

【探秘青海】

西宁+青海湖+茶卡盐湖+水上雅丹+翡翠湖 5 日游

途径景点

- 【日月山】“羌中道”、“丝绸南路”、“唐蕃古道”的重要通道。
- 【青海湖】中国最大的内陆咸水湖，中国“中国最美的五大湖”之一。
- 【橡皮山】出黑马河乡不久，就可以看见连绵起伏的橡皮山麓，像一座巨大的屏障。
- 【茶卡天空壹号】“天空之境”，观盐湖湿地，让您叹服于水天合一壮景。
- 【水上雅丹】这里被当地人称为鸭湖，又被游客们称作“百鸟千岛湖”。
- 【U型公路】黑色的公路线条与公路两旁的特色地貌构成了独具魅力的奇观。
- 【青海雅丹】一种典型的风蚀性地貌。“雅丹”在维吾尔语中的意思是“具有陡壁的小山包”。
- 【翡翠湖】又名水翠湖，网红打卡必经地，藏在荒野中的绝美景观。

推荐理由

- ★ 西宁进出，避免兰州中转，节约中转时间。行程更轻松。
- ★ 纯玩 0 购物，8 人小团，2 人起订，环游青海风光。
- ★ 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、U 型公路、水上雅丹、翡翠湖。

行程秒懂

D01: 兰州/西宁接团	用餐: 自理	住宿: 西宁
D02: 西宁—青海湖私家牧场—茶卡盐湖—德令哈	用餐: 早餐	住宿: 德令哈
D03: 德令哈—水上雅丹—大柴旦	用餐: 早餐	住宿: 大柴旦
D04: 大柴旦—翡翠湖—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：

- 1. 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。
- 2. 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。
- 3. 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—青海湖私家牧场—茶卡盐湖—德令哈

[用餐: 早餐]、[住宿: 德令哈]

早餐后, 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, 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 级自然保护区, 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, 抵达参观【茶卡盐湖】或【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。后乘车前往德令哈, 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(约 200 公里/约 2.5 小时) 德令哈;

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、请远离盐湖溶洞, 小心跌入, 造成划伤;
- 2、请保管好个人手机、相机等贵重物品, 以免掉入盐湖内;
- 3、高原气候晴天光线很强, 还有湖面的反射, 需做好防晒准备, 建议带太阳伞、涂防晒、准备墨镜保护眼睛;
- 4、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;
- 5、茶卡盐湖地区、青海湖地区海拔约 3000 米, 切忌剧烈运动, 以免产生高原反应;
- 6、由于盐层比较粗糙, 防止脚受伤, 建议不要赤脚下湖, 穿上景区租赁的鞋套, 而且湖内深处淤泥较深, 所以不建议走的太深。
- 7、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;
- 8、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, 拍照的时候腿要站定。



D03: 德令哈—水上雅丹—大柴旦

[用餐: 早餐]、[住宿: 大柴旦]

早餐后, 乘车前往水上雅丹, 途观 **U型网红公路** 315 国道途径柴达木盆地, 横穿塔克拉玛干沙漠, 全长 3063 公里。黑色的公路线条与公路两旁的特色地貌构成了独具魅力的高原奇观。车览**青海雅丹**又被称为柴达木雅丹, 是 7500 万年前盐和沙凝结地壳被西风侵蚀雕塑而成。它们广布于柴达木西北部, 是世界最大最典型的雅丹景观之一, 千姿百态, 十分壮观。一切都给人神秘莫测、奇幻万千之感。抵达参观【**乌素特水上雅丹**】(游览时间约 2 小时) 水上雅丹西南靠近鸟美仁草原, 北临北丘陵自然区, 它的四周是荒无人烟一望无际的荒漠, 就在这荒凉之地, 呈现出绝无伦比的雅丹地貌, 水面上波光粼粼, 鸭鸣雁啼, 波光倒影, 美不胜收。一到春秋季节, 成群的水鸟和野鸭, 或翱翔在湛蓝的天空中, 或戏水在微光波映的湖水里, 或在雅丹之上奔跑追逐, 因此, 这里被当地人称为鸭湖, 又被游客们称作“百鸟千岛湖”。乘车前往大柴旦, 入住酒店。

交通提示: 德令哈(约 350 公里/约 5 小时) 水上雅丹(约 200 公里/约 2.5 小时) 大柴旦;

温馨提示:

1. 本日沿途基本为无人区, 几乎无餐饮服务, 请大家根据自己的饮食喜好自行提前准备中餐。
2. 大柴旦镇是一个只有 1 万多人口的戈壁小镇, 住宿条件有限, 不能以内地发达地区的酒店标准衡量这里的住宿条件
3. 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。
4. 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。
5. 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: 大柴旦—翡翠湖—德令哈—西宁

[用餐: 早餐]、[住宿: 西宁市]

早餐后, 乘车前往参观“网红打卡”【**翡翠湖**】(游览时间约 1.5 小时) 这片湖泊大小不等、形态迥异、深浅不一的盐池中的高浓度盐水在当地称之为“卤水”, 由于所含的矿物质浓度的不同, 也就形成了颜色多彩的景象, 特别是风平浪静的时刻, 宛若镜面般的散布在四处, 倒影着蓝天白云, 柴达木山的皑皑雪峰, 身处其间, 看着身影在脚下, 此刻的感受, 也只有身在其间才能深刻感受。后乘车经**德令哈**, 德令哈市位于青海省西北部, 在地貌单元上分属祁连山和柴达木盆地。德令哈市建政于 1988 年, 是青海省海西蒙古族藏族自治州州府所在地, 是全州政治、教育、科技、文化中心, 也是海西东部经济区中心。抵达西宁, 入住酒店。

交通提示: 大柴旦(约 10 公里/约 20 分钟) 翡翠湖(约 220 公里/约 3 小时) 德令哈(约 500 公里/约 6 小时) 西宁;

温馨提示:

1. 本日行驶路程及时间较长, 您可以提前准备一些小零食、饮料作为补充。
2. 翡翠湖原是采矿区, 经多年开采形成采坑, 变成了如今美丽的翡翠湖。湖边游览请注意安全。



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 **200 元/人**（青海湖私家牧场 30、茶卡盐湖 60、水上雅丹 60、翡翠湖 50）景点的首道大门票。
2. 住宿：全程 2 晚携程 4 钻酒店、2 晚酒店双标间住宿，遇单请补房差。
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；

大柴旦（三钻）：浩宇大酒店、丽湖雅致大酒店、碧海云天酒店、红崖大酒店、晒北酒店、梦之旅酒店或其他同级酒店；

德令哈（三钻）：云湖大酒店、勇岩大酒店、聚龙酒店、坤谊酒店、德都大酒店、德勒大酒店或其他同级酒店；

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：青海湖游船 140 元/人起、天空壹号区间车 60 元/人，青海湖区间车 20 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，我社会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、宁夏省区多为穆世林聚居区，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。