

【大美青海】

西宁+青海湖+茶卡盐湖+环湖西路+卓尔山+祁连草原 5 日游

推荐理由

- ★ 西宁进出，纯玩 0 购，360 度环湖，不插边无套路；
- ★ 汇聚青海精华景点，翻越橡皮山、日月山、穿越柴达木盆地。
- ★ 全程 0 购物，把宝贵时间留给美丽的风景。入住舒适型酒店。
- ★ 打卡青海湖、茶卡天空壹号、卓尔山、祁连草原、环湖西路、门源、大冬树垭口。

行程秒懂

D01: 兰州/西宁接团	用餐: 自理	住宿: 西宁
D02: 西宁—塔尔寺—青海湖私家牧场—茶卡	用餐: 早餐	住宿: 茶卡
D03: 茶卡盐湖—环湖西路—大冬树垭口—祁连	用餐: 早餐	住宿: 祁连
D04: 祁连—卓尔山—祁连草原—岗什卡雪峰—门源—西宁	用餐: 早餐	住宿: 西宁
D05: 兰州/西宁散团	用餐: 早餐	

行程详解

D01: 各地→兰州/西宁

[用餐: 自理]、[住宿: 西宁市]

今天将开始美丽的西北之旅! 请您于航班起飞前 120 分钟抵达相应机场! 乘航班前往青藏高原的“东方门户”青海省省会—**西宁市**。抵达后安排前往酒店办理入住手续, 今日无行程。

(**西宁市**位于青海省东部, 湟水中游河谷盆地, 是青藏高原的东方门户, 古“丝绸之路”南路和“唐蕃古道”的必经之地, 自古就是西北交通要道和军事重地, 素有“西海锁钥”、“海藏咽喉”之称。是中国黄河流域文化组成部分。同时, 西宁也是西北旅游必去之地。)

交通提示: 西宁曹家堡机场(约 30 公里/50 分钟) 西宁市区;

自由活动推荐:

- 【**青海省博物馆**】可以观赏到由古至今的历代青海文物及青海众多民族的文化 and 习俗。(周一闭馆)
- 【**南山公园**】位于西宁西南侧, 整个公园就是一座山。南山公园视野开阔, 可以俯瞰整个西宁的城市全景, 适合拍照。
- 【**东关清真大寺**】是西宁古城著名的建筑, 殿内和整个大寺处处都显得古朴雅致, 庄严肃穆, 富有浓郁的伊斯兰特色, 属省级文物保护单位。

西宁美食推荐:

- 【**莫家街**】(18:00-凌晨 00:00) 手抓羊肉、羊脖子、羊杂、牛杂、羊肠面、炕羊肉、各色烤肉琳琅满目, 特色小吃狗浇尿、青稞酿皮、羊肉面片、循化拌面、牦牛老酸奶等。
- 【**力盟商业步行街**】(全天营业) 各式中餐、西餐、韩式烤肉料理、咖啡、酒吧等。
- 【**口福街**】(19:00-02:00) 各种烤肉、羊杂碎、羊脖子、羊肉泡馍、烤羊腿、酸奶等。

温馨提示:

- 接送:** 当地接送机/站为散拼, 需等候相邻航班时间的游客。您也可以自行打车前往酒店, 打车费用敬请自理。接送机/站为赠送, 费用无法退还, 请您谅解。
- 入住:** 办理入住手续时, 请自行交付押金, 在退房时确认无误后退还押金。酒店一般入住时间为 14 点之后, 如您到达较早, 可将行李寄存在前台, 自行前往市内的旅游景点参观, 请注意自身安全, 保管好随身贵重物品。
- 通知:** 客人抵达的前一天 20:00 前, 我方会通过短信或电话联系客人, 请保持手机畅通!



D02: 西宁—塔尔寺—青海湖私家牧场—茶卡

[用餐: 早餐]、[住宿: 茶卡]

早餐后, 乘车前往参观【**塔尔寺**】(游览时间约 2.5 小时), 是藏传佛教黄教六大宗主寺院之一, 一世班禅和一世达赖的老师、藏传佛教的创始人宗喀巴大师的诞生地。欣赏塔尔寺举世闻名的艺术三绝——酥油花、堆绣、壁画, 品鉴博大精深的藏传佛教文化! 后乘车前往青海湖, 翻越历史上“羌中道”、“丝绸南路”、“唐蕃古道”的重要通道——【**日月山、倒淌河**】(车览), 日月山不仅有恢宏的历史意义, 它还有非常重大的地理意义。它位于我国季风区与非季风区的分界线上, 地处黄土高原与青藏高原的叠合区, 是青海省内外流域的天然分界线, 划分了农耕文明与游牧文明。抵达参观【**青海湖私家牧场**】(游览时间约 2 小时) 国家 5A 级景区, 也是我国最大的内陆咸水湖、青海湖又名“库库淖尔”, 即蒙语“青色的海”之意, 位于青海省东北部的青海湖盆地内, 既是中国最大的内陆湖泊, 也是中国最大的咸水湖。2006 年被中国国家地理杂志社评为“中国最美的五大湖”之一。后乘车前往茶卡镇入住酒店, 交通提示: 西宁(约 150 公里/约 2.5 小时) 青海湖(约 140 公里/约 2.5 小时) 茶卡;

重要提示: 因青海湖季节性环保政策, 如行程不能顺利进入青海湖私家牧场, 则客人需要补交 60 元/人的差价, 游览【青海湖二郎剑景区】, 此环保政策属于政府政策, 为不可抗力因素, 故请客人按政策执行。如不参加游览青海湖私家牧场, 退费 30 元/人。

出行小贴士:

- 1、青海的昼夜温差比较大, 建议早晚穿好外套出门, 大披肩(凹造型和防寒需要用到), 保暖要做好;
- 2、青海湖地区海拔约 3000 米, 切忌剧烈运动, 以免产生高原反应;
- 3、不要随意给当地居民和他们养的牛羊拍照, 若要拍照都需提前问好价格;
- 4、青海湖是当地藏族人心中的神湖, 旅行时要尊重当地人的风俗和宗教信仰, 不可对神湖不敬, 不可踢湖边的玛尼堆, 也不可在寺院等宗教场所喧闹。

温馨提示:

1. 青海地处青藏高原, 我们在青海的行程海拔基本在 3000 米左右, 身体状况正常的内地游客一般不会出现高原反应。初上高原切勿剧烈运动, 不要暴饮暴食, 请勿饮酒, 注意补充饮水, 入住首晚尽量不要洗澡。
2. 进入青海湖/茶卡盐湖, 记得穿着鲜艳的衣服拍出的照片更好看, 拍照的时候腿要站稳。



D03: 茶卡盐湖—环湖西路—大冬树垭口—祁连

[用餐: 早餐]、[住宿: 祁连]

早餐后, 前往【**茶卡天空壹号**】(游览时间约 2 小时) 位于柴达木盆地东部茶卡盆地内, 为柴达木盆地的天然结晶盐湖。在这里, 可以乘小火车深入湖中观光, 可以透过清盈的湖水, 观赏形状各异、正在生长的栩栩如生的朵朵盐花。盐坨如雪山般耸立, 展示着迷人的风光。后途经【**青海湖环湖西路**】, 位于青海湖西侧, 一般是指黑马河乡到石乃亥一段的公路, 这段公路离湖面较近, 周围草场、小山等风光优美, 因此也是骑行者们喜爱的路段。除了距离湖面近以外, 环湖西路也是观看青海湖日出很好的地带, 清晨时推开窗户, 看到一轮红日从蓝色湖面中升起, 景色非常美丽。车览【**大冬树山垭口**】, 是西宁去祁连路上会经过的地方, 海拔 4120 米, 是很多游客此行经过的较高海拔点。山口气

温很低，常常会有积雪，即使夏季也经常会拍到雪景。在山口处现在设立了海拔数字的牌子，可以合影纪念一下。抵达祁连后入住酒店。

交通提示：茶卡（约 370 公里/约 5.5 小时）祁连；

温馨提示：

1. 今日途中行车时间较长，您可以提前准备一些小零食作为补充。
2. 青海省地处青藏高原，此次行程海拔基本在 3000 米左右，身体状况良好的内地游客一般不会出现高原反应，如若发生不良反应，请及时与导游（或司机）反映，我司会积极协助解决。初上高原切勿剧烈运动和饮酒，不要暴饮暴食，注意补充饮水，入住首晚尽量不要洗澡。
3. 青海地区经济发展较为落后，住宿及接待条件相对有限，昼夜温差较大，同时地处高原，紫外线非常强烈，注意做好保暖措施和防晒准备。



D04：祁连—卓尔山—祁连草原—岗什卡雪峰—门源—西宁

[用餐：早餐]、[住宿：西宁市]

早餐后，游览【卓尔山】（游览时间约 2 小时）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。卓尔山景区项目建设位于青海省祁连县八宝镇，紧靠八宝河与藏区神山阿咪东索（牛心山）隔河相望。站在卓尔山顶视野极度开阔，四周没有任何遮拦，山对面是一山尽览四季景色的牛心山，左右两侧分别是拉洞峡和白杨沟风景区，背面是连绵起伏的祁连山，山脚下滔滔八宝河像一条白色的哈达环绕在县城周边。处处美景，宛如仙境，令人心旷神怡。传说中卓尔山与祁连的镇山之山—阿咪东索（牛心山）是一对情深意重的情侣，默默守候在八宝河两岸，共同护佑着祁连的山山水水。后沿 G227 国道，途径门源，翻越祁连主峰达坂山。沿途车览中国最壮观的【祁连大草原】、【黑泉水库风光】、【岗什卡雪峰】、【百里油菜花海】。蔚蓝的天空下，放眼是一望无际的金色海洋。远处的祁连山上的白雪又给这金黄添加一笔白色，大片的金黄的油菜花，起伏的碧绿山坡，在蓝天白云的映衬下，使人瞬间安静下来，让人陶醉。山清水秀景如画，天高云淡夏如春，巍峨的雪峰捧起洁白的哈达，广袤的草原铺展开千里碧毯，让祁连山的情怀深藏在每个人的心间。10 月的祁连秋色美如画，沿途雪山、草原、树木等被秋风浸染，将祁连草原打扮成一片黄金大地之色。抵达西宁后入住酒店。

交通提示：祁连（约 300 公里/约 4 小时）西宁；

温馨提示：本日行驶最美网红公路 G227，打卡草原、湖泊、雪山、百里油菜花，相机提前准备好哟。



D05：兰州/西宁—各地

[用餐：早餐]、[住宿：///]

本日自由活动（今天您可以根据您返程时间调节起床时间）送站师傅会和您约好送时间，请您掌控好，以免误机。乘飞机返回，结束愉快的行程！

交通提示：西宁市区（约 30 公里/约 50 分钟）西宁曹家堡机场；

温馨提示：

1. 酒店当天退房时间为 12:00 前，退房前请检查您的所有物品以免遗漏。返程较晚的游客可将行李寄存于酒店前台。

2. 本线路赠送拼车送机/站服务，送机人员会在起飞前一天晚上联系并确认送机时间和乘车地点，请保持手机畅通。
3. 近期机场安检严格，加上市区交通拥堵，为保证您不误飞机，送机时间可能会比较早，请您谅解。

服务标准

1. 门票：**全程门票敬请自理，如需门票服务，请补交 240 元/人**（塔尔寺 70、青海湖私家牧场 30、茶卡天空壹号 60、卓尔山及区间 80）景点的首道大门票。
2. 住宿：全程 4 晚携程**三钻**酒店、全程不提供单人间或三人间，遇单需补单房差；
3. 用餐：全程含 4 早，酒店含早，不用不退，正餐自理，敬请品尝各地美食。
4. 用车：5 座轿车、5 座 SUV、7-9 座商务、14-19 座，根据实际人数安排用车，随身携带最多 1 个不大于 24 寸的常规行李箱；
5. 导游：不提供专职导游服务（由司机负责全程衔接，协助购买门票事宜）。
6. 保险：我社已承保旅行社责任险，强烈建议客人自行购买旅游意外险！
7. 儿童：儿童为 12 周岁以下且 1.2 米以下，仅含旅游目的地旅游车导费。不含费用均需自理。

参考酒店

西宁市（三钻）：中鹏酒店、豪龙宾馆、万祥精品酒店、凯美莱酒店，凯莎大酒店，或同等级酒店；
茶卡镇（三钻）：星入海大酒店、湖君道酒店、天域假日酒店、如家精选酒店或其他酒店；
祁连县（三钻）：驰远商务宾馆、雲峰饭店、盛唐翠光饭店、天宇商务宾馆、永洲大酒店、鼎瑞假日酒店或其它同等级酒店；
备注：酒店不提供单人间和三人间，遇单请补单房差；

自费项目

本行程涉及的部分自费项目仅供参考，**由客人自由选择参加，绝不强求消费**，部分报价含车导服务费：

- 1、青海省：天空壹号区间车 60 元/人。
- 2、美食推荐：烤全羊 2680 元/只起、青海特色土火锅 680 元/桌起（10 人 1 桌）。

温馨提示

【关于住宿】酒店不提供单人间和三人间，为了您的人身和财产安全，我社不提供拼房服务。酒店默认安排双标间，出现单人时我社尽量协调（部分城市 3 人不能住一间房），协调不了时请补足差价。行程中所列参考酒店，排序不分先后，随机安排入住行程所列参考酒店或其他酒店。

【关于飞机票】行程中涉及的机票为民航航班或者春秋航空航班，以实际出票为准，游客指定航班时请补差价。所有航班班对行李有规定，具体以航空公司出票为准，超出部分需游客自己补差价。

【关于火车票】根据《铁路旅客运输规程》及《铁路旅客运输办理细则》等有关规定，卧铺火车票无法指定铺位，随机分配上、中、下铺。车票按实际出票铺位为准，不补退差价。我社行程中涉及的火车票均为硬卧及二等座，如需升级详询旅行社。我社确保往返火车票，但可能出现同一订单使用不同车次，敬请留意！

【通知时间】客人抵达目的地前一天 20:00 前，我方会通过电话或短信联系客人，请客人耐心等待。

预定须知

1. **关于入住：**办理入住手续时，请自行交付酒店押金，在您退房时确认房间无异常会退还给您。酒店一般为 14 点之后入住、12 点前退房，如您到达较早或返回较晚，可将行李寄存在前台，可自行在周边餐馆用餐或可自行前往我们推荐的旅游景点，请注意自身安全，保管好随身贵重物品以免遗失。
2. **关于用餐：**西北最低团餐按照八菜一汤和十人一桌的标准安排，人数增加或减少会适当调整菜品。
3. **关于汽车：**所用用车保证一人一正座，22 座及以下车辆均不含行李箱。
4. **关于景点：**景点游览、自由活动的时间以当天实际游览为准，行程中需自理门票和当地导游推荐项目，请自愿选择参加。
5. **费用调整：**如遇国家政策性调整门票、交通价格等，按调整后的实际价格结算。
6. **特别说明：**因交通延阻、天气、飞机/火车取消或晚点等不可抗力原因所导致的额外费用，需要游客自理。
7. **其他说明：**请配合导游如实填写当地的意见单，不填或虚填者归来后投诉将无法受理书。
8. **关于年龄：**西北经济欠发达，服务能力有限，所以本线路不接受 75 周岁以上老人及 18 周岁以下游客单独报名，敬请谅解！

注意事项

1. 本行程内的时间节点由相关地图软件计算得出，未考虑堵车、不可抗力、车型、车况等因素。
2. 行程中所列景区区间路程、游览时间、火车开车时间、飞机起飞时间等仅供参考，以票面、当时查询、实际发生为准。旅行社和导游可根据当时情况调整旅游行程顺序，但保证行程所列景点项目不变。若遇人力不可抗拒的因素造成景点去不成，恕我社只负责退还门票的差额，不承担由此造成的其它损失。
3. 行程内涉及乘坐航班、火车及区间短驳车时，无导游提供服务，行程包含接送机时也无导游提供服务。
4. 关于参考酒店：本社尽力安排行程内标注的参考酒店，如遇政府征用、旺季房满等情况，将安排不低于原档次的本地域或临近地区的其他酒店，请谅解。
5. 关于住宿标准：西北属于欠发达地区，酒店的硬件设施及服务意识相对落后，无法用发达地区的标准衡量。个别酒店因酒店工作人员疏忽，安排的个别房间或许会出现质量问题，我社尽力协调酒店方进行更换房间，请客人本着减少损失的原则，协助服从酒店安排；我社不接受旅游归来后对酒店标准等方面提出的投诉和质疑，对酒店住宿有异议的请务必在入住前提出异议。
6. 当地风俗：丝绸之路沿线多是少数民族聚居区，特别是新疆、甘肃、青海、宁夏省区多为穆斯林聚居区，宗教色彩浓厚，信仰伊斯兰教，所以游览期间，请配合导游工作，服从安排，尊重当地少数民族风俗习惯。
7. 西北地区由于地域辽阔，景点之间车程较长，请游客在来西北旅游时注意休息调配好时间，以充足的体力参加旅游活动。另外穿一双合脚、透气性好的鞋，可以为您的旅途省去不必要的麻烦。
8. 退费说明：本行程为打包产品，无任何费用可退。
9. 书面证明：行程游览过程中，您签署的所有书面证明和游客意见单，我社均默认为是您意思的自由表达，对签字部分有异议的请务必在签字前提出。