

<甘南+色达+年保玉则+川西北虔诚9日游>心灵的净土是色达，心灵的洗涤天葬的过程，东方小瑞士郎木寺，全程高档酒店

产品ID：210232846

产品特色

产品特色

产品特色详情

色达是一片心灵的净土，这里的人终日只做一件事，就是修行，这里的黄昏过于漫长，每天日落时分，当中国的城市从东边开始一座座沦陷于黑暗，它依然笼罩在万丈光芒之中，金色的黄昏，红色的房屋，闪着光的佛塔，似乎在海拔4200米的这里，你能找到永恒。

在这里，你可以听课诵经，也可以静坐观心，无关世俗，只求信仰；远离都市的烦躁，置身于一心朝圣的喇嘛觉姆中，感悟那份静默，勤勉，纯粹、质朴。

走进喇荣****，近距离观看天葬的全过程，虔诚的接受一次心灵的洗礼.....

从视觉和心灵上得到无比震撼。

前言

有一种无力感是坐在格子间，手握鼠标，点击页面，窗外，还是蜂巢般的窗，方格擦着方格，而这里，你看到的将是一个完全不同的世界，那是一份虔诚的呼唤，来自寺院的呼唤，那是一份豪迈的呼唤，来自藏族人民的呼唤，黄河岸边的羊皮筏子，草原里舒展奔跑的藏羚羊、五彩经幡、长头跪拜。只为祈福。

只为可以与你相遇

那一刻 我升起风马 不为祈福 只为守候你的到来。。。

那一日 垒起玛尼堆 不为修得 只为投下心湖的石子。。。

那一年 磕长头匍匐在山路 不为覲见 只为贴着你的温暖。。。

那一世 转山转水转佛塔 不为修来生 只为途中与你相见。。。

一路向南，感受虔诚信仰。

深深感受到古往今来人神共创的辉煌文化；亲身体验沧海桑田、时光流逝是何等无情与无奈，人生在历史的长河中是何等短暂。

夏河生活区的那一座的寺庙

规模仅次于布达拉宫，我国藏传佛教格鲁派（黄教）六大宗主寺院之一。一个非常不错的藏族小寺庙，宏伟的寺院，可以感受到藏民的虔诚。古朴典雅，铜质鎏金，屋顶有鎏铜瓦和绿色琉璃瓦。整个建筑庄严巍峨、宏伟壮观。具有藏民族独特风格。

问答模块

可能有亲亲会比较关注这些问题：

♥汽车选择：**越野车或SUV，山路较多，不推荐轿车出行

♥温馨提示：

1.请选择故障率低的车辆自驾，并在出发前做系统性的全面保养。加固水箱散热器支架、上下水管的备用以及自备润滑油、风扇皮带，是保证车辆正常行驶的关键。

2.自带车客人，油路费还请自理

二、可升级方案一：落地租车自驾

如果您觉得自己开车太远，我们提供租车服务，价格低于市场价，为您的旅途提供方便（4人1车，不足4人需补齐车位差）

♥可选择车型：

①标配车型：名爵锐行 / 别克凯越 / 大众朗逸等；

费用：增加400元/人，车位差340元/位

②升级车型：本田CRV/起亚狮跑 / 现代途胜等SUV车型，4人一辆车

费用：增加元600/人，车位差525元/位

③高级车型：普拉多 / 牧马人 / 丰田4500等越野车型，4人一辆车

费用：增加1200元/人，车位差900元/位

♥特别保障：

1.智能租车还车及安全定位系统

2.3年以内新车。

3.所有车辆已购买交通强制保险，商业保险第三者赔付额为20万元，车内乘客座位险为5万元，赠送10万元/人自驾游意外伤害保险。

♥温馨提示：

1.不含油料、路桥费，租车费和商务车代驾司机费用

2.提车时需押金10000元，违章3000元，

3.取车地点（兰州），还车地点（兰州，也可异地还车，根据路程公里数收取服务费）

三、可升级方案二：落地拼车/包车自驾

如果您觉得自己开车太累或不会开车，我们可提供拼车或者包车服务，专业司机全程陪同，让您体验纯玩的乐趣。

♥车型：商务车

费用：增加1400元/人，6人1车（含司机），如需包车，可补齐车位差713元/人

♥温馨提示：

1.已含油料、路桥费，租车费和商务车代驾司机费用

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 全国各地 🚗 兰州

自由活动

全天 提前到的车友们

这一天来自全国各地的车友集结兰州，在指定酒店集合，全天报到。规定时间大堂集合，领车贴，对讲机，分发车钥匙及手续，主驾驶员试车，考核，查验车辆安全状况，登记路码表及油量，签订租车协议，缴纳交通违章保证金。

备注：☆中午12：00以前抵达的客人可以打车或者干脆步行前往--参观黄河流域非常古老的灌溉工具—古水车园。☆瞻仰中华民族的摇篮—黄河母亲雕塑，天下黄河**桥—中山铁桥，广场照相留念。☆可以自费乘坐羊皮筏子黄河漂流体验或者乘船游览黄河风情线。



早餐：敬请自理； 午餐：敬请自理； 晚餐：已含

晚上

建议时间：1小时

欢迎晚宴

烤全羊是目前肉制品饮食中*健康*环保*绿色的美食了，烤全羊外表金黄油亮，外部肉焦黄发脆，内部肉绵软鲜嫩，羊肉味清香扑鼻，颇为适口，别具一格。以欢迎晚宴的形式开启我们的愉快之旅。

备注：1) 欢迎晚宴结束后，喜欢泡吧的你可以约上三五个好友到甘南路酒吧一条街的吧里坐一坐，跟随自由的音乐放逐灵魂，让疲惫的身心找一个角落宣泄。夜幕降临，华灯初上，这条街道便被七色的霓虹浸泡起来，啤酒麦芽和爆米花的醇香开始在夜色中游走，一间间自成风格的酒吧、KTV，把甘南路调制成一杯杯鸡尾酒，闪着炫人的光，让人幸福、自由、纵情。



住宿·兰州白云宾馆（东楼） 高档型

晚上

兰州白云宾馆（东楼）位于白塔山半山处，南临美丽的母亲河——黄河，坐拥翠柏峻岩环抱的白塔山风景区，距离兰州市著名地标中山铁桥咫尺之遥，与旅游景点白塔山公园、龙源、碑林紧密相依，步行可达。酒店与“黄河母亲”雕像、水车园、小西湖隔河相望，地理位置**。

兰州白云宾馆为兰州市城市发展投资公司投资建设，定位为兰州市政府接待定点单位，建筑风格为仿明清建筑，体现西部建筑艺术特点，总建筑面积为6500平方米，外观宏传、古朴雅致、装修舒适、设施齐全、环境优雅。

白云宾馆拥有舒适温馨的客房，设施一应俱全。同时，可与金城山庄共同承接各类会议、活动、宴席。浓情细致的服务，令您尽享至爱关怀，无论度假、商务、宴会、培训都是您理想的选择。

D2

第2天 兰州 🚗 夏河县



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

上午

建议时间：20分钟

兰州白云宾馆

在住宿酒店一个电梯的距离就可以体验当地的美食。



兰州 🚗 夏河县

上午

在路途出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约240公里。



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

下午

建议时间：1小时

在中午我们安排大家在夏河用当地较有特色的美食。



景点·拉卜楞寺

下午

🕒 游玩时长：约2小时30分钟

拉卜楞寺，位于甘肃省甘南藏族自治州夏河县（拉卜楞镇）县城西边约1公里处。始建于清康熙四十八年（1709年），经历代寺主嘉木样活佛和广大僧众的开发，已成为包括显、密二宗，有闻思、续部下、续部上、医学、时轮、喜金刚六大学院，108个属寺和八大教区的大型寺院。是西藏以外，藏传佛教格鲁派的又一中心，朝圣者终年不断，*盛时寺内僧侣达4000人。



景点·甘加草原

🕒 游玩时长：约4小时10分钟

甘加草原位于夏河县城西北20公里，周围群山环绕，是一处典型的高原草地，理想的天然牧场。每到夏季，整个草原碧绿如茵，好似一块天然的绿色大地毯，鲜花盛开，繁花似锦，姹紫嫣红，争奇斗妍，牛肥羊壮，空气凉爽宜人，顿感心襟开阔，心旷神怡；蓝天、白云、绿草浑然一体，央曲河和央拉河蜿蜒流淌，犹如一条洁白的哈达飘落在草原上，构成了一幅美丽的彩色油画。甘加之有名，不仅因诞生了拉卜楞寺创建者**世嘉木样大师而闻名，更因在苍茫牧草中还隐藏着许多难以解读的历史奇观和自然奇景而蜚声。

备注：在【八角城】拍照留念，这里开发的比较晚，算不上正规在旅游景区，也是常规旅游团队**不会安排的地方，我们会留充足在时间，让大家在这里深度游玩，体验原生态在自然景观之后，



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

晚上

夏河

在夏河县自己找寻当地美食。



住宿·夏河民航大酒店

下午

临近著名的拉卜楞寺，俯视大夏河，遥望桑科草原、神秘的宗教文化。独特的藏族风情与美丽的草原风光在此展现。

D3

第3天 夏河县 🚗 郎木寺



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

上午

建议时间：20分钟

夏河民航大酒店

在所居住的酒店用餐，不用走太远的路就可以体验当地美食。



夏河县 🚌 郎木寺

上午

在路途中出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约190公里。途中游览高原湖泊—【尕斯库勒湖】，国家候鸟自然保护区尕斯库勒湖野生动植物资源丰富，水草茂盛，是珍稀鸟类南迁北返的落脚点和繁殖地。



景点·郎木寺

下午

🕒 游玩时长：约2小时

郎木寺由藏语地名“达仓郎木”演化而来，是一个囊括了川、甘两省的地名，两省依照地名法的相关规定，规范的写法均应为“郎木寺”。现在的郎木寺属于川甘两省分治，具体划分为甘南藏族自治州碌曲县下辖的郎木寺镇和四川省若尔盖县红星乡下辖的郎木寺村，地图上有明确的界限，实际上两省百姓混居，很难界定。现在的郎木寺地区设有两座格鲁派佛教寺庙：位于四川若尔盖的达仓郎木格萨尔寺（简称格萨尔寺）、位于甘肃碌曲的达仓郎木赛赤寺（简称赛赤寺），还有两座分属***教派中“格的木”派和“伊和瓦呢”派的***。



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

晚上

建议时间：1小时

推荐美食：三五个车友结伴而行到郎木寺镇上选个满意的餐厅点菜吃，或者去泡泡丽莎咖啡屋，品尝著名的“阿波派”。再到神仙居泡上一杯酥油茶，点上一盘糌粑，再来几个藏包，喝它一壶青稞酒。



住宿·郎木寺国际大酒店

晚上

郎木寺**一家四星级酒店！拥有地上、地下200个免费停车场！集餐饮、住宿、停车、商务、会议、旅游休闲为一体

D4

第4天 郎木寺 🚌 唐克 🚌 瓦切 🚌 阿坝县



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

上午

建议时间：1小时

郎木寺国际大酒店

在所居住的酒店用餐，不用走太远的路就可以体验美食。



郎木寺 🚌 阿坝县

上午

在路途中出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约250公里。



景点·九曲黄河**弯

上午

🕒 游玩时长：约1小时20分钟

黄河**湾地处草原腹心地带，一路斗折蛇行，缓缓向东流到四川，在索克藏寺前与白河相汇合，突然又折回向西北而去，型如“S”型，从而形成了荡气回肠的黄河九曲**大湾



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

下午

唐克乡体验美食

在唐克乡自行寻找体验当地较有特色的美食。



唐克乡 🚗 阿坝县

下午

在路途中出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约150公里。途中远观【瓦切塔林】，如需停车入内参观，请自理门票并通知领队提前做好安排



住宿·阿坝县日月大酒店

晚上

阿坝日月大酒店环境幽雅，房间内整洁卫生，酒店位于迎宾路48号，酒店周边餐饮、超市、娱乐场所齐全，无论阁下是商务旅行还是休闲度假，这里都是您**的选择。

D5

第5天 阿坝县 🚗 久治县 🚗 年保玉则 🚗 班玛县



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

上午

建议时间：20分钟

阿坝县日月大酒店

在住宿酒店用餐，不用走太久就可以体验当地美食。



景点·青海久治年保玉则国家地质公园

下午

🕒 游玩时长：约5小时50分钟

年保玉则国家地质公园于2005年9月19日由国土资源部正式批准授牌。青海久治年保玉则国家地质公园，面积2338平方公里，年保玉则主峰5369米。



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

下午

景区内



年保玉则 🚗 班玛县

下午

在路途出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约140公里。



住宿·班玛莲花大酒店

晚上

青海省班玛县莲花宾馆，位于文成公主与公赞干布举大婚礼的果洛。

D6

第6天 班玛县 白玉乡 年龙寺 色达县



早餐：敬请自理； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

上午

班玛莲花大酒店

在住宿酒店里用餐不用走太久就可以体验当地美食。



班玛县 色达县

下午

在路途出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约137公里。提示：班玛到年龙寺的道路比较窄，都是水泥路面，车友们一定要听从指挥，安全行车。不过，过了年龙寺路况就非常好了，欣赏着沿途美丽的风景



景点·喇荣*****

下午

游玩时长：约4小时10分钟

色达*****偏居于四川省甘孜藏族自治州色达县城郊，距色达县城20余公里处，有一条山沟叫喇荣沟，顺沟上行数里，就是举世闻名的*****，也称*****。*****是世界上规模很大的藏传佛学院之一。



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

下午

中午餐没有办法安排，请大家自带方便食品或者去体验一下素斋也非常不错



住宿·色达格萨尔大酒店 普通型

晚上

客房整洁，宽敞明亮，环境卫生，性价比较高。

D7

第7天 色达县 达日县 玛沁县 贵德县



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

上午

色达格萨尔大酒店

在住宿酒店用餐，不用走太久就可以品味美食。



色达县 贵德县

上午

在路途中出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约770公里。

备注：今天的行程比较辛苦，也很枯燥。不过，我们的向导会通过电台让大家互动，表演节目，打发无聊的时光。也许这几天你早已经有了视觉审美疲劳。不过翻越海拔4677米的玛积雪山垭口对你来说多少有些挑战。沿途都是美丽的草原风光，我们会选择几处漂亮的拍摄点停车，让大家稍事休息，



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

建议时间：1小时

达日大酒店

在酒店品尝当地美食。



景点·贵德玉皇阁

下午

贵德玉皇阁是***文物保护单位，位于青海省贵德县河阴镇，始建于明万历二十年(1592年)，清道光十七年（1837年）扩建，光绪年间（1875-1908年）重建，为三层楼阁，通高26米，建于9.9米高的砖包土筑台基上。



早餐：已含； 午餐：已含； 晚餐：敬请自理

晚上

贵德市

在贵德市自行去找寻美食。



住宿·贵德温泉大酒店

晚上

贵德不仅以明清古城闻名，也因高原药浴温泉而名动青海。贵德温泉在明朝就有记载，利用热浴治病至今已有600多年的历史。数百年来它以其独特的疗效吸引着川、新、内蒙、宁、甘、陕、藏及省内游客。

D8

第8天 贵德县 🚗 塔尔寺 🚗 西宁 🚗 兰州



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：已含

上午

贵德温泉大酒店

在住宿的地方用餐，不用走太久就可以体验美食。



贵德县 🚗 兰州

上午

在路途中出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约320公里。以一种全新的姿态驾车返回兰州



景点·塔尔寺

下午

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。途中游览藏传佛教格鲁派六大宗主寺院之一的【塔尔寺】，欣赏如意八塔,大小金瓦殿，佛教艺术三绝：壁画，堆绣，酥油花。在这宁静的寺院中你不时都会与双手合十、双膝跪地朝拜的信徒相遇，时间和空间对他们来说仿佛都凝固了，这时耳边传来信徒们空灵的诵经声声，让人一时忘却了都市的繁华与喧闹，抱怨与仇恨，在平和、宁静的气氛中完成一次精神之旅。



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：已含

下午

建议时间：1小时

塔尔寺

塔尔寺附近找个餐馆，自行寻找当地美食。



塔尔寺  兰州

下午

在路途中出现的时间根据路况会加长或缩短，真实路况来定。路程约300公里。



早餐：敬请自理； 午餐：敬请自理； 晚餐：已含

晚上

建议时间：1小时20分钟

兰州烤全羊

在兰州来一次烤全羊，作为此次旅途的欢送宴。



住宿·兰州白云宾馆（东楼） 高档型

晚上

兰州白云宾馆（东楼）位于白塔山半山处，南临美丽的母亲河——黄河，坐拥翠柏峻岩环抱的白塔山风景区，距离兰州市著名地标中山铁桥咫尺之遥，与旅游景点白塔山公园、龙源、碑林紧密相依，步行可达。酒店与“黄河母亲”雕像、水车园、小西湖隔河相望，地理位置**。兰州白云宾馆为兰州市城市发展投资公司出资建设，定位为兰州市政府接待定点单位，建筑风格为仿明清建筑，体现西部建筑艺术特点，总建筑面积为6500平方米，外观宏传、古朴雅致、装修舒适、设施齐全、环境优雅。白云宾馆拥有舒适温馨的客房，设施一应俱全。同时，可与金城山庄共同承接各类会议、活动、宴席。浓情细致的服务，令您尽享至爱关怀，无论度假、商务、宴会、培训都是您理想的选择。

D9

第9天 兰州 - 各地



早餐：已含； 午餐：敬请自理； 晚餐：敬请自理

晚上

建议时间：20分钟

兰州白云宾馆

在白云宾馆用早餐。不用走太久。



自由活动

下午

结束行程

可自行安排，或者返回温暖的家。

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

- **用餐**：行程中团队标准用餐，全程8早4正（正餐餐标50元/人，八菜一汤，十人围桌）（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，拉卜楞寺、郎木寺、九曲黄河第一弯、年保玉则国家地质公园、扎尕那。
- **儿童价标准**：儿童价特殊说明:儿童收费标准：1.1-1.4米儿童收费不占床、不含门票；其他服务标准与成人一样。
- **其他**：车辆编队台数不足5台车，我们将派出经过专业培训的司机兼领队，提供全程带队服务。车辆编队台数5台车以上派领航指挥车1台，如果车辆编队总台数在15台车以上将再配备保障车1台，车辆编队总台数20台车以上的大型活动再加派工作车1台。领航指挥车，保障车，工作车都配备大功率车载电台，所有车辆都配备充电式便携手台一部。

费用不包含

- **单房差**：单房差（如遇单男单女请预付单房差1300）。
- **门票**：行程中注明需要另行支付的自费景点（）。
- **其他**：全国各地往、返兰州的大交通费用；租车押金3万元；违章押金3000元；客户自带车或者租车，自带车或者租车客户全程油路费、停车费、维修费；其他个人消费等
- **旅游意外险**：旅游人身意外保险

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。
- **住宿**：按2人入住1间房核算，如出现单男单女，尽量安排该客人与其他同性别团友拼房；如不愿拼房或未能拼房，请补齐单房差以享用单人房间。
- **团队用餐**：十人一桌，八菜一汤，人数不足十人时，在每人用餐标准不变的前提下调整餐食的分量。
- **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。

- **购物**：当地购物时请慎重考虑，把握好质量与价格，务必索要发票。
- **差价说明**：
 - (1) 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。
 - (2) 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。
 - (3) 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**：在办理提车手续时缴纳的车辆交通违章保证金。将从今天起在20个工作日内查询交通违章记录，没有违章的当天退款到预留银行账户，有违章的可自行处理或者委托我公司代查，代扣分（150元/分），处理违章费用缴款完毕后退回剩余款项到预留银行账户，违章押金不足的请车友转账支付处理。

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7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！