**会销--泸沽湖双飞7日游（兰州飞成都）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SC1603263762Tc | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 四川省-西昌市 |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 兰州成都MU6392 06:15-07:55 成都兰州MU6391 22:50-00:20 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 泸沽湖.亲爱的客栈.环游王妃岛.螺髻九十九里瀑布温泉.邛海湿地公园.礼州古镇.最美雅西高速.成都人民公园.宽窄巷子.锦里古街-兰州飞成都体验慢生活西昌深度双飞7日游【西昌】：中国“小三亚”“四川后花园”“阳光之城”年平均气温21℃左右【泸沽湖】：神仙居住的地方，年平均气温17℃左右.5-10月可观泸沽湖特有的花种-“水性杨花”【螺髻九十九里温泉】：世界最大温泉瀑布、世界唯一氡温泉群岛、洞穴温泉、世界仅有挂壁温泉、悬崖玻璃温泉泳池、常年水温30℃-40℃【邛海】：一颗璀璨的明珠，海鸥成群，碧水秀色，草茂鱼丰，珍珠硕大，美不胜收【观西伯利亚红嘴鸥】：10月底红嘴鸥的西南最佳观赏地-泸沽湖和邛海 【最美雅西高速】：地势险峻被称作天梯高速、云端上的高速公路【礼州古镇】：礼州历史悠久，曾七朝设县郡，五代置州所【成都人民公园】：成都人民公园占地112639平方米，是一座集文化文物与休闲娱乐于一体的综合性园林。“AAAA&quot;级旅游景区【宽窄巷子】在这里您可以体验到快成都里的慢生活，这里有非常多的小吃，您可以边吃边逛【锦里古街】：早在秦汉、三国时期便闻名全国。现在的锦里古街是以明末清初川西民居作外衣，三国文化与成都民俗作内涵 产品特色 ★产品特色:兰州直飞成都，免去舟车劳顿。体验成都慢生活.全程0自费（1价全含）★防疫安排：配备额温枪，全程均在防疫达标餐厅用餐，防疫达标酒店住宿，安全无忧。★网红打卡:世界最大最炫的螺髻九十九里温泉瀑布景区（请自带泳衣）★网红打卡:全景360度环泸沽湖-走婚桥，万亩草海，情人滩，里格半岛★网红打卡:西昌邛海国家湿地公园★网红打卡:手划猪槽船/环游王妃岛/亲爱的客栈★特别赠送：泸沽湖体验古老猪槽船★特别赠送：品尝特色美食摩梭铜火锅 ★特别赠送：情迷摩梭歌舞表演+跳锅庄晚会★特别赠送：摩梭百年古村落，漫步小桥、流水、人家！触摸古树、古巷、鲜花★餐食安排：“邛海醉虾”“摩梭铜火锅” “蒸汽石锅鱼” 备注：赠送项目，不参加不退费。报团前请务必提供正确的证件名字和号码，如果名单错误产生一切后果自负！ 天数简要行程早餐中餐晚餐住宿地第一天兰州直飞成都机场T2接站-西昌-邛海-酒店自理自理自理西昌第二天西昌-泸沽湖酒店行程包含铜火锅泸沽湖第三天泸沽湖-摩梭古村落-手划猪槽船酒店行程包含石锅鱼泸沽湖第四天泸沽湖-锦玺阁-西昌酒店行程包含邛海醉虾西昌第五天七彩综合文化馆-胜景绿阳-九十九里瀑布温泉-西昌酒店行程包含自理西昌第六天苦荞基地-礼州古镇-成都酒店行程包含自理成都第七天成都人民公园-宽窄巷子-锦里古街-双流机场T2-直飞兰州酒店自理自理自理以上为参考行程。我社保留调整景点先后顺序的权利，望周知。详细行程第1天兰州直飞成都-汽车-最美雅西高速-西昌-邛海 （参考航班：MU6392 06:15-07:55） 早餐：自理中餐：自理晚餐：自理宿:西昌兰州抵达成都后，我社派车接机乘车前往西昌，途径雅西高速公路由四川盆地边缘向横断山区高地爬升，每向前延伸一公里的平均海拔高程就将上升7.5米，穿越大西南地质灾害频发的深山峡谷，地形条件极其险峻、地质结构极其复杂、气候条件极为多变、生态环境极其脆弱、建设条件极其艰苦、安全营运难度极大，被国内外专家学者公认为国内乃至全世界自然环境最恶劣、工程难度最大、科技含量最高的山区高速公路之一，地势险峻被称作天梯高速、云端上的高速公路。到达西昌后游览邛海国家级风景区湿地公园自由活动。离开尘世逃离雾霾；告别喧嚣，来这里，给你慵懒、让你发呆；这里自然闲适、清净虚远，如邛海般宽容，这里淡泊宁静、风景独好，如月亮般温柔。在美丽的景致里，在悠然自得的时光里，给心灵放个假，还它一份安宁。游览后入住酒店，自由活动。 第2天西昌-泸沽湖（已包含：旅游车环湖游）早餐：酒店内午餐：行程包含晚餐：摩梭铜火锅宿：泸沽湖特色客栈早餐后乘车前往神秘的“女儿国”泸沽湖，路途不是很远，就是翻过两坐大山，磨盘山和小高山，跨过著名的河流—-被《中国国家地理》称作充满女性文化的河流--雅砻江，在当地称大金河。车窗边是盐源万亩苹果园，中午盐源午餐（实际午餐时间及地点以当天实际安排为准）后，抵达泸沽湖入住酒店，晚餐享用摩梭铜火锅。后参加泸沽湖歌舞晚会-情迷摩梭歌舞晚会（约60分钟），摩梭姑娘、小伙手把手交你跳摩梭甲搓体舞，醉在歌舞海洋。友情提示：1、西昌至泸沽湖车程时间比较长，晕车的游客可提前吃一片晕车药。 住宿安排：当地为少数民族聚集地，使用太阳能供应热水,无空调。 第3天泸沽湖（已包含：手划猪槽船、摩梭古村落）早餐：已含午餐：行程包含晚餐：石锅鱼宿:泸沽湖特色客栈早餐后前往码头乘坐摩梭人独特的交通工具—赠送手划猪槽船游览草海（赠送环游王妃岛+打卡亲爱的客栈，配备专业工作人员，划船时间约60-90分钟，行程包含），途中可以看到泸沽湖独有的，水草花-波叶海菜花（登船起点景区管理局规范管理的正规码头：四川博树/五支洛码头划船至王妃岛），领略湖中三色（湖上之舟、舟上之人、人之歌声，听泸沽湖动人传说）。参观摩挲人淳朴民风，进行摩梭古村落家访，摩梭人依山傍水而居，传统住宅独具风格。房屋皆用圆木或方木垒墙，以木板覆顶(现多已盖瓦)，一般由四栋二层楼房经戒四合院，分正房、花楼、经堂、门楼。其建筑结构与宗教信仰、婚姻形态和家庭组织相适应。泸沽湖沿湖村落棋布，民房建筑风格奇特，摩梭人占人口的94%，是典型的摩梭人聚居村落，拜访母系氏族并有着走婚习俗的摩梭人家庭，深入了解摩梭人的风俗习惯。后游览云南段《内容：环湖自然景观、手捧金山，情人树沙滩，里格半岛观景平台等景观》，晚餐享用-泸沽湖特色，摩梭餐-石锅鱼（行程包含） 友情提示： 1、住宿安排：当地为摩梭民族聚集地，无空调，当地使用太阳能供应热水。 2、早餐在泸沽湖客栈用，食品以客栈提供的为准。 3、以上赠送项目如不能正常举行或游客自愿放弃的，费用不退。 第4天泸沽湖-锦玺阁-西昌早餐：已含中餐：行程包含晚餐：邛海醉虾宿:西昌酒店早餐后锦玺阁，锦玺阁所属泸沽湖农业矿产观光园区。这里集农业开发，旅游观光，矿石开发；南丝，玉石加工批发零售于一体大型博览园。这里有整个泸沽湖最大的摩梭文化，藏传佛教的玛尼堆。在泸沽湖古老的摩梭族实行的是母系氏社会制，没有明确的婚姻制度，就出现了只有摩梭人才独有的“走婚”而玉就成为摩梭人情投意合的定情信物。“君送我一支冰清玉洁，我还君一生守身如玉”。可以看出玉在摩梭人心里的神圣地位。参观结束后告别美丽的泸沽湖，乘车经盐源县返回西昌；车程约6.5小时左右，下午到达西昌后，晚餐享用邛海醉虾。后入住酒店 第5天七彩综合展馆-胜景绿阳寝具中心-螺髻九十九里瀑布温泉-西昌-酒店早餐：酒店内中餐：行程包含晚餐：自理住宿：西昌早餐后前往七彩综合展览馆和胜景绿阳寝具中心。午餐后乘车前往【螺髻九十九里瀑布温泉景区（包温泉门票+观光车）享受世界最大温泉瀑布 世界唯一氡温泉群岛 洞穴温泉世界仅有挂壁温泉 悬崖玻璃温泉泳池】。螺髻山的大漕河温泉瀑布将温泉和瀑布为一体，海拔为1700米，深藏在密林覆盖、古藤缠绕、风光无限的青山怀抱中。走进幽深的大峡谷，身在百米之外，未见其影，先闻其声，吼声如雷的巨响传遍整个山谷。如雷贯耳的温泉瀑布从山腰分三级冲天而出，第一级瀑布从绝壁泉眼中喷薄而出，飞泻而下，无人可攀。第二级瀑布飞流约7米处，从一个隘口灌进岩腔，瀑流飞坠入山崖，迸珠溅玉、掷地有声，天成一个长10米、宽2米、水深齐腰，可同时容纳20余人沐浴的浴池。瀑布飞泻的第三级，水帘洞泻下洁白如玉的水帘挂在凹岩上，泉水分散、瀑面更宽，犹如彝家洁白的“察尔瓦”披毡）披挂在崖石之上。瀑布四周的景观妙趣天成，交相辉映。在螺髻山温泉沐浴，听滴水弹琴、享神奇泉韵、观四周景色，与万物相融，恍若人间幻景。游览后返回西昌市区入住酒店。 第6天苦荞基地-礼州古镇-成都早餐：酒店内中餐：行程包含晚餐：自理住宿：成都早餐后参观苦荞基地和礼州古镇，【礼州古镇】礼州历史悠久，曾七朝设县郡，五代置州所，有“蜀军安营驻戌，太平军筑台吊鼓，工农红军打富济贫”等光辉史迹，为南丝绸之路牦牛古道驿站。镇境内有三处古城和新石器遗址，曾出土文物千余件。是西昌的北大门和各民族进行政治、经济、文化交流的重镇。1995年1月14日，经省政府批准，礼州镇被列为四川省级历史文化名镇。之后乘车前往成都！ 第7天成都-人民公园-宽窄巷子-锦里-直飞兰州（参考航班：MU6391 22:55-00:20） 早餐：酒店中餐：无晚餐：无住宿：无早餐后前往【成都人民公园】成都人民公园位于成都市区祠堂街少城路，占地112639平方米，是一座集文化文物与休闲娱乐于一体的综合性园林。公园始建于1911年，公园有金水溪、金鱼岛、盆景园等著名旅游景点。成都人民公园是一个集园林、文化、文物保护、爱国主义教育、休闲娱乐于一体的综合性公园。公园有全国重点文物保护单位一处、市级文物保护单位四处。成都公园是国家“AAAA&quot;级旅游景区。【宽窄巷子】游览，在这里您可以体验到快成都里的慢生活，这里有非常多的小吃，您可以边吃边逛，还可以体验一把老成都有名的采耳，让您流连忘返。晚餐后返回酒店休息。【锦里古街】游览。锦里曾是西蜀历史上最古老、最具有商业气息的街道之一，早在秦汉、三国时期便闻名全国。现在的锦里古街是以明末清初川西民居作外衣，三国文化与成都民俗作内涵，景区内有三国文化区，小吃一条街等，还有老茶馆，还有川剧变脸等表演，您可以边品茶边看表演，感受成都特有的川文化。 游览后根据航班时间安排送机。返程前往兰州，结束7天愉快的旅行！ 一、接待标准1、交通：旅游途中正规空调旅游车（确保一人一个正座）2、住宿：成都入住1晚指定酒店西昌入住市区3晚酒店（空调，热水，独卫，电视，干净卫生）泸沽湖入住2晚特色客栈（泸沽湖为当地摩梭特色客栈双人或者三人房间（干净、卫生、独立卫生间、电视热水、无空调，自备洗漱用品）（节假日西昌泸沽湖房源紧张，同团游客出现单男单女实行拼房）西昌参考酒店：彝州缘/凯悦/颐豪假日酒店/富森精品酒店/梦之蓝酒店/金盛酒店或同级泸沽湖参考客栈：喇氏庄园/祖母苑客栈/良栖客栈/海景客栈/阿妹/百灵/草海故事或同级 3、门票：九十九里温泉瀑布（门票+观光车）、泸沽湖（门票+环湖车）、邛海湿地公园、乘车环湖、猪槽船票 门票优惠不退4、用餐：6早8正餐。（团队餐不用不退）5、导游：优秀导游服务6、保险：旅行社责任险，旅游意外险。7、矿泉水。 二、【七彩综合文化馆】、【锦玺阁】、【胜景绿阳寝具展馆】 3个购物店+1个特产超市（苦荞基地）关于购物：旅游者已知晓参观地内包含购物环境。由于旅游者自行造成的停留活动时间延长不计算在内。如有购买行为，请索要购物凭证并妥善保管；旅行过程中景区内、停留点等配套自营或衍生设置的含有购物可能的场所：例如摩梭古村落，苦荞基地均非属于旅行社安排的单独购物环节，请您特别注意甄选，谨慎选择。在付款前务必仔细检查，确保商品完好无损、配件齐全并具备相应的鉴定证书，明确了解商品售后服务流程；我社不承担任何附带赔偿责任！三、团费不含个人消费、酒店入住匙牌押金四、儿童安排 儿童费用：只含当地车位、保险，其余均不含小孩超过1米2者，现询价位五、友情提示：西昌海拨1500米，泸沽湖海拔2700米，凉山州地处川西南，属高原季风型气候，四季不分明，天气干燥，昼夜温差大，全年平均气温18度，日照、紫外线强，除长外套外，任何时候来西昌都需要带防晒霜及防晒用品。西昌6月份平均气温18--32度，泸沽湖6月平均气温16--30度，早晚温差大，做好防晒工作。注意保持好心态！鞋子穿抓地的运动鞋，防水的舒适的保暖的。回程时可购买些凉山生态土特产，物美价格实惠。六、注意事项1.我社导游有权视具体情况合理调整行程中景点游玩顺序，但不减少行程中景点数量。2.如遇人力不可抗拒因素造成的行程变化和损失，本公司只负责协助解决，处理问题的费用由游客自理，旅行社不承担因此造成的损失及责任。3.如遇国家政策性调价，核准差价多退少补，如果客人自愿放弃行程景点的，不退团款。4.游客报名旅游时，请确定身体情况适应出行，如因自身情况产生的突发意外，旅行社不承担任何责任。旅行社已为游客购买旅游意外险，按旅游保险条例执行。5.此行程报价为优惠价，如客人放弃或老年人优惠门票差价，概不退补。6.此行程中途因客人单方面原因脱团，需补交脱团费800元/人 七、为确保您的出行安全，保护您的身体健康，做到联防联控，本社温馨提示如下：1.游客出发前请自行准备一次性医用口罩、消毒湿巾、口罩收纳袋等个人防疫装备。（口罩建议多备用几个，方便旅行期间及时更换）2.用过的消毒湿巾、纸巾，以及更换后的口罩不乱扔，应投入专用废弃物回收箱，避免病毒扩散传播。3.旅行期间请务必佩戴口罩，并配合当地工作人员进行体温检测。4.带团期间每名导游配备额温枪，每天早晚为游客测量体温，并做好记录。行程所用旅游车辆每天消毒，全程均在防疫达标餐厅用餐，安全无忧。5.如出现咳嗽、发热、气促等急性呼吸道症状，应立即告知跟团导游。6.强防护，不恐慌，信科学，不传谣。 一、西昌：1、西昌日照充足，天气晴朗，外地人去玩的话可能会感觉太阳过于灼热，男士可以带定鸭舌帽，女士可以涂上防晒霜。2、西昌虽然气候宜人，但是早晚温差大，而且许多景区在山区，气温较低，需要准备长袖衣服或者防寒外套；西昌天气变化快，记得备把雨伞；3、西昌位于高山地区的紫外线和天气的干燥，注意补水和防紫外线。4、注意饮食卫生，避免出现对当地饮食不习惯的情况。5、请注意身体，带好感冒药、止泄药、过敏药等常用药。6、当地是多种少数民族的聚居地，注意尊重当地民族风俗习惯；二、螺髻九十九里温泉瀑布①游客须知：1、景区内猿猴较多，请妥善看管好自己的物品。2、为了共享优美的风景，请爱护环境卫生，不乱扔垃圾。3、严禁烟火爱护一草一木，请服从工作人员的管理和动导。4、景区建设施正在完善中，如有不周之处敬请谅解，并留下您宝贵②温馨提示：1、泡温泉可使血管扩张、心跳加快、血压升高。有高血压、心脏病、癫痫及精神病病史人患有严重动脉硬化，癌症、白血病患者及各种急性疾病患者，泡温泉容易引起意外事件。2、泡温泉能促进血液循环，体力消耗大。处于饥饿状态或疲劳过度的人若泡温泉，可能会导致低血糖、曇厥。3、妇女月经期、有妇科炎症、怀孕初期与末期不宜泡温泉。4、过于疲劳和饮酒过量者不宜泡温泉。5、进入温泉池之前请认真评估自己是否适合跑温泉，建议百度一下。6、注意地滑。三、泸沽湖风景区1.要充分尊重当地少数民族的宗教及生活习惯。2.当地是不允许捕食湖中野鸭、采集各种动植物标本的。3.泸沽湖水温较低，哪怕在夏季游湖，长时间侵泡也足以把人冻僵。而且湖岸地形复杂，千万不要贸然到湖里游泳，以免发生意外。4.泸沽湖地区的医疗状况较差，最近的就诊地在永宁，那里有一家爱婴医院，两家私人诊所，离里格岛有十七八公里，如果有人需要帮助的话，可以找客栈老板，他们一般都很热心。5.泸沽湖昼夜温差大，早晚温度较低，天气变化明显，而且紫外线强，请备足防寒衣物、雨具、手电筒、太阳镜、防晒用品、护肤用品、唇膏油以及常用应急药品，如：晕车、感冒、烫伤、跌伤、腹泻药等;泸沽湖水温比较低，哪怕在夏季游湖，长时间的侵泡也足以把人冻僵。而且湖岸地形复杂，所以游客千万不要冒然到湖里游泳，以免发生意外。如果大家要在泸沽湖骑马，需要注意安全，必须由马夫牵方能骑，不能独自骑马，更不能骑马奔跑，险路和下坡路必须下马步行，否则很容易造成损伤 ，事先多准备一些现金，换好零钱。还有不要任意与当地人走婚，要不然到时就走不掉了呢。①、坐船注意事项1、禁止在泸沽湖中游泳。2、不能乘坐无证照、无救生设备，在海事部门的指定码头乘船，乘坐游船时穿救生衣，不得在船上嬉戏打闹。四、【健康说明】：本次长途旅行，时间长、温差大，海拔较高报名前请仔细阅读相关注意事项。游客在充分了解旅途的辛苦和行程中医疗条件有限的前提下，确定自己的身体健康状况适合参加本次旅游活动后方可报名参团。因个人既有病史和身体残障在旅游行程中引起的疾病进一步发作和伤亡，旅行社不承担任何责任，现有的保险公司责任险和意外险条款中，此种情况也列入保险公司的免赔范围。旅行社为非健康医疗专业咨询机构，无法判定游客的身体健康状况是否适合参加本次旅游活动，游客在旅行社签订旅游合同，即视为游客已经了解本次旅行的辛苦程度和行程中医疗条件有限的前提，并征得专业医生的同意。①报名时旅游者应确保身体健康，保证自身条件能够完成旅游活动，身体健康状况不佳者，请咨询医生是否可以参加本次旅游活动，根据自身情况备好常用药和急救药品，因自身疾病而引起的后果，游客自行承担责任;出团前游客须签字确认《旅游者健康状况确认书》;②游客出现急症请主动通知工作人员，旅行社将协助游客就进送往当地医疗机构检查治疗;③有听力、视力障碍的游客须有健康旅伴陪同方可参团;个人有精神疾病和无行为控制能力的不能报名参团；④有心、肺、脑和血液系统疾病患者以及其它不适合长途疲劳的人群以及65岁以上老人，不宜报名参加旅行社团。为了你的安全请勿隐瞒病情，你可另择其它线路(如隐瞒病情,后果自负)。 健康承诺函游客健康承诺书：因全球突发新型冠状病毒肺炎，为保障游客出行健康安全，根据《中华人民共和国传染病防治法》，现需针对游客情况做以下调查，并需客人承诺填写内容真实可信，否则将承担相应法律责任。1、本人参团前14天内是否有出省史？ □无 □有（并填写以下内容） 何时前往 前往何地 何时返回 何时前往 前往何地 何时返回 2、家属或密切接触者，在本人参团前14天内是否有出省史？ □无 □有（并填写以下内容） 与本人关系 姓名 何时前往何地及何时返回 与本人关系 姓名 何时前往何地及何时返回 3、本人是否近期是否有发热、咳嗽、乏力、咽痛、腹泻、嗅觉改变、味觉改变等症状？ □无 □有（请详细描述） 4、本人是否有历史疾病？ 呼吸系统疾病 □支气管哮喘 □慢支 □肺气肿 □肺心病 □其他 心脑血管疾病 □高血压 □冠心病 □慢性心衰 □脑血管病人 □其他 基础代谢障碍 □糖尿病 □其他 慢性消耗疾病 □肿瘤 □其他 其他相关疾病 参团须知及告知书：1.报名时旅游者应确保身体健康，有发热/乏力/咳嗽/干咳/鼻塞/流涕/咽痛/腹泻等不适症状，不适合参团。因个人既有病史和身体残障在旅游行程中引起的疾病进一步发作和伤亡，旅行社不承担任何责任，现有的保险公司责任险和意外险条款中，此种情况也列入保险公司的免赔范围。身体健康状况不佳者，请咨询医生是否可以参加本次旅游活动，根据自身情况备好常用药和急救药品，因自身疾病而引起的后果，游客自行承担责任;2.游客出现急症请主动通知工作人员，旅行社将协助游客就进送往当地医疗机构检查治疗;3.有听力、视力障碍的游客须有健康旅伴陪同方可参团;个人有精神疾病和无行为控制能力的不能报名参团；4.有心、肺、脑和血液系统疾病患者以及其它不适合长途疲劳的人群以及65岁以上老人，不宜报名参加旅行社团。5.游客出发前请自行准备一次性医用口罩、消毒湿巾、口罩收纳袋等个人防疫装备。并配合当地工作人员进行体温检测。特殊时期，感谢您的理解和配合。若以上承诺与本人实际情况不符，一经查实，本人将承担相应法律责任。填写者本人阅读后请写出：“此承诺及告知书”所有内容我已认真阅读，对于上述内容我已完全理解并且完全知悉、认可。 承诺人（签字按手印）： 承诺人身份证号码： 签署日期：2020年 月 日 7 |