

<青海湖-茶卡盐湖-祁连草原-门源油菜花-塔尔寺-互助双飞6日游> 可选青海湖骑行、漫步，青海小环线，青海湖区一晚住宾馆

产品ID：210517992

产品特点

产品特点

产品特点详情

接待标准

- **用餐安排**：行程所列5早4中餐，早餐为酒店免费提供，具体以酒店安排为准，放弃不用则无费用可退
- **住宿安排**：行程所列参考酒店标准双人标间，出现单男单女等自然单间须报名时补足房差
- **行程安排**：济南-兰州往返机票（含税，不含飞机航空保险），区间及游览用空调旅游车，保证一定的空座率
- **游玩安排**：行程所列景点首道大门票，骑行游客所需的骑行车辆、头盔、雨披、束裤带等。
- **购物安排**：全程无购物
- **贴心赠送**：1、每人每天一瓶饮用水（抵达当天及返程当天除外）；
2、每人一条户外百变魔巾；
3、女士每人额外加送一条拍照用红纱巾！

重要提示

- 1、报名时，请提供本人及同伴的有效身份证号码及姓名，出发时携带原件。
- 2、报名时，请提供本人或同伴的有效手机号码，并保持随时畅通。
- 3、兰州发团当天如果人数少于10个人，我公司将根据人数调整车型，无导游，司机兼向导。
- 4、三人报名，我公司可尽量安排三人间或者加床，由于青海藏区条件所限，部分地区无三人间，也加不了床或者加床为钢丝床；
- 5、也可三人住一间2人间，退一人房差，但由于青海藏区房间设施相对有限，部分地区（如青海湖区、祁连县等）夜间气温低，为了游客得到充足的休息，保持充足的精力游玩，以防感冒，我们不建议三人住一间2人间。

交通信息

团队机票、火车票无法保证满足航班时间或车次铺位等特殊需求，给您带来不便，敬请谅解。

详细行程 * 以下行程仅供参考，最终行程可能会根据实际情况进行微调，敬请以签约行程为准。

D1 第1天 济南 ✓ 兰州

济南 ✓ 兰州

全天

今天，根据我司所申请的航班乘飞机飞兰州。

参考航班：

CZ6449 09:20-11:40

GX7879 14:55-18:25

DR5318 19:05-23:30

SC4927 07:00-09:20

GX7893 08:45-12:55

SC8741 16:00-18:20

或者其它时间相近的航班，以上航班仅供参考，具体以实际申请为准。



早餐：敬请自理； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理



兰州中川机场 - 兰州市区所住宾馆

抵达后，接机后送往兰州市区酒店。

接机方式：

****种**：采取拼车接机的方式；由司机负责，会出现同一接机师傅接不同团队、不同航班团友的情况；会出现等待的情况；由于兰州市区在修建地铁，会出现交通拥堵的情况；全程车程约90分钟。

第二种：由我公司工作人员负责接机，团友汇合后，由我公司工作人员带领各位团友乘坐城际铁路返回兰州市区，全程约50分钟；方便快捷舒适。



自由活动

下午

滨河路旅游观光带自由观光

抵达兰州时间早的团友，可以自行去滨河路旅游风光带，或骑行，或漫步黄河两岸；

著名的古老黄河铁桥--**中山桥**，横跨黄河两岸，从南滨河路穿过中山桥，就是兰州的后花园--**白塔山公园**；

逛完白塔山公园，回到南滨河路，从西行，依次是**水车园**、**黄河母亲像**。

滨河路黄河风情线，是兰州市民休闲娱乐的好去处；而它*迷人的地方，则要数它的夜景了！



自由活动

晚上

小吃一条街，品尝小吃

到兰州，一定要品尝大兰州的小吃了；吃小吃，正宁路夜市，张掖路大众巷夜市，则是许多人的**；每天到18:00开始，正宁路熙熙攘攘，人来人往；每个小吃摊位上，坐满了吃小吃的人们！在午夜时分，你仍能享受到美食；酿皮子、甜醅子、洋芋片、羊杂羊肉泡馍等这些都是非常有名的小吃。



住宿·兰州格林豪泰酒店或兰州农垦宾馆或其他备选酒店

晚上

农垦宾馆：

2014年重新装修；WIFI覆盖部分区域，床宽1.1米，房间面积约15平；24小时热水，空调，国内长话，提供

免费早餐。

位于火车站，平凉路与火车站西路丁字路口北100米左右。前往市区其它地方，乘坐公交车或者打车，都非常方便。

格林豪泰火车站店：

全国连锁快捷酒店，2014年开业，2015年装修，WIFI覆盖部分区域，床宽1.2米，房间面积约20平，24小时热水，空调，吹风机。提供免费早餐。

位于火车站，火车站东路客运中心楼下，位置优越，交通便利。



温馨提示

- 1、抵达兰州前一天,我公司工作人员会提前给与各位贵宾联系(或者打电话或发短信),告知兰州住宿宾馆名称、地址、总台电话、入住方式;及带团导游电话;请各位贵宾保持报名时所留手机号畅通;如收到我公司短信敬请给予回复“收到”,谢谢配合。
- 2、我司出票,以团友在途牛系统报名时所留的姓名、身份证号码为准,请准确填写。

D2

第2天 兰州350公里 🚗 青海湖70公里 🚗 黑马河



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

18:30

晚上，可以在湖边参加篝火晚会，呼朋唤友，烤一只羊，边吃烤羊边欣赏青海的夜空；或者，走进当地藏家，吃一口正宗的、还有调配的原滋原味的青海老酸奶。



兰州 🚗 青海湖

08:00

建议时间：7小时

早餐后乘车赴青海湖。



景点·★★★骑行团友

15:00

15:00 抵达青海湖环湖东路与109国道交汇处附近，停车，安排骑行团友，领用骑行装备，领骑人员讲解骑行注意事项，然后开始骑行。

路线：甲乙村附近骑行驿站（即环湖东路与109国道交汇处附近）--二郎剑景区。

里程：20公里左右，2小时左右骑行时间。

路况：柏油马路，109国道北侧专用骑行车道。

路况介绍：这一段是青海湖环湖路中第二处景色较美的路段。也是**一处修建了专用骑行车道的路段。平均海拔3200米，平行于109国道，靠近青海湖湖边一侧。按照乡村公路标准修建。避免了与机动车共用一个车道，降低了骑行安全风险。

沿途风景优美。每年的6月中旬-7、8、9月份，可以欣赏到绿色的高原草场、湛蓝的湖水、金黄色的油菜花海及成群的牛、羊群在悠闲的吃草、嬉闹，好一幅优美的青藏高原田园风光！



景点·★★★徒步漫游团友

15:30

在甲乙村骑行驿站与二郎剑景区的之间，我们选择一个地方，作为徒步的起点。

路线：甲乙村骑行驿站与二郎剑景区之间的某个地点—二郎剑景区。

里程：5公里左右，1.5个小时左右。

路况：共用骑行车道。

徒步时，请注意避让骑行游客。



温馨提示

- 1、本次骑行，不是专业的比赛，而是一种新的旅行方式及唯美体验，我们不比拼装备，不比拼体力，我们要的是一种愉悦身心的放松。请量力而行，不要追求骑行速度及行驶里程。
- 2、骑行、徒步过程中，请勿私自进入藏区牧民农田、草场中拍照、摘花等，以免产生不必要的民族纠纷。
- 3、骑行及徒步均是耗费体力的运动，特别是在高海拔地区；团友需能熟练的掌握骑行技术，确保自身身体状况在本次骑行项目中顺利进行；为保证团友的安全，正在患有或者具有以下病史者，请勿参加：心脏病、高血压、哮喘病、心脑血管疾病患者、冠状动脉病患者、心律不齐者、糖尿病患者、做过手术的患者，或者患有其它疾病还在康复中。建议团友在报名前，请咨询医生或者到专业的医疗机构进行身体检查，听取医生建议。
- 4、老年人、未满18周岁者、孕妇、体质虚弱者、带儿童的团友，不建议参加骑行项目。
- 5、旅游公司不是专业、**的医疗机构，请游客以正规专业的医疗机构给出的结果及建议为准。
- 6、请团友在报名时，就需要确定是否参加骑行或徒步，或者两项都不参加，以便我公司提前预定骑行车辆；如果两项都不参加，需要在青海湖二郎剑景区售票广场自由活动，等待参加活动的团友，统一集合，前往青海湖景区参观。
- 7、骑行团友，不含青海湖门票，非骑行团友含青海湖门票，不含青海湖游船。



景点·青海湖二郎剑景区

17:00

游玩时长：约3小时

徒步团友统一在二郎剑景区售票广场集合。后统一由导游带领大家进入景区参观大美青海湖。

不含游船，如需乘坐游船请自行购票或者委托导游购票，费用自理。

二郎剑又称为“海带”，藏族人称之为“海虎”。位于青海湖东南岸，为一狭长的陆地提带，宽约百步，长约25公里，自南向北没入海中，开头酷似一把长剑。古籍上曾有这样的记载：“南岸一堤，阔仅百步，北亘数十里，直奔海腹而没，名为海带”。



青海湖 黑马河

16:00

建议时间：2小时

出景区后乘车赴黑马河，入住酒店。



住宿·青海湖住宿 温馨宾馆或鸿福庄园或海之恋假日酒店或其他备选酒店 或 黑马河住宿：旺湖酒店或洛克商务宾馆或其他备选酒店

18:00

青海湖区为藏族等少数民族地区，无大型宾馆、酒店，当地宾馆、酒店设施极其简陋，宾馆、酒店数量少，有时会出现停电停水的现象；旅游旺季期间，游客暴增，宾馆床位极其紧张，常常一房难求，我公司会想尽办法为大家安排；但条件所限，请勿与内地等大城市比较，请有心里预期。



温馨提示

因旅游旺季酒店紧张，今晚住宿青海湖或者黑马河；

如果今天晚上住在二郎剑景区周边附近，则第二天前往茶卡盐湖时，需要提前一个小时出发，敬请谅解。

D3

第3天 黑马河80公里 🚗 茶卡盐湖390公里 🚗 祁连



景点·拍摄青海湖日出

团友自行早起拍摄青海湖日出（无导游陪同），青海湖的早晨气温低，建议看日出时穿羽绒服；观赏日出的人数较多，拿好手机、相机，以防不慎落水。



黑马河 🚗 茶卡盐湖

08:00 建议时间：1小时30分钟

早餐后乘车赴茶卡盐湖



景点·茶卡盐湖

09:30 🕒 游玩时长：约2小时

茶卡盐湖也叫茶卡或达布逊淖尔，“茶卡”是藏语，意即盐池，也就是青海的盐；“达布逊淖尔”是蒙古语，也是盐湖之意。

茶卡盐湖位于青海省海西蒙古族藏族自治州乌兰县茶卡镇附近。



茶卡盐湖 🚗 祁连县

13:00 建议时间：8小时

中餐后乘车赴祁连，抵达祁连，入住酒店。

祁连县是位于祁连山系的一座山城，县城规模很小，县府所在地为八宝镇；

条件虽说比黑马河乡稍微改观，但仍与内地相比，有很大的差距；

由于县城基础设施落后，特别是旅游旺季，会有停电停水的现象发生，请有心里预期。



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

20:20 🍽️ 祁连美食：

拥有着中国较美草原的祁连县，是青海省主要畜产品基地，全县草原面积1764.11万亩，羊存栏数117万只，牦牛12.43万头。

随着青海***、无污染天然绿色农牧业名声渐渐打响，祁连牛羊肉，也成为绿色食品标志。

祁连藏系羊肉，获得了国家地理标志产品证明商标。

推荐饭店：

撒拉尔餐厅：人民路国贸购物广场正对面(恒通花园十字路口)；**推荐菜品：**土火锅、素炒黄蘑、羊肉、土豆片、八宝茶等。

天境牦牛壮骨汤：人民路恒通花园一楼八宝镇政府旁(八宝镇政府)；**推荐菜品：**牦牛汤

烧烤推荐：

小王烤肉城：人民路八宝政府斜对面

老王烤肉祁连分店：七一路升源宾馆对面(汽车站对面)



住宿·英格堡假日酒店或其他备选酒店

20:00

舒适型宾馆，2013年开业，2015年装修；WIFI覆盖，床宽1.2米，房间面积约20平，免费市话、长话，24小时热水、吹风机；提供免费早餐；

是祁连县为数不多的欧式建筑风格，周边环境优美，部分房间能看到牛心山顶上的雪山，部分房间能看到卓尔山。

D4

第4天 祁连卓尔山150公里 🚗 门源130公里 🚗 西宁



祁连县 🚗 卓尔山

08:00

早餐后乘车赴卓尔山景区参观。



景点·卓尔山风景区

08:10

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。卓尔山景区位于祁连县八宝镇，紧靠八宝河与藏区神山阿咪东索（牛心山）隔河相望。



卓尔山 🚗 门源

11:00

参观完卓尔山，乘车赴门源。



景点·门源油菜花田

14:30

门源油菜花位于青海省海北藏族自治州的门源县，是青海省及西北地区的主要油料产区，由此，这里的油菜花也成为了一种美丽而蔚为壮观的人造景观。



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

19:20

西北小吃，独具特色，西宁占据重要地位；

一般莫家街、水井巷、大十字夜市，外地人去的多，当地人几乎没人去。

推荐当地人追捧的小吃：

兴海路：马一刀烤肉，拜家酿皮，华英炮仗面；

高尔力羊肠面、尕晋娃羊肠面、成贵羊脖子等

五一路的羊杂碎；**西关大街**的德禄酸奶，**白玉巷**的益鑫黄焖羊肉、手抓肉等



门源 **西宁**

16:30

出景区乘车赴西宁，抵达入住酒店



住宿·翱翔商旅宾馆或豪龙宾馆或其它备选酒店。

19:00

翱翔商旅宾馆：

三星级宾馆，位于西宁市中心汽车站附近，WIFI覆盖，免费市话、长话，24小时热水，吹风机等，床宽1.2米，房间面积约25平，提供免费早餐。

距离市中心王府井百货、水井巷商业街、中心广场、文化街小吃夜市仅1.3公里，多路公交均可到达，交通极为便利。

D5

第5天 西宁30公里 **塔尔寺70公里** **互助240公里（或38公里）**
兰州或回西宁



西宁 **塔尔寺**

08:00

早餐后乘车赴塔尔寺。



景点·**塔尔寺**

09:00

塔尔寺又名塔儿寺，位于青海省西宁市西南25公里处的湟中县城鲁沙尔镇。塔尔寺寺院建筑分布于莲花山的一沟两面坡上，殿宇高低错落，交相辉映，气势壮观。



温馨提示

塔尔寺参观人数一般较多,尤其是带了老人和孩子的游客,请小心,以免走散,进入寺庙一般不可拍照,不乱动,乱摸,乱指佛像,壁画,以免引起麻烦。请尊重当地少数民族的生活的信仰,避免与当地居民发生冲突。



塔尔寺 **互助土族自治县**

11:00

参观完塔尔寺，乘车赴互助。



景点·**互助土族民俗风情园**

12:30

位于青海省海东市互助土族自治县威远镇境内，距青海省会西宁市31公里，总规划面积6.81平方公里，其中核心游览区达3.25平方公里。

景区包括天佑德中国青稞酒之源、彩虹部落土族园、纳顿庄园和西部土族民俗文化村、小庄土族民俗文化村5个核心景点，分别展现了土族绚丽多彩的民俗文化、源远流长的青稞酒文化、弥久沉香的醪馏酒文化、古

老纯真的建筑文化、别具一格的民居文化、古朴神秘的宗教文化，是世界上 *全面、**正、很真实的以“土族文化”为主题，集游览观光、休闲度假、民俗体验、宗教朝觐为一体的综合性旅游景区，成为国内外游客集中了解土族民俗文化的**之地。



温馨提示

由于时间关系，每个核心景点，分属不同的公司经营管理，分别单独收取门票；我们只是选择其中一个具有代表性的风情园参观；今天的午餐在互助土族风情园享用。



互助土族自治县 兰州

15:00

乘车赴兰州，抵达后入住酒店。



温馨提示

如果团中有团友从西宁返程，或者今天晚上住在西宁，我们从互助县走西互一级公路（准高速）到西宁市下，走互助路到西宁火车站散团，住西宁的团友，则自行打车前往酒店，乘火车返程的，则自行持票进站上车。剩余团友，则继续乘坐旅游大巴，返回兰州。互助土族风情园距离西宁火车站约38公里，约40分钟的行车时间。



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

19:00

如果游客意犹未尽的话，晚上可以再次去正宁路或张掖路大众巷，去寻找、享用美食。



住宿·农垦宾馆或格林豪泰火车站店或其他备选酒店。

18:30

农垦宾馆：

星级酒店，2014年重新装修；WIFI覆盖部分区域，床宽1.1米，房间面积约15平；24小时热水，空调，国内长话，提供免费早餐。

位于火车站，平凉路与火车站西路丁字路口北100米左右。前往市区其它地方，乘坐公交车或者打车，都非常方便。

D6

第6天 兰州 济南



兰州 济南

全天

根据我司所申请的航班，预留充足的时间，在飞机起飞前3个小时抵达兰州中川国际机场，办理乘机手续。

参考航班：

CZ6450 12:25-14:35

DR5317 13:45-18:05

GX7880 19:05-22:35

SC8742 13:00-15:10

GX7894 13:35-17:40

SC4928 17:05-19:15

或者其它起飞时间相近的航班，以上航班仅供参考，具体以实际申请为准。



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理



温馨提示

- 1、返程退房前，请再次检查随身携带物品，以免遗漏。
- 2、酒店业行规，中午12:00前退房，延迟酒店会向延迟的团友收取延迟费用，具体以酒店为准。
- 3、送机方式：**种：采取拼车送机的方式，会出现等待、司机前往不同地点接不同游客及各位团友自行前往集合地点的情况发生。第二种：由我公司工作人员带领各位团友，统一乘坐城际铁路前往中川机场。

行程附注

以上行程仅供参考，*终行程可能会根据实际情况进行微调，敬请以签约行程为准。

费用说明

成人

费用包含

- **交通**：往返团队/散客机票含税费（团队机票将统一出票，散客机票因实时计价预定后即刻出票）
- **小交通**：景区内用车(骑行团友骑行车辆及配套设备)。
- **住宿**：行程所列酒店。
- **用餐**：行程中团队标准用餐，行程所列5个早餐4个中餐（中式餐或自助餐或特色餐，自由活动期间用餐请自理；如因自身原因放弃用餐，则餐费不退）。
- **门票**：行程中所含的景点首道大门票，具体请参考行程描述。
- **导游**：当地中文导游，10人以下无导游，司机兼向导。
- **赠送**：矿泉水，百变魔巾，女士赠送拍照用红纱巾
- **其他**：骑行游客所需的骑行车辆、头盔、雨披、束裤带等

费用不包含

- **小交通**：景区内用车（青海湖游船，青海湖电瓶车、茶卡盐湖小火车、茶卡盐湖电瓶车、茶卡盐湖游轮、门源景区电瓶车）。；济南市区至机场往返接送服务。
- **单房差**：单房差（行程所列参考酒店标准双人标间，出现单男单女等自然单间须报名时补足房差）。
- **门票**：行程中注明需要另行支付的自费景点。
- **其他**：飞机航空保险
- **补充**：因交通延误、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；酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费；当地参加的自费以及以上"费用包含"中不包含的其它项目

- **旅游意外险**：为了您的人身安全和财产保障，建议您在预订时选购旅游意外险及旅程取消险

儿童

费用包含

- **交通**：往返团队/散客机票含税费（团队机票将统一出票，散客机票因实时计价预定后即刻出票）
- **导游**：当地中文导游，10人以下无导游，司机兼向导。
- **儿童价标准**：儿童价特殊说明:1.4米以下且12周岁以内儿童：含当地旅游车位、机票儿童票、导游等，其余不含行程中用餐、门票、床位费和赠送项目，产生费用自理，早餐由当地宾馆提供，早餐费用根据宾馆具体规定而定
- **赠送**：矿泉水，百变魔巾，女士赠送拍照用红纱巾
- **其他**：骑行游客所需的骑行车辆、头盔、雨披、束裤带等

费用不包含

- **门票**：行程中注明需要另行支付的自费景点。
- **其他**：飞机航空保险
- **补充**：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；酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费；当地参加的自费以及以上"费用包含"中不包含的其它项目
- **旅游意外险**：为了您的人身安全和财产保障，建议您在预订时选购旅游意外险及旅程取消险

预订须知

出行须知

- **交通**：（1）合同一经签订且付全款，团队机票、列车票、船票即为出票，不得更改、签转、退票。
（2）飞行时间、车程时间、船程时间以当日实际所用时间为准。
（3）本产品如因淡季或收客人数较少，有可能与相近方向的发班线路拼车出游，届时请游客见谅。
- **游览**：（1）景点游览、自由活动、购物店停留的时间以当天实际游览为准。
（2）行程中需自理门票和当地导游推荐项目，请自愿选择参加。
（3）请您仔细阅读本行程，根据自身条件选择适合自己的旅游线路，出游过程中，如因身体健康等自身原因需放弃部分行程的，或游客要求放弃部分住宿、交通的，均视为自愿放弃，已发生费用不予退还，放弃行程期间的人身安全由旅游者自行负责。
（4）团队游览中未经导游同意的情况下，不允许擅自离团。如中途单方解除合同离团的，则旅行社仅退还尚未实际发生的费用。旅行社不承担游客中途离团后包括人身、财产安全保障义务在内的各项合同义务。
（5）如遇台风、暴雪等不可抗因素导致无法按约定行程游览，行程变更后增加或减少的费用按旅行社团队操作实际发生的费用结算。
（6）出游过程中，如产生退费情况，以退费项目旅行社折扣价为依据，均不以挂牌价为准。
- **差价说明**：（1）赠送项目，景区有权依自身承载能力以及天气因素等原因决定是否提供，游客也可以选择参加或者不参加。
（2）如遇区域性促销活动，产生不同预订城市价格差异，差价不予退还。

- **出团通知**：出团通知最晚于出团前1天发送，若能提前确定，我们将会第一时间通知您。
- **意见反馈**：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。
- **温馨提示**：1、兰州集结日，如果由我们公司负责安排住宿，我社将统一安排指定宾馆，第二天出发时，我公司将安排导游、司机去接；若游客自行安排宾馆，第二天出发时，需游客自行前往集合地点集结，由住宿宾馆至集结地点交通费用由游客自理。2、兰州集结日，抵达宾馆时游客按照我公司工作人员前天晚上通知的入住方式自行办理入住手续，办理入住手续时，游客需要向宾馆前台缴纳一定数额的押金，第二天退房时宾馆工作人员在查房无异议后会全额退还。3、说明：请游客报名时，提供本人及同行者有效身份证号码及姓名、及出发时携带的手机号并保持畅通。4、儿童费用说明：1.4米以内儿童含当地旅游车位、导游等，产生其它费用自理；宾馆提供免费早餐的，因宾馆是按床位免费提供，因儿童不占床，有些宾馆早餐厅可能会现收取儿童早餐费用，具体以宾馆为准。5、单房差说明：因全程是按一个床位核算的成本，若产生单男或单女，我公司将尽量协调与其它同性游客拼住，如不愿拼房或未能拼上房，需补足房差以享用整个房间。标明住多人间或蒙古包多人间者无需补足房差，帐篷则是按整顶核算，如产生单人也需要补齐差价。6、游客如有特殊优惠证件如教师证、记者证、军残证等等，请在导游购票前提前交与导游，导游将按照旅行社团队门票折扣价，并根据景区的相关规定，退还优惠后的差价。7、目前茶卡盐湖还正在整修阶段，预计2017年5月1日起开园接团；若5月1日前抵达的游客，茶卡盐湖还没开园，我社将现退游客门票50元，行程游览的顺序进行相应的调整。8、因西北地区条件所限，住宿、餐饮等与发达省份相比存在较大差距；西北旅游线路景区与景区之间相距较远，如有晕车或其它不舒服者，请提前做好相关准备，上车前与导游、司机沟通，导游、司机将尽可能的给予照顾。有些路段政府限速，可能造成用餐不准时，请游客提前准备好佐食，并予以理解。9、因天气、交通、政府行为等不可抗力的非旅行社原因造成的行程延误或损失，由游客自理，旅行社不承担任何责任及后果。10、旺季接待紧张，我公司有根据天气、政府行为（如青海湖环湖赛等）、景区客流调控、堵车、泥石流塌方等情况临时调整行程游览顺序及调整住宿地点的权利。11、旅行参考装备：①、拉杆箱（平时放到车上或宾馆里），摄影包或腰包；②、必备的衣物：冲锋衣、抓绒衣、速干衣、保暖衣等，太阳帽、太阳镜、舒适的旅游鞋；③、感冒药、肠胃药、消炎药、维他命、创可贴、风油精；④、防晒霜、润肤霜、护手霜、润唇膏等；⑤、各种数码产品、充电器、摄影器材（摄影发烧友必备）等；⑥、备一些干粮、水果、零食、保温水壶；⑦、洗漱用品、换洗衣物；⑧、本人及同行者的有效身份证件（身份证、户口本等）。12、本团区别传统的旅游团队，导游领队不提供保姆式服务，对参加游客的安全、环保、守时及团队协作精神要求较高，大爷心态、凡事挑剔、无时间观念者请绕道。13、行程中所列时间点、段，仅供参考，因不可抗因素如堵车、塌方等，会延后、延长，具体以实际安排为准。青海旅游注意事项1、7-8月份属于青海旅游高峰期，青海湖、塔尔寺返程路段比较容易拥堵，抵达西宁、兰州的时间无法预料，为避免影响您的行程，建议安排次日返程航班或车次离开！2、西宁虽然地处大西北，气候却相对比较平稳，尤其盛夏气候凉爽，是天然的避暑胜地。每年5月至9月，是西宁最佳旅游季节。西宁市属大陆性高原半干旱气候，气压较低，日照长，太阳辐射强，游客要注意防晒，而且日夜温差大，早晚要注意保暖。3、西北大部分地区地处高原(黄土高原)海拔通常在800——3000米左右，青藏高原平均海拔超过3000米，大气含氧量只及平地七成左右，初到者往往有轻微高原反应，反应因个人体质不同而表现各异，属正常现象。4、旅游者可能有轻微头昏、头痛或食欲减退等症状，要多饮水，注意休息，行动不要过剧、过急。活动时，请根据自身身体状况，不要勉强，建议最好不要抽烟、饮酒；准备一些葡萄糖(冲水)等增强体力，另请准备百服宁、晕车

药、必理痛、保济丸、高原安等药品。5、受旅游地自然条件限制，景点沿途餐厅的条件与内陆旅游发达地区相比较，无论从软硬件设施或饭菜质量都有一定的差距，且北方大部分地区口味偏重，喜辛辣，但我们会尽最大努力与餐厅协调，满足不同地区不同游客的需求。6、西北地区民族众多，受宗教影响，风俗习惯各异，游览时(如进寺庙)，请谨记地陪宣布有关旅游的注意事项，入乡随俗，最好不要提及有关少数民族的政治问题，配合好地陪工作。7、藏族地区禁忌：● 忌食狗肉、马肉、驴肉。● 未经许可，不要偷看藏族天葬。● 藏族敬酒、茶，要尽量喝，如确实不能喝，要恳切说明取得对方的谅解。● 藏族敬献哈达时，需双手接住挂在脖子上或直接挂在脖子上，不能立即取下。8、拍摄禁忌：● 一般寺庙内是严禁拍摄的，偷拍后果十分严重。有些地方注明付款后才可拍摄，如有需要，请按当地规定执行；● 拍摄人物，尤其是僧侣、妇女，取景前一定要经对方允许，以免不必要的麻烦；● 在野外拍摄时，谨记安全第一，注意自身身体状况，请大家保管好随身的拍摄器材，谨防丢失。● 青藏高原紫外线强，拍片时注意调整光圈，以免曝光过度。

违约责任提示

旅游者在出发前提出解除合同的，应当按下列标准承担退团损失：

- 出发前14日及14日以上(按出发日减去解除合同通知到达日的自然日之差计算，下同)，按费用总额5%
- 出发前13日至7日，按费用总额30%；
- 出发前6日至4日，按费用总额50%；
- 出发前3日至1日，按费用总额60%；
- 出发当日，按费用总额80%。
- 若甲方所预订的旅游产品在目的地停留的日期部分或全部处在元旦、春节、清明节、劳动节、端午节、中秋节、国庆节，鉴于资源的特殊状况，甲方解除协议时，须按费用总额的95%向乙方支付业务损失费；

更多优质线路，请关注途牛微信号



途牛服务号



途牛订阅号

要旅游，找途牛！