**【稻亚传说】成都/新都桥/稻城/香格里拉/雅江 川西 飞去飞回7日 & 动去动回7日跟团游行程单**

【收客前请来电询位】升级2+1豪华保姆车/纯玩无自费；精华景点：稻城亚丁/木雅圣地/鱼子西/木格措/川西

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | TSC9416182 | **出发地** | 上海市-无锡市-常州市-苏州市-昆山市-南通市-湖州市-长兴县 | **目的地** | 四川省-成都市-雅江县-甘孜稻城亚丁 |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 豪华座驾：升级2+1豪华保姆车，可卧可坐，舒适空间，USB充电特色美食：药膳牦牛肉汤锅+藏式土陶鸡+高原鳕鱼餐，品味川西地道美食超值赠送：高原氧气瓶+旅游三宝+旅拍精修1张精华景点：稻城亚丁：“蓝色星球上最后一片净土”、“香格里拉之魂” 木雅圣地：“川藏黄金旅游线上的第一景” 木格措：以高原湖泊、原始森林、温泉雪峰、奇山异石及千瀑峡构成的绝美景观。 | | | | |
| **产品介绍** | 线路用餐住宿D1：出发-成都（飞机/火车/动车）/成都D2：成都-雅安-木格措景区-新都桥（鱼子西）早/中/晚餐新都桥/雅江D3：新都桥/雅江-勒通古镇-稻城/香格里拉镇早/中/晚餐稻城/香格里拉镇D4：稻城/香格里拉—亚丁—洛绒牛场-香格里拉镇早/晚餐香格里拉镇D5：香格里拉镇-稻城-理塘-雅江/新都桥早/中/晚雅江/新都桥D6：新都桥/雅江-木雅圣地风景区-雅安-成都早餐成都D7：成都-温馨的家（飞机/火车/动车）早餐温馨的家 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **出发-成都（飞机/火车/动车）**  游客自费乘飞机或火车抵达天府之国—成都， 由我社安排专业司机接站，前往成都市区入住酒店，后自由活动 。温馨提示：此天抵达后自由活动，可根据抵达时间安排您的行程。★ 若早班抵达：可自行前往热闹的【春熙路】，再品尝下成都的特色小吃。★ 若午班抵达：可自行前往老成都惟一遗留下来的清朝古街道【宽窄巷子】，【泡茶馆】，【听川剧、看变脸】，把自己埋在藤椅里，享受艳羡的成都节奏。★ 若晚班抵达：可自行前往洋溢着成都市井特有的喧嚣和随意的【锦里】逛逛，晚上的成都弥漫着灯火柔情，欣赏美景，优哉乐哉。备注：接站司机会提前一天或半天联系您，若无联系，请联系当地旅行社。 |
| **用餐** | 早餐：自理 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 成都 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **成都-雅安-木格措景区-新都桥（鱼子西）**  行程介绍（全程346KM，车程约6.5H）：成都出发乘车经成雅高速公路抵达曾是西康省省会，以“雅雨、雅女、雅鱼”三绝而闻名于世的雨城—雅安，经雅康高速进入甘孜藏族自治州境内。(川藏公路二郎山隧道位于四川省雅安市和甘孜州交界的二郎山，它起于天全县龙胆溪川藏线，止于泸定县别托山川藏公路，全长约8600米或走雅康高速)，经情歌之城康定，翻越折多山抵达情歌之城康定，前往有小九寨之称的4A级风景区—【康定情歌风景区】(又叫木格措风景区，门票赠送，观光车90元/人，必须乘坐，费用自理)，换乘观光车进入景区游览，康定情歌风景区由杜鹃峡、赛马坪、七色海，药池沸泉、木格措和红海草原六个小景区组成，距康定城郊26公里，海拔2900－3800米，也是贡嘎山风景名胜区的组成部分.木格措湖是四川海拔2000米以上地区最大的高山湖泊，整个木格措风景区以高山湖泊及温泉为主要特色，融原始森林、草原、雪山为一体互相映衬，一派原始古朴而幽静的自然景色，使人们仿佛置身于“瑶池仙境”。后乘车前往新都桥或雅江入住酒店休息。游客有需要可自行前往网红打卡景点-【鱼子西】（由于道路太窄大车无法前往，可在当地租小车前往，小车换乘拼车费用60元/人需自理，清洁费30元/人需自理），它属于木雅贡嘎地区，拥有以藏传佛教为基础的基本文化特征，项目范围内可360度遥望藏区四大神山之一藏区“第二香巴拉”的雅拉神山全貌和四川最高峰“蜀山之王”的木雅贡嘎大雪山山系全貌，为贡嘎西坡地区难得的观景摄影点。【温馨提示】：1、早统一集合出发：我社安排专业司机早晨接客人到指定地点集合出发，在出团前一天晚上21点前我社司机或导游会以短信告知客人，具体接您的时间，请客人保持电话畅通！2、木格措景区门票为赠送项目（门票已赠送、观光车90/人需自理），赠送项目若不进入景区不退门票费用，也不作等价交换。3、在不减少景点的前提下，旅行社可根据实际情况调整景点先后游览顺序； 备注：鱼子西为自由活动景点，前往鱼子西游览期间属于自由活动，无司机/导游陪同，自由活动期间安全自负！ |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：含 晚餐：含 |
| **住宿** | 新都桥/雅江 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **新都桥/雅江-勒通古镇-稻城/香格里拉镇**  行程介绍（全程约390KM，车程约8H）：早起后，有一片如诗如画的世外桃源：神奇的光线，无垠的草原，弯弯的小溪，金黄的柏杨，连绵起伏的山峦，错落有致的藏寨，星星点点的牛羊…是令人神往的“光与影的世界”、“摄影家的天堂。乘车穿越高尔寺隧道经过雅江，后穿越剪子弯山隧道（全长2230米），翻越卡子拉山（海拔4429米）。抵达世界高城，高原明珠—【理塘】（海拔4014米），在此品尝旅行社精心安排的特色中餐：【高原特色鳕鱼】（甘孜特产高原无鳞雪鱼肉质鲜嫩、爽口、极具营养滋补攻效），餐后继续出发，途中安排体验藏区传统祈福仪式风马纸撒龙达，撒龙达翻译成汉语就是“风马”的意思,也被俗称为飞马龙达,撒龙达也被叫做放风马。藏族人们用这种独特的方式祈祷安康,表达自己对佛的崇拜和敬仰。后乘车前往丁真的家乡-理塘，游览参观【勒通古镇·千户藏寨】（门票旅行社赠送）转乘景区的电瓶观光车（观光车费用35元/人，敬请自理）。【勒通古镇·千户藏寨】景区位于理塘县城北老城区，目前已成功申办为国家AAAA级景区。景区内有第六世仓央嘉措写下“洁白的仙鹤，请把双翅借给我，不飞遥远的地方，转一转理塘就飞回”，预示着七世达赖将降生于理塘。这里有藏区最大黄教寺庙-【长青春科尔寺】，长青春科尔寺又称理塘寺，于 1580 年由第三世达喇嘛索南嘉措创建，是康区历史最悠久，规模最大的藏传佛教黄教寺庙。后乘车继续出发，车观毛垭大草原风光，翻越传说中龟兔赛跑的兔子山，途经青藏高原最大的古冰川遗址、稻城古冰帽—【海子山自然保护区】(海拔4500米)，抵达桑堆小镇游玩红草地（每年九、十月份是拍摄红草地的最佳时节，其余时节皆为车观）：极目远望，一片红彤彤的景致映入眼帘，红得那么热烈，那么艳丽，也那么醉人。在或黄或绿的白杨树的衬托下，灿灿生辉，妩媚无比。近视：“山青心欲燃，红树醉秋色”，我们徜徉在公路畔的小村庄，“红草地”在阳光下奏鸣着令人陶醉的红色旋律，真想套用唐代诗人杜牧的千古名句，也喊出一句“停车坐爱红草地，霜叶红草十月花”，沿途欣赏赤土河谷迷人风光、世外桃源般藏式村寨。晚入住酒店。此日在尊胜白塔为您的旅途定格美好瞬间，赠送精美旅拍每人一张（内含照片一张+定制水晶相框一个）。【温馨提示】：1、当天翻越五座海拔4000米以上的高山，为避免高原反应，客人在出团前可提前服用红景天胶囊（或口服液）等药物预防高原反应！2、赠送：高原特色鳕鱼（导游根据情况安排，赠送项目不享用不退费用，亦不作等价交换）3、每年九、十月份是拍摄红草地的最佳时节。（其余绿草时节皆为车观）4、此日赠送精美旅拍每人两张（一张电子版，一张精修照片） |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：含 晚餐：含 |
| **住宿** | 稻城/香格里拉镇 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **稻城/香格里拉—亚丁—洛绒牛场-香格里拉镇**  行程介绍（全程约136KM）：早餐后乘车从酒店出发，进入香格里拉镇亚丁景区，游览5A级旅游景区—【稻城亚丁风景区】（门票已含，游览时间约7-8小时），换乘亚丁景区观光车（车程约1小时，观光车120元/人，必须乘坐，费用自理），翻越牛郎神山（海拔4760米），远眺仙乃日神山。经亚丁村、扎灌崩（亚丁村至观光车终点扎灌崩约15分钟），徒步20分钟抵达【冲古寺草甸】（藏语意为填湖造寺，海拔3900米），由草地、森林、小溪和嘛呢堆组成的天然冲古草坪，这里就是电影《从你全世界路过》中茅十八求婚的取景地。后自费乘景区电瓶车（车程约20分钟，费用单程40元，往返70元，自愿选择，费用自理）前往【洛绒牛场】，这里观“日松贡布”三座神山尽收眼底。仙乃日，海拔6032米，藏语意为“观世音菩萨”，夏诺多吉意为金刚手菩萨，海拔5958米，央迈勇意为文殊菩萨，海拔5958米。亚丁景区分长线—牛奶海、五色海和短线—珍珠海游览。长线游览：因牛奶海和五色海海拔高，客人务必根据自身实际情况选择是否前往（可选择自费骑马300-500元/人至舍身崖约1.5小时，再徒步至牛奶海和五色海需约1.5小时，冬季11中旬至次年3约中旬马帮停运，需徒步单程5KM往返10KM，徒步往返时间约4.5小时）到达【牛奶海】，再徒步前往【五色海】（徒步约20分钟）；【牛奶海】海拔4800米，又叫洛绒措，古冰川湖，状如水滴，四周雪山环绕，湖水清莹碧蓝，山止成瀑，以其玲珑秀雅水色翠蓝而著名。牛奶海在央迈勇的山坳里，呈扇贝形，中间是碧蓝的雪水，周边则是一圈乳白色环绕，这圈乳白色大致就是牛奶海名称的由来。牛奶海是美丽的，远远望去，仿佛碧玉镶嵌在雪山之中，纯净安详。纯净的湖水给人以平和安宁的心境，而蓝湛湛的海子并不透明，显得神秘莫测。传说能治聋哑病的圣湖。【五色海】海拔4600米，由于光的折射下，产生五种不同颜色而得名：其真名为“登崇措”。五色海它位于仙乃日与央迈勇之间，湖面呈圆形。面积0.7公顷，现代冰谷下伸至湖畔，雪山倒影湖面，呈现奇幻的色彩。是藏区著名的圣湖（佛经中赞誉该湖与西藏羊巴雍措齐名），据传能“返演历史，预测未来”。短线游览：游客可乘坐景区观光车抵达扎灌崩，徒步500米到达冲古寺，前往仙乃日神山下的圣湖【珍珠海】短线游览（单程约1.5KM，徒步前往约40分钟），海拔3950米。【珍珠海】在藏语中称为“卓玛拉措”，是仙乃日的融雪形成的海子。面积约0.1平方公里。密林中的珍珠海如一颗镶嵌在莲花宝座上的绿宝石，碧波荡漾，粼粼波光中透出无限清丽，湖畔四周，参翠如屏。春天湖边片片杜鹃花灿烂怒放，秋天层林尽染，倒影着五彩斑斓的世界，令人目眩神迷【亚丁景区】以仙乃日、央迈勇、夏诺多吉三座雪峰为核心区，北南向分布，三座雪山呈品字形，三峰藏名为“念青贡嘎日松贡布”，意为“三怙主雪山”，是众生朝圣积德之所在地。由于特殊的地理环境和自然气候，形成了独特的地貌和自然景观，是中国保存最完整的一处自然生态系统。【温馨提示】：1.如欲朝拜五色海，牛奶海：此路段海拔高，对身体素质要求非常的高，不建议前往！五色海和牛奶海也不包含在旅行社常规景点安排内；因亚丁景区内牛奶海、五色海景点属于景区开发中的景点，安全设施设备尚不完善，旅行社及导游不统一建议游客前往该区域游览，若游客自行前往牛奶海、五色海游玩，敬请根据自身体力量力而行，并签订景区告知书；络绒牛场—五色海、牛奶海：此路段海拔高，道路崎岖，客人必须根据自身实际情况选择是否前往游览。若身体不适执意前往者所造成的一切后果由游客自行承担，旅行社已尽到提醒告知义务，景区内马匹较少，在旺季时会有租不到马匹的情况，请提前知晓！亚丁景区主要游玩景点分为A长线：牛奶海+五色海；B短线：珍珠海；由于游客各自身体条件和游览兴趣不同，所以旅行社无法保证满足每个游客兼顾可以观光景区内所有景点；游客需根据自身情况和兴趣安排好合理的游览路线；自身体力无法前往的景点均视为自动放弃；敬请理解；2.亚丁景区观光车120元自理（必须消费项目）、冲古寺—络绒牛场：电瓶车往返70元，单程40元（可选择徒步，自愿自主消费）；络绒牛场—五色海、牛奶海：骑马参考价为300-500元/匹/人，骑马至舍身崖+徒步往返时间约4小时；（自愿自主消费）马帮由当地人经营，络绒牛场到舍身崖附近单程参考费用为300-500元/匹/人，游客自愿自主消费，若因费用和服务水平有争议和投诉，旅行社无责。请在消费前明确清楚费用服务细节。骑马时请戴手套，需注意安全，必须由马夫牵马方能骑行，且景区内马匹较少，在旺季时会有租不到马匹的情况，请客人理解；3.亚丁景区内用餐没有安排，请客人自行解决或提前自带干粮。亚丁景区贡嘎措至牛奶海、五色海区域海拔为 4200-4700 米，因冬春受冰雪天气影响道路结冰，为保障游客安全，该区域于每年11月15日至 次年4月1日实施封闭禁止进入。 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：X 晚餐：含 |
| **住宿** | 香格里拉镇 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **香格里拉镇-稻城-理塘-雅江/新都桥**  行程介绍：早餐后乘至稻城参观康巴特色【民俗文化村】，参观独特风格的康巴藏家碉房及传承千年的手工技艺了解神秘浓郁的藏家文化。抵达稻城赠送稻城特色中餐：用国家级非物质文化遗产阿西土陶----烹饪的土陶藏鸡宴（赠送项目，不用不退费），优选当地野生散养的藏香鸡、配以当地各种时令野生菌，藏包 子，青稞饼，青稞酒，无限量时蔬。同时体验藏族抓糌粑、打酥油等原生态生活体验，让大家真切直观的体验一次藏族土司生活，午餐后经桑堆镇、翻越古冰川遗迹海子山到达理塘，后经过雅江县前住摄影家们最喜爱的地方〖新都桥〗，晚抵达新都桥酒店用晚餐休息。【温馨提示】：1.中餐赠送特色土陶鸡一次，赠送项目不做等价交换且不使用费用不退。若遇旺季房间紧张，则改成住雅江！！ |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：含 晚餐：含 |
| **住宿** | 雅江/新都桥 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **新都桥/雅江—木雅圣地景区——雅安—成都**  行程介绍：早起酒店用餐后，继续乘车出发，前往木雅唐卡博物馆参观游览，探寻文化瑰宝，感受艺术魅力。后前往旅行社赠送的【木雅圣地景区】。我们将转乘景区的观光车（门票赠送，观光车费用60元/人费用自理），景区坐落于康定折多山西侧的“木雅辛康”，是一座以民俗风情与自然风光相结合的，以体现藏族木雅文化为主题的专题旅游区。拥有雪山、草原、花海、河流、湖泊和木雅藏族民俗文化等众多旅游景观，共有5个主要景点，“花海寻踪”是当年木雅公主最爱游玩之地，也是整个景区花开的最早最茂盛的地方。游览结束后带着愉悦的心情回到此次旅游的出发地成都，结束愉快的行程。【温馨提示】：1、木雅圣地景区门票为赠送项目（门票赠送，观光车60/人+保险5元/人，需自理），赠送项目若不进入景区不退门票费用，也不作等价交换。2、此日旅游合同的行程结束，当天返回成都路途遥远有可能堵车或不定时交通管制，建议客人不要预定当天返程的大交通，以免给您带来没有必要的损失，若因当日未赶上大交通产生的损失，由客人自理，我社无责！敬请谅解。3、今天是本次旅程最后一站，如若你对此次行程有任何异议，请告诉我们，我们会在第一时间根据你反馈的情况落实调查并及时处理；这次旅程是一次心灵的洗礼，人生观的再次升华。 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 成都 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **成都-温馨的家（飞机/火车/动车）**  行程介绍：此天根据游客的大交通时间，我社安排小车提前2-3小时送客人前往车站/机场，后游客返回温馨的家！温馨提示：1、退房、返程前请仔细整理好自己的行李物品，请不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦。酒店退房时间为中午12点。2、送团时间：车队会在提前一天晚上，根据您的车次或航班通知接人时间。 |
| **用餐** | 早餐：含 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：报名时选择的往返大交通（特别说明：选择火车硬卧卧铺的客人不接受指定铺位，尽量配合客人要求出票，报名即认可）；当地用车全程空调旅游巴士（保证一人一座）。关于保姆车温馨提示：保姆车型由于按照国家车辆安全规定的要求设计，车辆的最后一排为2+2布局，且座椅和安全门的座椅设计无法调整座椅后仰和无USB接口，望游客谅解。2、住宿：全程入住酒店双人间独卫，为提倡绿色环保，酒店基本不提供一次性洗漱用品，请客人提前自备，高原地区，请游客理解.（报价均以一个床位计价，以下均为参考酒店，如游客人数为单数而又无法拼房，则需要补房差)【成都】标准：七里香，嘉华酒店，仁仁富，红达，金港湾副楼，顶尚印象或同等酒店（以实际安排为准）商务等：锐思特酒店、艺家酒店、丽呈睿轩,金立方，晶爵酒店，怡家城市，艺家风格，凯宾嘉园，瑞欣，天顺园，五昊洋、凯格酒店、美湖假日酒店、来住星辰酒店、雅士商务酒店、华龙酒店、南禾希悦酒店、金立方酒店、星逸酒店南楼、熊猫王子酒店、维也纳智好酒店、宜必思酒店、凯宾酒店、嘉立酒店、龙欣盛世酒店、全季酒店、和颐至格酒店或同等酒店（以实际安排为准）豪华/网评四钻：铂雅名人、美丽华、开通国际，峨眉雪芽、桔子金牛万达店、索菲斯民族、涧三堂、金紫薇星逸酒店主楼、金港湾酒店、春熙美居、安悦原舍、安泰安蓉、上层名人、雅斯特酒店、锦蓉酒店、景澜美居、开通国际、青桐城市、星逸酒店主楼或同等酒店（以实际安排为准）【新都桥】标准：花园酒店，格桑金花，四季如歌（标准房）、枫庭酒店、德瀚酒店、 祥敏大酒店、鑫康珠、祥云A栋、蓝天酒店、康巴第一藏家庄、白塔假日、成都印象、如意商务酒店、重庆渝丰客栈 、丽都月影、黑帐篷、或同级酒店（以实际安排为准）商务：瑞景大酒店、途乐林卡酒店、虞悦酒店、好摄之途精品酒店、伍成酒店（原大成酒店）、四季如歌酒店（商务房）、嘉阖副楼、康巴聚鑫、金秋牧马、锦程大酒店、格桑金花大酒店、康藏华庭、尚客优、康桥酒店、美域酒店、晴峰酒店、凯逸酒店 或同级酒店（以实际安排为准）豪华: 高尔山、摄影天堂酒店、渝新酒店、藏地祥雪酒店、希岸酒店、四季如歌酒店（豪华房）、暮雪小筑，嘉阖主楼、香奈星梦、格桑唯朵、梵音阿曼酒店、云朵天堂酒店、白云间酒店、云天假日酒店、尊尚轻奢酒店、云天梦境酒店、宜必思或同级酒店（以实际安排为准）网评四钻：云顶星空、七摄藏乡、赞蕃大酒店、云涧星河、丽枫酒店同级酒店（以实际安排为准）【雅江】标准：八角驿站、汉藏情标准等 或同级酒店（以实际安排为准）商务：格桑梅朵酒店、雅途酒店、卡尔顿酒店 、福鑫源酒店、美景大酒店、江畔大酒店、新希悦酒店、茶马古道大酒店、进藏大酒店、大峡谷酒店、富鑫酒店、 汉藏情豪华房、雅乐酒店 或同级酒店（以实际安排为准）豪华:瑞鸿酒店、川藏大酒店（豪华房）、汉庭酒店、悦程大酒店、维也纳酒店、驿站大酒店、雅砻江大酒店、铁泉圣地大酒店 或同级酒店（以实际安排为准）网评四钻：嘉融酒店或同级酒店（以实际安排为准）【香格里拉镇】（此日商务等和标准等统一安排入住商务等酒店）商务：鸿云阁、乐群酒店、圣洁副楼、雪域宾悦酒店、藏玉明珠、丽思、象牙山酒店、藏缘酒店、万豪酒店、贡桑假日酒店、景阳酒店、亚丁你好酒店、蓝月山谷、高原雪域假日、莲花酒店、阿妈摄影主题酒店、贺庆林卡 、香格拉大酒店、世纪亚丁酒店、原筑酒店、人和鑫源、达瓦驿站、象牙山、贡嘎上炫、三圣如意、新亚、圣吉酒店、贡嘎大酒店1分店、圣鑫宾馆、圣山商务酒店、益鑫酒店、藏地阳光、香格丽主题酒店、藏域明珠、洛克民俗、铁比花园、原筑名宿酒店或同级酒店（以实际安排为准）豪华:圣洁贵宾楼、扎西玲珠、喆啡酒店、红景天、莲花府邸智选假日酒店、藏缘酒店贵宾楼、绿野亚丁贵宾楼、华美达安可酒店、翔云酒店 、格林豪泰、云墨艺术酒店、红景天酒店、喆啡酒店、风马遥酒店或同级酒店（以实际安排为准）网评四钻：智选假日套房酒店、华景文澜酒店、ACE假期酒店、贡金莲日生态洞穴酒店、初见艺术、明宇丽呈别院、时代亚丁酒店、日瓦翔云、华美达安可或同级酒店（以实际安排为准）【稻城】标准：拼音藏庄酒店、亚丁温泉、圣地亚丁酒店、翔宏酒店、德西康萨酒店、云贵酒店、雪山酒店、兴源酒店、佰思特酒店、遂州宾馆、稻家酒店、圣地亚丁酒店（藏房）、雪山酒店、德沙宾馆、青杨林、顺风、卓玛客栈、藏域风情客栈、顺洪宾馆、建华宾馆 或同级酒店（以实际安排为准）商务：拼音假日酒店、泰天大酒店、稻家旅游酒店、祥宏酒店、兰卡假日酒店、优客莱酒店 或同级酒店（以实际安排为准）豪华: 金珠大酒店、旺吉酒店、翔云酒店、洛克家园酒店 或同级酒店（以实际安排为准）网评四钻：泰月酒店、阳光温泉酒店、阳光温泉酒店、稻亚。澜悦、圣地映像或同级酒店（以实际安排为准）3、用餐：全程含行程所列6早7正 （亚丁景区内中餐敬请自理，如有不便，敬请谅解！）【酒水自理，人数减少酌减菜量，酒店住宿均用晚含早。少数民族地区沿线餐质较差，请游客提前做好心理准备】4、门票：稻城亚丁景区、木雅圣地景区、康定情歌风景区、（备注：门票已打包在团费里，3月31号前所有证件优惠不退,免票退40元/人。4月1号开始优惠退40元/人，免票退80元/人）5、导游：全程优秀导游服务，14人（含）以下无导游6、购物推荐消费：纯玩无自费7、保险：含旅行社责任险，建议游客自行购买旅游意外险。8、儿童：（6-12周岁）价格包含：往返大交通儿童票，非景区内旅游车车位费，旅游餐费、导游费 。 | | |
| **费用不包含** | 1.景区交通：勒通古镇长青春科尔寺观光车35/人、亚丁观光车120元/人、景区内电瓶车往返70元/人、亚丁骑马参考300-500元/人、木雅景区观光车60元/人+保险5元/人、木格措景区观光车90元/人、游船66元/人，泡脚35元/人、鱼子西小车费60元/人、清洁费30元/人及其他个人消费（备注：所有景区观光车都为必须消费项目，其余游客自愿消费）2.其他：以上“报价包含内容”里未提及包含的一切费用均未含。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。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | ◆报名前请来电确认余位◆实名制火车票一旦出票，如产生退票，需本人持火车票自行去火车站退票！◆报名时请提供客人准确的身份证复印件。◆【参团限制】：1、疾病患者（传染性病、心脑血管病、呼吸系统病、精神病、严重贫血和低血糖等）、孕妇及行动不便的、大中型手术的恢复期的、70周岁以上的老人谢绝报名。2、依据本线路的特点，6岁（含6岁）以下，70周岁以上（含70岁）谢绝报名，60周岁-70周岁游客报名时需提供适合本次旅游的《健康声明》及《旅行社免责书》！ |
| **温馨提示** | 旅游紧急预案全国各地的团友大家好，您在旅行途中如遇到困难、遇到需要投诉、遇到没有酒店、司机、导游的电话等任何需要我社提供帮助的地方，请您第一时间联系我社导游、司机或客服，我们将第一时间为您排忧解难（不用第一时间给签合同的客服联系；我社导游、司机或客服直接面对面给您解决（不在浪费您打电话给组团社后，组团社和地接社交接询问等待时间），给您带来愉快的旅行，祝旅途愉快 ！！！温馨提示1、高原地带温差较大准备好厚衣，因日照强，备好防晒霜，墨镜及雨伞。2、稻城亚丁沿线住宿餐饮条件都有限，请不要以城市的标准来衡量，敬请谅解！3、因道路交通事故造成甲方人身伤害及财物损失，意外保险赔偿按照《道路交通安全法》进行赔偿，最终解释权归保险公司。4、心理准备：此不适合休闲度假、享受酒店的客人。请保持乐观情绪，如有心理负担会加重高原反应，延缓人体适应高原气候。5、必要提醒：足够现金、相机电池、全球通手机、湿纸巾、个人卫生用品，沿途商店很少，藏民的卫生生活习惯都与汉族有所不同，所以最好提前要带足这些东西。6、在景区里游客都是自行玩耍，时间自由掌握，风险自负，客人在景区自由活动时发生的任何意外，我社概不承担其赔偿责任，可以为其协助报旅游意外险。例：骑马摔倒，被小动物咬到，误食食物，高原反应，落水等相关。7、车辆交通提示：因长时间高原行车，途中车辆负荷较重，可能会遇到汽车抛锚并影响行程的情况,请游客做好心理准备。如遇人力不可抗拒因素，如塌方、路阻、车辆故障，当地政府行为等造成行程延误，或不能完成上述景点，责任不在旅行社，旅行社不承担赔偿责任，由此产生的超支费用由游客自理。但我公司会积极配合解决。高原旅行及高反反应须知提醒因稻城亚丁特殊的高原环境，每个人可能会发生高原反应等并发症状，因此，到稻城亚丁旅游之前一定要去医院作身体检查，在确定自己心肺等主要脏器没有问题的前提下，才能启程。我社概不承担，因高原反应造成的一切后果损失及任何赔偿责任。可协助其报旅游险。1、不适宜到稻城亚丁旅行的人：心、肺、脑、肝、肾有明显的病变，以及严重贫血或高血压的病人，切勿肓目进入高原。你如果从未进过高原，建议你在进入高原之前，进行严格的体格检查。患有器质性疾病、严重贫血或重症高血压的游客对高原环境的适应能力较差。他们在进入高原的初期，发生急性高原病的危险性明显高于其他人；若在高原停留时间过长， 也较其他人易患各种慢性高原病。同时由于机体要适应高原环境，肝、肺、心、肾等 重要脏器的代偿活动增强，使这些脏器的负担加重。一旦这些脏器出现疾患，便会使病情进一步加重。 如果你不清楚自己是否能参与稻城亚丁的旅行活动，建议你向有经验的医生请教，并且尽量本着稳健的原则。 2、进入高原途中注意事项（重点）（１）．应尽可能预备氧气和防治急性高原病的药物，如硝苯吡啶（又名心痛定）、氨茶 碱等，也需备有防治感冒的药物、抗菌素和维生素类药物等，以防万一。 由于高原气候寒冷，昼夜温差大，要注意准备足够的御寒衣服，以防受凉感冒。 寒冷和呼吸道感染都有可能促发急性高原病。 （2）．在进入高原的途中若出现比较严重的高山反应症状，应立即处理，及时服用氨 茶碱或舌下含服硝苯吡啶２０毫克。严重时应吸氧。若出现严重的胸闷、剧烈 咳嗽、呼吸困难、咳粉红色泡沫痰，或反应迟钝、神志淡漠、甚至昏迷，除作上述处理外，应尽快到附近医院进行抢救，或尽快转往海拔较低的地区，以便治疗恢复。（3）．在亚丁景区期间，我社安排景区自由行，其身体负荷不宜过重，请量力而行。尤其是夜晚睡觉时，有不舒服症状及时找店家处理，我社不承担高反带来的一切损失及赔偿责任。（4）．必须注意，如果进入高原后，反应的症状愈来愈重，特别是静息时也十分明显， 应该立即吸氧，并到医院就诊。极少出现的高原肺水肿和高原脑水肿的病人须大量吸氧，并在药物治疗的同时，迅速转送海拔低的地区（5）60岁以上客人：必须出三级甲等医院健康体检报告（必须是出团前60天内做的检查）：健康检查内容：是否适合去高原长途旅行，全程海拔在3500——4000米之间，由于客人是老年人群体，固所有老年游客必须和家庭直系亲属（子女）商量次此旅行：并且所有子女和参团老年客人一同签属免责协议书（6）本人了解自己的身体情况，适合参加此次高原长途旅游团；本人清楚了解此旅游行程的所有安排和细节，承诺能够完成旅游团全部行程并按期返回，如本人未按照贵社要求如实告知相关健康情况，本人承担因此产生的全部责任及发生的全部费用，并承担给贵社造成损失的赔偿责任，如果本人由于身体不适或其他原因导致不能继续完成行程，需要贵社协助提前返回、就医等情况发生，本人承担全部责任及发生的全部费用。本人已就此承诺告知了直系亲属并得到他们的同意。【药品及食品提醒】⑴ 药品： 高原反应药：红景天、肌苷片等； 感冒药：白加黑、百服宁、芬必得、头痛感冒药等(如果要预防感冒就带板蓝根冲剂)；喉腔药：草珊瑚含片、西瓜霜含片； 胃肠药：保济丸、吗叮林、泻利停、氟哌酸、藿香正气水；外伤药：正红花油、创可贴、红药水、纱布； 高原蔬菜水果少,维生素必要的,带些维生素C,而且容易上火带牛黄解毒丸。⑵ 食品：巧克力、牛肉干、奶糖、豆腐干等高热量食物。高原旅行注意事项：1、参加甘孜和阿坝等高原类旅行，请你在出发前将自己的身体健康状况如实告知，严重心脏病、高血压、肺和血液系统疾病患者不宜进藏或上雪山。甲方建议您前往高原前最好去正规医院进行体检，对自己的身体健康状况负责，如隐瞒身体情况发生的问题旅行社不承担任何责任。海拔3500公尺以上的高原地带，气压低，空气含氧量少，易导致人体缺氧，引起高原不良反应，请游客避免剧烈运动和情绪兴奋，洗澡水不易过热，学会正确呼吸方法。16周岁以下及60周岁以上者，患有贫血、糖尿病、慢性肺病、较严重心脑血管疾病、精神病及孕妇等不宜进入高原长途旅游。2、参加高原、野外、长途旅游，旅行社不建议年龄较大（满70岁或以上）或有高血压、心脏病、糖尿病、身体残疾等不适宜旅游的客人参团旅游，如执意参加必须提前征得医生同意，备好药品，并征得家属或子女同意，如因自身原因发生意外，责任自负。3、提请检查身体，自备药品：在临行前体检必不可少，参加高原长途旅行前要征得医生同意。如有体质较弱或者患病者必须坚持治疗，防止旧病复发，平时需要用药治疗者，出游时切不可遗忘服药4、在旅行途中如果出现比较严重头昏、头痛、呕吐等症状请及时联系导游或前往医院治疗，并应当立即停止旅行，和导游签订自动离团协议书，自行租车（或飞机）尽快返回到海拔较底的平原地区。此行程单作为《国内旅游合同》的组成部分，与旅游合同有同等法律效力。本人代表同行 人已仔细阅读以上内容，同意并保证遵守旅行社的安排。如产生合同纠纷或人身意外事故，按《中华人民共和国合同法》、《道路交通法》、《保险赔偿条例》裁定。 同意并签名： |
| **退改规则** | 【违约条款】：1、火车票：出票成功后，若发生退票、改签，请客人前往车站自行办理，如若产生费用，客人自行承担，收费标准以火车站执行标准为准！另我社需收取开票手续费（具体收费标准以实际咨询为准） 2、机票：出票成功后，无法更换/改签/退票！3、退团/改期地接损失： 报名成功后，合同一旦签订，我社即正式安排接待操作，酒店费用、车费、餐费及门票等已提前支付！若发生退团/改期，我社将根据实际情况收取相应地接损失或全部地接损失，具体以我社核实后，告知为准！ 以上违约条款，请仔细阅读，如有异议，请勿报名！ |
| **保险信息** | 含旅行社责任险，建议游客自行购买旅游意外险 |