去购物店和参加另行付费旅游项目的相关合同。 不含费用1.不含各地到上海火车站和杭州萧山机场到各地交通费用。2.不含航空保险、旅游人身意外险，我社建议并提醒旅游者购买人身意外伤害险。3.不含单房差及行程中未列自费项目，小交通：景区内用车，门票：景点内的园中园门票。4.不含因交通延阻、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。5.不含因旅游者违约、自身过错、自身疾病导致的人身财产损失而额外支付的费用。6.不含个人消费：酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒、酒店押金等。7.请提供二代有效期内身份证、户口簿等有效证件信息，若客人提供的身份证信息错误造成机票、火车票及其它损失由客人承担。 【出行警示及说明】1.景点游览、自由活动时间以当天实际游览为准，团队游览中不允许擅自离团（自由活动除外），中途离团视同游客违约，按照合同总金额的20%赔付旅行社，旅行社亦不承担游客离团时发生意外的责任。2.因是散客拼团行程，接待能力有限，以下人群恕不接待：72周岁以上的老年人、患有严重高血压、心脏病患者、糖尿病、孕妇、外交官、记者、外宾（含港澳台）等特殊身份的人群，不接收预订。3. 65周岁以上的老年人必须有18周岁以上60周岁以下的成年人（家属或朋友）全程陪同出游，并提供近3个月以内3甲医院的健康证明以及签订免责证明方可参团出行；因西藏接待水平有限，不接受不会普通话及无任何通讯设备（手机）的老年人参加。4.未成年旅游者预订提示：未满18周岁的旅游者请由家属陪同参团。12周岁以下及68周岁以上人群不宜去西藏！！！如因客人隐瞒疾病或年龄参团引起的任何后果，我社不承担任何责任。5.因人力不可抗拒因素（如天气变化、自然灾害、航班、火车、轮船延误取消交通及航空管制）造成行程时间延长或缩减，旅行社可视情况与客人协商变更或取消行程，超出原定费用部分由旅游者承担，缩减费用，剩余部分退还旅游者。6.我社保留因航班及当地情况变化的顺序、时间进行适当调整的权利，但不减少景点。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，将被视为自动放弃费用不予退还。7.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。8.高龄客人及患有慢性病客人，如需进藏，请事前取得医生意见（如有心脏病、哮喘、心脑血管病严禁入藏、有感冒症状者待康复后可以入藏）。请参团前考虑出游人的身体状况，如果有上述身体疾病，请不要勉强入藏，如果客人在出游过程中有严重的高原反应必须入院治疗，请协助医院进行检查。如需报销，请住院治疗。9.西藏：经济较内地省份落后，故旅游吃、住、行等方面无法与内地大城市相比较，请旅游者理解。10.关于西藏景区证件优惠的说明：如果有老年证、教师证、学生证、军官证、导游证、残疾证等证件，请客人在参团前准备好，到达景区前请让导游出示给景区，能否优惠我社不能确定，能优惠的现退差价（证件如果是假的，出现任何事情客人自己承担，如果给旅行社带来连带责任，当事人也需承担一切后果）。若此产品注明景点门票不享受优惠，所有证件不再享有景点门票优惠政策。11.行程结束前请游客本人在当地真实完整的填写游客质量意见反馈表，如对服务及接待标准有异议，请及时与带团导游沟通或直接反馈回旅行社，以便第一时间处理，如在当地签署满意或不签署，返回客源地后再提出异议，恕我公司不予受理，感谢积极配合。12.旅行过程中须经过景区、博物馆等衍生设置的购物店，请您特别注意商品的价格合理性及品质，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；购买后妥善保管相关票据。 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 详见行程 | | |
| **费用不包含** | 详见行程 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 详见行程 |