

团期：7月8日、7月18日、7月28日

价格：9988元

手机：15153715721（微信同号）

318 travel 逐梦川藏线

318川藏线 一路向西·遇见不一样的自己

踏上318川藏线，这段从成都至拉萨的2142公里之路
被誉为“中国人的景观大道”

沿途，你将穿梭于平原、高山、峡谷、河流之间
领略草原、冰川、森林、野花、海子、雪山和湖泊的壮美与宁静
你将深刻理解到，勇敢者的世界，是充满无限可能与惊喜的



SIMPLIFIED STROKE

服务保障

品质川藏线 · 让旅行轻松省心



纯玩小团

2-6人精品小团

纯玩小团，说走就走的旅行
赶时间NO，走马观花NO
深度纯玩旅行



专业司机

专业川藏老司机

专业老司机，驾驶经验丰富
熟悉当地民俗风情
为川藏旅行保驾护航



贴心赠送

旅途贴心赠送

赠送氧气瓶+旅行三宝
行走川藏线，缺氧不再愁
轻松应对高原反应



专业接机

赠送机场接机

2人同时报名
赠送双流机场接机一次



贴心管家

24H管家服务

24小时贴心管家时时在线
解决你旅行中的困扰



旅途赠送

赠送旅行保险

赠送80万保额
专业高原旅行意外险

SIMPLIFIED STROKE

服务保障

品质川藏线 · 让旅行轻松省心



2-6人纯玩小团 · 说走就走的旅行



专业川藏老司机 · 为旅行保驾护航



赠送氧气瓶+旅行三宝



2人报名 · 赠送双流机场接机一次



24小时贴心管家时时在线



保险

赠80万保额专业高原旅行意外险

Multiple experience
特色体验

时尚玩法丰富享受 · 留下难忘旅程回忆



**无人机航拍
或单反旅拍**

记录珍贵的瞬间
留住永恒的回忆

**网红藏装
旅拍**

专业摄影指导
惊艳你的朋友圈

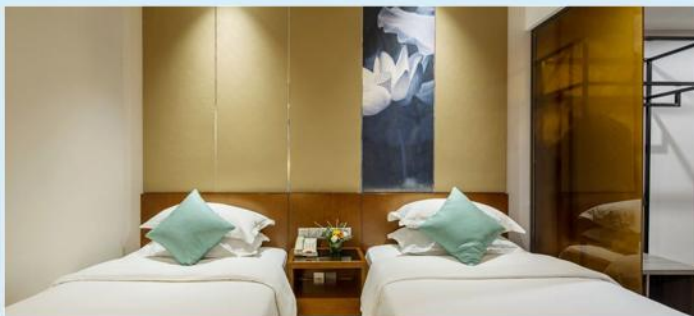


Luxury Hotel 奢享住宿

每晚精致睡眠，惬意居住释放身心

轻奢酒店档部份参考酒店

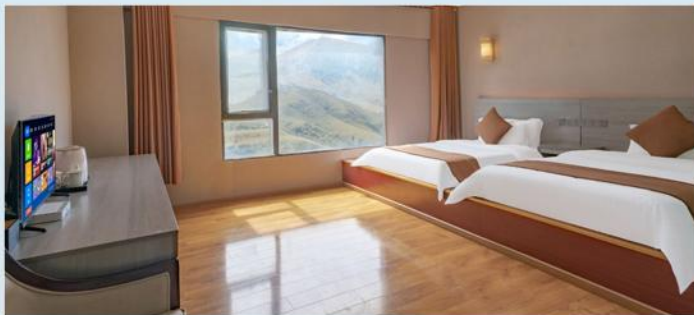
(具体以产品详细行程参考酒店为准)



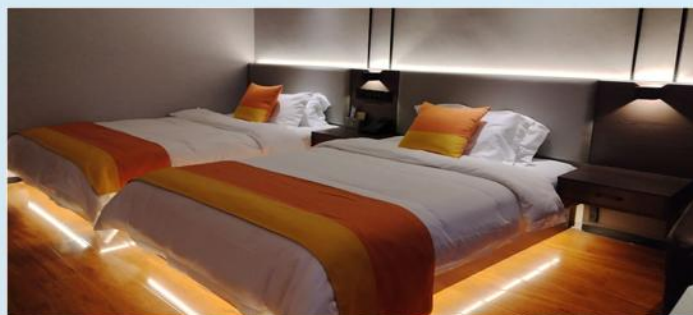
·成都瑞熙宽窄巷子店·



·新都桥伊沙酒店·



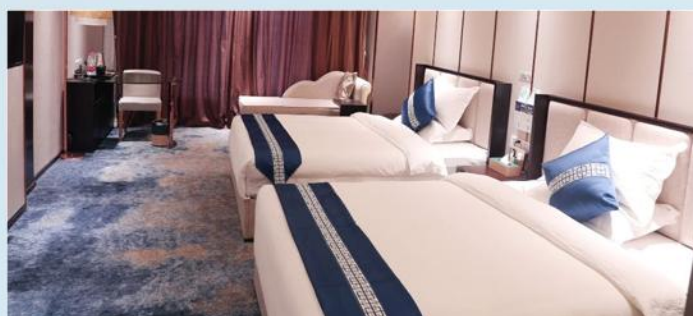
·稻城泰天酒店·



·芒康银禾格萨尔大酒店·



·八宿多拉神山温泉宾馆·



·波密山峡大酒店·



·林芝合途酒店·



·拉萨合途酒店·

Luxury Hotel 奢享住宿

每晚精致睡眠，惬意居住释放身心

豪华酒店档部份参考酒店

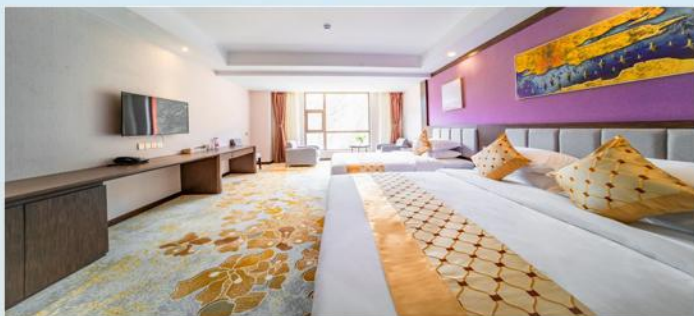
(具体以产品详细行程参考酒店为准)



·成都上层名人酒店·



·新都桥云涧星河酒店·



·稻城时代亚丁大酒店·



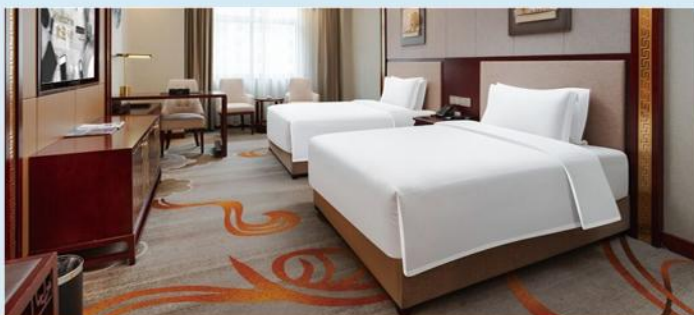
·芒康康愿假日酒店·



·八宿希臻酒店·



·波密山峡大酒店·



·林芝柏栎芸舍大酒店·



·拉萨岷山民族饭店·

Gluttonous food
推荐美食

缤纷舌尖美味，自行打卡藏式特色美食



鲁朗石锅鸡



牦牛肉汤锅



特色藏餐

SIMPLIFIED STROKE

行程用车

多种选择多种快乐·浪迹318川藏线



5座舒适越野/SUV

👤 乘坐人数：2-4人

🧳 存放行李：24寸×3

散客团普通车型：哈弗/起亚/途观/驭胜/汉兰达/传祺或同等级
定制团可升级车型：普拉多/帕杰罗/陆地巡航舰



舒适商务车

👤 乘坐人数：2-6人

🧳 存放行李：24寸×5

散客团普通车型：别克GL8/大通G10/华硕7或同等级
定制团可升级车型：奔驰VIANO/奔驰威霆或同等级

更多包车车型可选择详询客服

Luxury accommodation

精华景区

热爱的都在路上·川藏线必打卡景点

— 稻城亚丁 —

被誉为“蓝色地球上最后一片净土”
是一个充满神秘与美丽的地方



— 怒江72拐 —

走过72拐的所有弯路，以后人生尽是坦途
历经曲折后，前路皆风景；历经千回百转，方显英雄本



Luxury accommodation

精华景区

热爱的都在路上·川藏线必打卡景点

— 然乌湖 —

然乌湖是著名的高原冰川湖。有“西天瑶池”的美誉。然乌湖安静又深邃，仿若一颗被遗落在雪山脚下的稀世宝石



— 米堆冰川 —

你曾否听闻，雪域高原的秘境，那便是米堆冰川，低海拔的奇迹，却展现着如梦如幻的壮丽

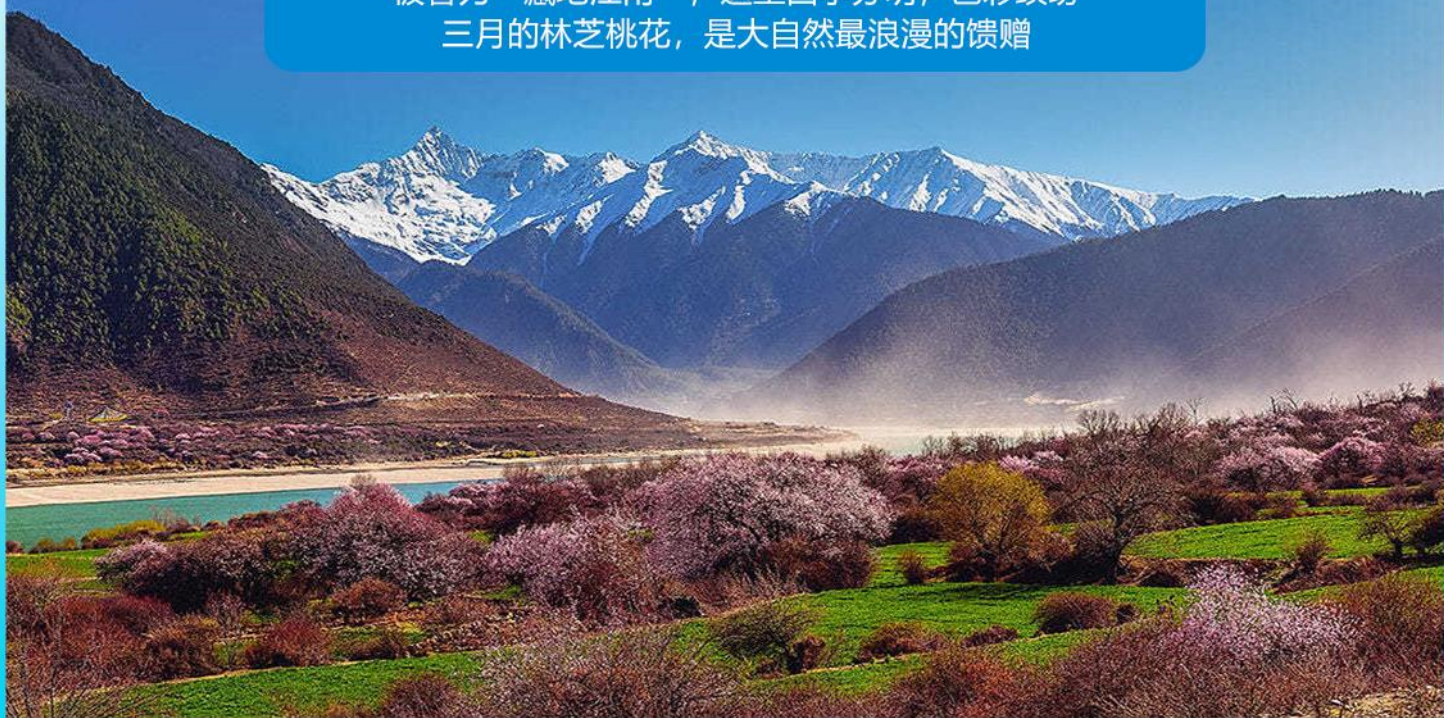


Luxury accommodation 精华景区

热爱的都在路上·川藏线必打卡景点

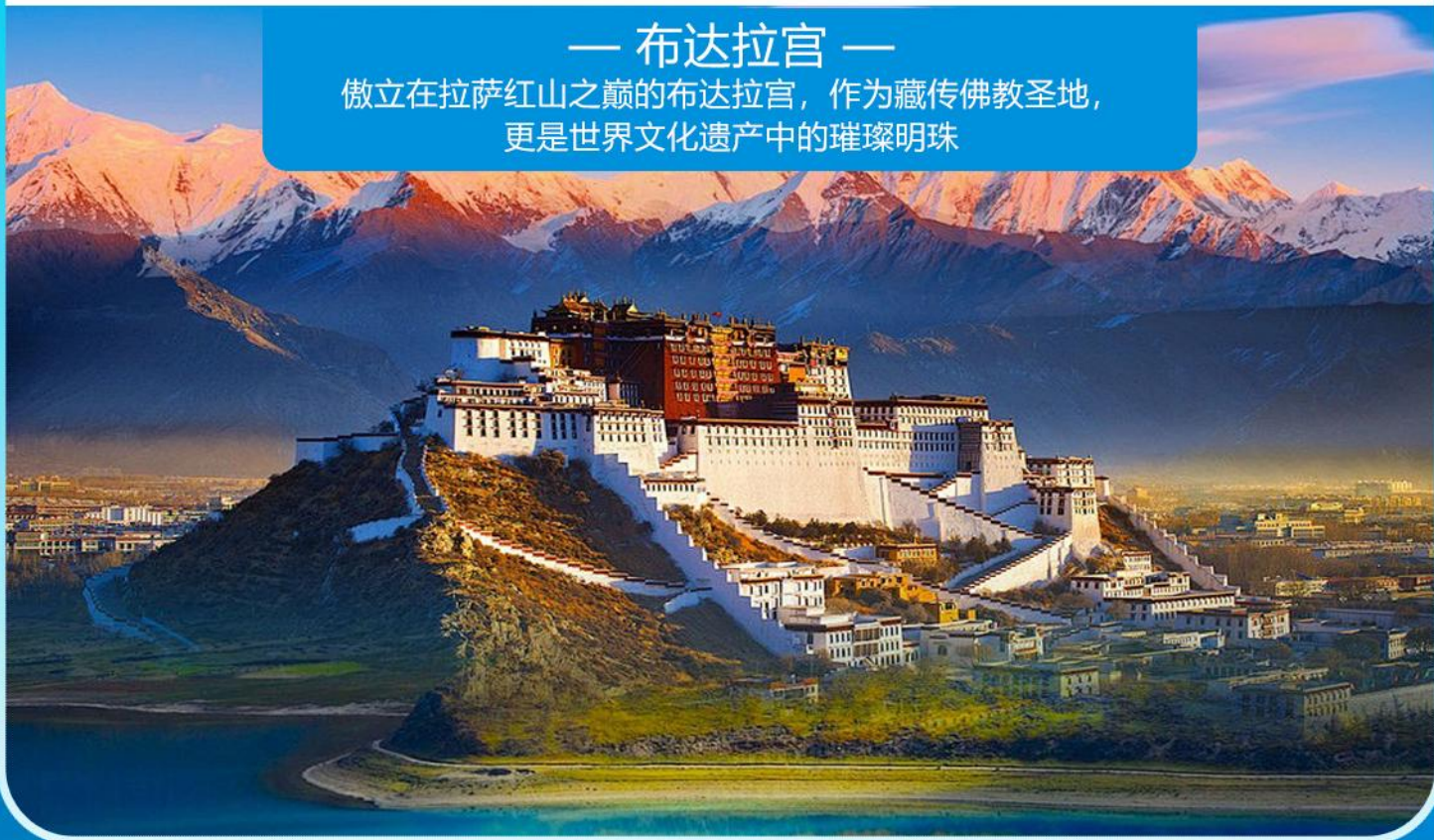
— 林芝 —

被誉为“藏地江南”，这里四季分明，色彩缤纷
三月的林芝桃花，是大自然最浪漫的馈赠



— 布达拉宫 —

傲立在拉萨红山之巅的布达拉宫，作为藏传佛教圣地，
更是世界文化遗产中的璀璨明珠



Luxury accommodation
精华景区

热爱的都在路上·川藏线必打卡景点

— 巴松措 —

巴松措的湖水轻漾，治愈心灵的圣地
这里没有车水马龙，只有无尽的平和



— 羊卓雍措 —

羊卓雍措，藏语的天鹅湖。“天上的仙境，人间的羊卓”
西藏三大圣湖之一



Luxury accommodation

精华景区

热爱的都在路上·川藏线必打卡景点

— 四姑娘山 —

四姑娘山，每一个季节都有着不同的美景。从春天的万物复苏到冬天的银装素裹，每一个瞬间都让人心醉神迷



— 新都桥 —

摄影爱好者的天堂，每年入秋时节，金黄璀璨的胡杨、和远方连绵起伏的雪山完美交织，拼凑出一幅幅美丽画卷



Hello 318川藏线

繁花川藏

时间	简易行程	餐食 (早中晚)	住宿
D1	山东各地--成都集合	×××	成都
D2	成都--映秀--巴郎山--四姑娘山双桥沟--四姑娘山镇/丹巴/甲居藏寨	√××	丹巴
D3	四姑娘山镇/丹巴/甲居藏寨--墨石公园--鱼子西--塔公草原--新都桥/雅江	√××	新都桥/雅江
D4	新都桥/雅江--天路十八弯--理塘千户藏寨--兔儿山-海子山--稻城县/香格里拉镇	√××	稻城县/香格里拉镇
D5	亚丁景区一日游--香格里拉镇/稻城	√××	稻城县/香格里拉镇
D6	香格里拉镇/稻城--海子山--兔儿山--理塘--巴塘/芒康	√××	巴塘/芒康
D7	巴塘/芒康--东达山--左贡--七十二拐--八宿	√××	八宿
D8	八宿-然乌湖--米堆冰川--波密	√××	波密
D9	波密--古乡湖--通麦--鲁朗--色季拉山--林芝	√××	林芝
D10	林芝--巴松措--拉萨	√××	拉萨
D11	拉萨--羊卓雍措--拉萨	√××	拉萨
D12	拉萨送机	√××	

详细行程

D1: 山东各地--成都

早餐：自理

午餐：自理

晚餐：自理

住宿：成都

当天集合地点：成都

欢迎各位队友，来到美丽的蓉城--成都。集合日当晚21:00前会有工作人员与您联系，告知您第二天早上出发的时间、地点和其他的具体出行事宜。

如果您到达成都时间比较充裕，可以选择去武侯祠、杜甫草堂、金沙遗址博物馆、熊猫基地等市区景点参观；也可以去宽窄巷子、锦里、琴台路、玉林路小酒馆享受成都慢时光，漫步古巷，河边品茶，掏个耳朵。成都也是一座美食之都，川菜、火锅、小吃等都有非常多的选择。

温馨提示：

市内购物方便、便宜且丰富，集合日建议队友们可适当采购和补充旅途中所需物资。

D2: 成都--映秀--巴郎山--四姑娘山双桥沟--四姑娘山镇/丹巴/甲居藏寨

Hello 318川藏线

早餐：自理


午餐：自理

晚餐：自理

住宿：丹巴

早餐后酒店集合出发，沿岷江而上，沿途经都江堰、紫坪铺水利工程，沿都汶高速抵映秀，沿途感受2008年汶川大地震“地动山摇、山崩地裂、沧海桑田”后的景象，感悟大自然的力量；观看震后统一重建的具有民族特色的民居，感受人定胜天的威力。而后从映秀出抵耿达乡沿卧龙峡谷，欣赏峡谷小桥、流水、枯藤、老树的美丽风光，而后经巴郎山可观映山红、红白杜鹃花、松萝、高山草甸等；观看植物从常绿阔叶林到高山荒漠的垂直变化，感受“一山观四季、十里不同天”的气象变迁。中午抵达四姑娘山。午餐后游玩双桥沟（门票80元/人，观光车70元/人，必须乘坐，费用自理），景区开阔平坦、景点集中，全程通车。虽已开发，但环境维护的出乎意料的好，景区内各种服务包括指示也十分清晰明了，游客们可以更加舒适、方便的游览整个景区。由于整条沟海拔落差达到一千多米，所以地貌比较丰富，风景也完全值得期待。给人远离尘世的感悟。游玩尽兴后出沟前往酒店休息。

 **四姑娘山或丹巴县城酒店或甲居藏寨当地藏家民宿**

 **全天餐食自理，司机也可以为大家推荐**

 **全程约210Km，车程约4小时**

特别提醒：

(1) 司机根据实际情况，四姑娘山镇、丹巴县城和甲居藏寨酒店安排其中一个地方入住，若安排入住甲居藏寨则赠送甲居藏寨门票，若安排入住丹巴县城则无门票赠送。

D3：四姑娘山镇/丹巴/甲居藏寨--墨石公园--鱼子西--塔公草原--新都桥/雅江


早餐：自理


午餐：自理


晚餐：自理

住宿：丹巴

早餐后离开四姑娘山镇，前往八美墨石公园。墨石公园有着许多千姿百态的奇幻墨石，忽而是高耸绿地又忽而裸露出冷峻的黑灰岩面，参差起落极具外星球般的异域风情。其中还有一条名为卡玛的河穿墨石公园而过，传说当年格萨尔王王妃珠姆在此游玩儿时掉下一条丝巾，丝巾化为卡玛河，滋润着这片石林以及当地的人们。继续前行来到鱼子西，在这里你可以感受日照金山的壮阔，也可以和雅拉雪山来一次近距离的合影，还可以远眺贡嘎雪山和云海。夜深了，还能看到肉眼可见的星空和银河。游览结束后经塔公草原返回新都桥——被誉为“摄影家的天堂”，又被称为东俄洛，光影变化极其美丽。游览结束后经塔公草原返回新都桥——被誉为“摄影家的天堂”，又被称为东俄洛，光影变化极其美丽。

 **新都桥或雅江当地酒店**

 **全天餐费自理，司机可以为大家推荐**

 **全程约320Km，车程约7小时**

特别提醒：

- (1) 根据实际情况，新都桥和雅江县酒店安排其中一个地方入住。
- (2) 前往鱼子西或者格底拉姆需额外补中转车费60元/人，本车前往同样需补该费用。
- (3) 如因鱼子西/格底拉姆封山无法前往，则将鱼子西/格底拉姆景点换为二郎生都。

D4、新都桥/雅江--天路十八弯--理塘千户藏寨--兔儿山--海子山--稻城/香格里拉镇

早餐：自理

午餐：自理

晚餐：自理

住宿：稻城县/香格里拉镇

行驶公里：约350km

Hello 318川藏线

行车时间：约7小时

住宿地点：稻城/香格里拉镇

住宿海拔：3300米

沿途景点：兔儿山/海子山/天路十八湾

起个大早，晨晖中新都桥景色如画：小桥、扬树、水溪、人家、藏式民居，浓郁的高原风情画卷。经雅江，翻过高尔寺山（4412米）、剪子湾山（4659米）、后翻越卡子拉山（4718米），在西俄洛观景台还可以欣赏到“会当临绝顶，一览众山小”的壮观景象，抵达世界高城，高原明珠丁真的故乡——理塘县（海拔4000米）。游勒通古镇，观千户藏寨（位于理塘县城北老城区），这里由13个藏寨4000余户藏房集中而成的藏区最为集中，规模最为宏大的千户藏寨群，有距今400余年历史的七世达赖故居——仁康古屋。后继续出发，览美丽的无量河风光后翻越兔儿山风景区、海子山自然保护区（H4500—5030米，是青藏高原最大的古冰体遗迹），经桑堆（桑堆红草地是季节性的景点，只有秋天才能看到，此处有当地人收费，需自理），后经稻城白塔，沿途欣赏万亩杨树林公园、赤土河谷迷人风光、世外桃源般藏式村寨，抵达酒店办理入住。

D5、亚丁景区一日游--香格里拉镇/稻城县

早餐自理	午餐自理	晚餐自理	住宿：稻城县/香格里拉镇
------	------	------	--------------

行驶公里：景区全天浏览

行车时间：约0小时

住宿地点：香格里拉镇/稻城县

住宿海拔：3000米

沿途景点：亚丁景区

早起用完早餐之后，直接到亚丁景区接待中心，我们正式游玩亚丁风景区（门票146元/人、观光车120元/人，必须乘坐，费用游客自理），进入景区开始浪漫香格里拉之魂--亚丁景区的游玩。考虑到大家的体力，建议游玩牛奶海和五色海可以选择骑马加徒步的模式；进入景区乘坐观光车抵达扎灌崩之后，然后徒步10分钟到达冲古寺，再从冲古寺乘坐电瓶车（单程50元/人，往返80元/人，建议乘坐，费用游客自理）到洛绒牛场，从牛场到牛奶海，7公里左右，徒步往返时间在4-5小时，骑马会节约部分时间和体力。游玩五色海和牛奶海之后，有时间的亲可以前往珍珠海游玩，珍珠海海拔相对更低，游玩相对轻松。结束一天的游览之后，大家可以出景区前往停车场，我们司机会在停车场接大家前往酒店住宿。

D6、香格里拉镇/稻城--海子山--兔儿山--理塘--巴塘/芒康

早餐：自理	午餐：自理	晚餐：自理	住宿：巴塘/芒康
-------	-------	-------	----------

行驶公里：约530km

行车时间：约10小时

住宿地点：巴塘/芒康

住宿海拔：2560-3870米

沿途景点：红草地/毛娅大草原

早晨从稻城出发，前往桑堆的途中可以拍摄红草地（该景点为季节性景观，只有在每年的九月中旬到十一月上旬才能看到红草，此处有当地人收费，需自理），在秋天的时候，配合上后面泛黄

Hello 318川藏线

的桦树，倒映在水塘中，是非常漂亮的一道美景。之后再次翻越海子山自然保护区（平均海拔4500多米），在理塘休息后，下午出发前往巴塘迎接下一个挑战，今天将正式进入西藏界。

D7、巴塘/芒康--东达山--左贡--七十二拐--八宿

早餐：自理	午餐：自理	晚餐：自理	住宿：八宿
-------	-------	-------	-------

行驶公里：约459km

行车时间：约8小时

住宿地点：八宿

住宿海拔：3260米

沿途景点：东达山/澜沧江/邦达草原/怒江大桥

早餐后从芒康出发，经过拉乌山（4376米），从高入云天、白雪皑皑的山口极目远眺，川藏公路和澜沧江似两条晶亮的丝带，在千山万壑间时隐时现，过如美镇，翻越觉巴山（3940米），东达山（5135米），经过左贡县城，顺着美丽的玉曲河而上，抵达邦达镇。邦达的藏语为“雄鹰飞不出的草地”，邦达草原是西藏界里的大草原，由于地势的原因，在邦达的业拉山（4658米），形成了出名的72道拐，也就是经常说的九十九道弯，走过天路72道拐，看到的是山脚下原始村落美丽的高原梯田，然后经过怒江大桥，顺着冷曲前行，晚上在八宿县入住。

D8、八宿--然乌湖--米堆冰川--波密

早餐：自理	午餐：自理	晚餐：自理	住宿：波密
-------	-------	-------	-------

行驶公里：约217km

行车时间：约6小时

住宿地点：波密

住宿海拔：2750米

沿途景点：米堆冰川/然乌湖

早餐后，从八宿出发，翻越安久拉山垭口（海拔4468米），沿途雪山、原始森林和田园风光交相辉映，景色出奇的美丽。沿高山草甸前行，远眺雪山、冰川，今天会看到川藏线上的明星——然乌湖，蓝蓝的天，白白的云，远处的山上挂着雪，山前到脚下是一汪湛蓝的湖泊！米堆冰川位于藏东南的念青唐古拉山与伯舒拉岭的接合部，这里是我国最大季风海洋性冰川的分布区。该冰川常年雪光闪耀，景色神奇迷人。游览后继续前行，经过然乌下湖，抵达波密县城入住。

D9、波密--古乡湖--通麦--鲁朗--色季拉山--林芝

早餐自理	午餐自理	晚餐自理	住宿：林芝
------	------	------	-------

行驶公里：约235km

行车时间：约6小时

住宿地点：林芝

住宿海拔：2900米

沿途景点：古乡湖/鲁朗小镇/色季拉山

从波密县城出发，在原始森林中穿行，沿途欣赏水墨画般的美丽风景，向川藏线上最后的天险，如今已经天险变通途的通麦出发，经过排龙，穿过密林似海的鲁朗，翻越冰雪覆盖，云雾缭绕，海拔

Hello 318川藏线

4702米的色季拉山，该山以春夏时的杜鹃花海闻名，同时此山也是观看南迦巴瓦峰最好的地方之一。站在色季拉山，遥望著名的南迦巴瓦峰，顿时觉得心旷神怡。翻过色季拉山即一路下坡抵尼洋河下游河谷被称为“西藏的江南”的林芝县城，晚上入住林芝。

D10、林芝--巴松措--拉萨

早餐自理	午餐自理	晚餐自理	住宿：拉萨
------	------	------	-------

行驶公里：约480km

行车时间：约6小时

住宿地点：拉萨市

住宿海拔：3650米

沿途景点：尼洋河风光、林拉高速风光/巴松措

林芝出发，沿途欣赏秀美的尼洋河风光（传说中尼洋河是“神女的眼泪”汇聚而成的，绿波见底，水色格外的清幽明澈。尼洋河发源于米拉山，东流300多公里，于八一镇南约40公里处汇入雅鲁藏布江。）前往【巴松措景区】（门票+观光车：170元/人自理）——也叫措高湖，藏语意为绿色的水，位于布江达县，是藏传佛教宁玛派红教有名的圣湖。巴松措形状像镶嵌在高峡深谷中的一轮新月，湖水清澈见底，四周雪山和原始森林倒映其中。后穿过米拉山隧道继续前行，远远就能看到红山上雄伟的布达拉宫，魂牵梦绕的圣城拉萨就在眼前。

D11:拉萨--羊卓雍措--拉萨

早餐自理	午餐自理	晚餐自理	住宿：拉萨
------	------	------	-------

行驶公里：约210km

行车时间：约5小时

住宿地点：拉萨

住宿海拔：3650米

沿途景点：曲水大桥、岗巴拉山、羊卓雍措

早餐后从拉萨启程，经过曲水大桥，前往世界上最高的淡水湖、有天上圣湖之美誉的**羊卓雍措（100元/人门票自理）**（湖面海拔4441米，湖岸线长达250千米，面积638平方千米）。藏语为“碧玉湖”，是西藏三大圣湖之一的淡水湖，湖水如羊脂般清澈，湖水甘甜。湛蓝的湖水与远方的雪山连为一体，加上两岸各色的山脉、极具特色的藏民族村落、遍地的牛羊，一路走来，心旷神怡。

下午返回拉萨市区后自由活动，并结束这次愉快的318旅程

D12 拉萨送机

早餐自理	午餐自理	晚餐自理	住宿：拉萨
------	------	------	-------

早餐后收拾好您的行李，司机会根据您的航班提前1—3小时送您至拉萨贡嘎机场，西藏旅途圆满结束，若干年后翻翻这次旅途的照片，认识的每一个人、看到西藏的每一处风景、听到西藏的每一首音乐、吃到的每一餐美食、都会给你留下美好的记忆！

服务标准

Hello 318川藏线

费用包含

大交通	去程：山东各地-成都大交通 回程：拉萨-山东各地大交通
车辆	1、成都-拉萨交通费用（一人一座），每车不超过6位游客（1-4位游客安排5座SUV，5-6位游客安排7座商务车） 2、川藏用车一般不开空调，一冷一热很容易感冒，感冒易导致高反影响体验。
酒店	1、全程11晚酒店，酒店统一按标间核价，即每间房住2人，即1人1床，（其中：行程标明多人间/通铺/露营的除外）如有单人出行，请全程补齐单房差。 2、川藏线均属于藏区，条件差，经济也较落后，所有酒店平均比内地低一档，请选择酒店标准时做好心里准备。 3、全程酒店按不同的住宿标准执行不同的价格，即： ①：轻奢酒店，具体以参考酒店为准 ②：豪华酒店，具体以参考酒店为准。 4、川藏全程酒店一般不开空调，一冷一热很容易感冒，感冒易导致高反影响体验。 5、全程参考酒店如下： 轻奢酒店全程参考酒店如下： 成都酒店： 轻奢（网评3钻）：锦尚花、白玉兰、艺家风格、凯宾轻奢、简悦逸致、瑞欣或同级 轻奢（网评4钻）：瑞熙宽窄巷子店 维也纳神仙树店 港伦凯艺酒店 蜀悦假日酒店 金科圣嘉酒店 德林酒店 扉宿酒店 明宇丽呈酒店 陌上轻雅酒店或同级酒店 豪华（网评5钻）：蓝城悦杏温泉美食酒店 上层名人酒店 帝盛酒店或同级酒店 丹巴： 轻奢（网评3钻）：藏韵大酒店 金河大酒店 美人谷大酒店 圣地映像 东女谷1号 或同级酒店 豪华（网评4钻）：藏香阁大酒店 澜峰大酒店 吉美大酒店 嘉绒书院 嘉绒倾城（小巴旺）或同级酒店 新都桥： 轻奢（网评3钻）伊莎酒店 岷山行者牧心 藏地祥雪 唐古特 康操庄园 摄影天堂 高尔山民宿 柏云栖 流云揽月 御尊 渝新 云朵天堂 良汐别院 格桑唯朵 星辰 浪波弯 尊尚 雲观或同级酒店 豪华（网评4钻）畅游星辰酒店云涧星河 兰欧尚品酒店 森格浪赞民宿 七摄藏乡 云顶星空 萨玛精品民宿 朗吉弥藏酒店 赞蕃大酒店或同级酒店 亚丁（香格里拉镇）： 轻奢（网评3钻）圣洁贵宾楼酒店 红景天大酒店 风马谣酒店 贡嘎精品酒店 云墨艺术酒店 扎西岭珠 山水映像大酒店或同级酒店 豪华（网评4钻）明宇丽呈 时代亚丁大酒店 华景文澜酒店 ACE假期酒店 智选假日套房酒店 华美达安可酒店或同级酒店 芒康： 轻奢（网评3钻）绿野大酒店 银禾格萨尔大酒店 贝玛主题酒店 格林豪泰 或同级酒店

Hello 318川藏线

	<p>豪华（网评3钻）康愿假日酒店金施·芒康印象国际酒店 或同级酒店 八宿： 轻奢（网评3钻）多拉神山温泉宾馆 绿野大酒店 泰洪主题酒店 云蔓酒店 或同级酒店 豪华（网评4钻）西米供氧酒店希臻 康城 或同级酒店 波密： 轻奢（网评3钻）格拉丹东酒店 四季富氧酒店 山峡大酒店 或同级酒店 豪华（网评4钻）红云杉大酒店 恒鑫藏王大酒店 森吉酒店 或同级酒店 林芝： 轻奢（3钻） 明洋大酒店 嘉悦酒店 合途旅行酒店 万清堂大酒店 渝西 或同级酒店 豪华（4钻） 万清堂酒店 岷山大酒店 柏栎芸舍 印象酒店 或同级酒店 拉萨： 轻奢（3钻）永盛酒店曲米路店 拉萨合途酒店 金昊酒店太阳岛店 喜上酒店 远丰河北饭店 或同级酒店 豪华（4钻）呷·迦逻大酒店 岷山民族饭店 拉威国际(布达拉宫店) 梵柏酒店 岷山银桥 乔穆朗宗, 岷山圣瑞斯或同级酒店</p>
门票	全程不含门票，均由游客自理
餐费	1、全程不含餐费，均由游客自理，司机餐费由车上客人AA制或按费用不含标准现补司机。 2、川藏线餐食费用较高，每天车程时间较长，请自备零食。
人数	2-6人团
导游	全程司机兼领队/向导，司机仅负责行程活动中接待服务（非持证导游，不提供景区讲解服务和陪同进景区）
保险	赠送每人80万保额的高原旅行意外险。
温馨服务	赠送：氧气瓶每人1个、旅行三宝每人1套、稻城马场摄影 (注：赠送项目不退不换不折现亦不接受投诉)
其他	1、【行程前通知时间】：出发前一天晚上十点半之前由司机以电话或短信方式通知游客第二天出行时间和地点，如未接到通知请联系报名客服。 2、因人力不可抗拒因素（自然灾害或其他交通状况、政府行为等）影响行程，我社可以作出行程调整，尽力确保行程的顺利进行。实在导致无法按照约定的计划执行的，因变更而超出的费用由旅游者承担。 3、请不要将贵重物品、现金、急用药品放在托运行李中，以免丢失。旅游过程中，也请妥善保管。 4、在行程中如因人力不可抗拒因素或个人原因提前离团导致行程或景点不能继续进行的，车费不退。 5、因人力不可抗拒因素导致行程或景点不能继续进行的,可跟师傅自行协商更换为其他景点。 6、此行程在景点不变的情况下,行程景点浏览先后顺序可做调整。
费用不含	
1、全程各景点门票及观光车；	

Hello 318川藏线

- 2、儿童的门票、住宿及餐食。小童泛指 2-12 周岁；即儿童也不包含往返交通费用、保险及领队服务费用；
- 3、以上所列服务外的其它任何费用（如景区马费、观光车、电瓶车，各景点小门票，用餐酒水费用，及其他一切个人开支）；
- 4、餐食：所有餐食自理，游客需要共同 AA 承担司机餐食，如果不愿司机共同用餐，则补助司机 100 元/天餐费，国庆黄金周补助 150 元/天；
- 5、单房差：单独报名的游客可能会产生房差，越早报名的游客可以优先拼房；
- 6、发票：所报活动价格，未包含发票。

景区自理费用

- 四姑娘山双桥沟门票及观光车：150 元/人
甲居藏寨门票：50 元/人
鱼子西门票：20 元/人；
鱼子西中转车费：60 元/人；
墨石公园门票及观光车：80 元/人；
稻城亚丁门票及观光车：266 元/人；
亚丁景区电瓶车：往返 80 元/人，单程 50 元/人（可选择）；
亚丁景区骑马：300 元/人（可选择）；
米堆冰川门票及观光车：86 元/人；
鲁朗林海：30 元/人；
巴松措门票及观光车：170 元/人；
羊卓雍措门票：100 元/人

门票优惠说明

如持有老年证、军官证、士兵证、伤残证、学生证、国家级记者证等特殊证件，请在购票前向领队出示，根据当地政策减免相关费用，如有优惠，现场退还相应差价。国庆黄金周出团的队伍，需要提前网上购票，请在报名时，告知客服，自己有可以减免门票的有效证件，以便于客服购买网购票。

适合人群

报名者必须是年龄在 18--60 岁之间的（18 岁以下未成年人需有监护人陪同，60 周岁以上需出具三甲医院心脑肺等高原旅游的体检证明），身体健康、无任何急慢性病、三高及心脑血管疾病、四肢健全、体力良好、无任何不适于参加户外运动的患者。有极强的动手能力、有团队协作精神、心理健康的健康人士。

进藏须知

- 1、为了您能够平安顺利的完成本次旅游行程，请您仔细阅读进藏注意事项：
- 2、西藏为高原旅游，属高海拔地区，对旅游者身体有一定的考验，即有下列病史和病症的旅游者不宜进藏旅游：
 - ①（西藏为特殊高海拔旅游线路，若隐瞒健康状况，后果自负）；有严重的高血压、心脏病、（支）气管炎、糖尿病、感冒的患者限制进藏。
 - ②没有上述病史的旅游者我们也建议您在进藏前对身体做一次心肺方面的检查，确认是否患有以上几种严重疾病。特别强调，体检医生建议不宜进藏者，谢绝入藏，如有任何情况旅行社概不负责。

Hello 318川藏线

- ③在进藏前不要刻意的锻炼身体，如果您在平时一直坚持锻炼，在赴藏前半个月也应停下来，因为通过锻炼后的身体，耗氧量增大，增加了在西藏时心脏的负担，反而容易引起高原反应。
- ④感冒患者不能前往西藏，建议您在出发前将感冒治好后才进藏，不要带感冒病菌进藏。感冒患者由于自身身体机能被破坏，抗病能力减弱，又增加自身的抵抗能力负荷，带着严重的感冒进藏极易转为其他高原病，例如肺水肿等。
- 3、高原反应：西藏是高海拔，高原反应也是因人而异，但也不是每个人都有，不要过度紧张。建议带上葡萄糖、红景天之类的，预防高原反应，如果初次进藏，确实担心高原反应，可以提前一周开始饮用红景天，这是很多朋友尝试过的，效果非常好，一次只须泡 20~30g 左右，对提高身体素质，增强心血管，缓解高原反应很有效。
- 4、进藏前 2-3 天需要有良好的睡眠，不可过度熬夜，以免增加抵达西藏的不适。有心理负担的、处于亚健康或有暗疾的、或者进藏后有不适情况的，请前往当地正规医院就医。（备注：拉萨市及地区首选各个城市人民医院，例如拉萨市：首选《西藏自治区人民医院（三甲医院）》备选：《西藏军区总医院》。
- 5、进藏当天需要在宾馆静心休息，晚上尽量不要洗澡，以免感冒引起肺水肿或因缺氧加剧高原反应。无不良反应的客人也应尽量不剧烈运动，不喝酒、抽烟，以保证后面的行程圆满完成。
- 6、禁忌提示：请尊重当地的饮食习惯、习俗禁忌、宗教礼仪等，入乡随俗，融入当地的民风民情。
- 7、高原地区气候干燥，日照强烈，紫外线强，建议客人带好墨镜、太阳帽、防晒霜、润唇膏等物品；高原地区早晚温差大，请客人准备长袖衣裤及防寒衣物，另外建议携带感冒药、肠胃药、阿斯匹林、安定、头痛粉等药品，以防高原反应引起的身体不适。
- 8、因西藏线路行车时间较长，建议准备一些类如巧克力、牛肉干的食品备用。
- 9、为了您人身财产的安全，请您避免在公开场合暴露贵重物品及大量现金。上街时需时刻看管好首饰、相机等随身物品。
- 10、高原反应的症高原反应的症状表现为：头痛、胸闷、呼吸急促、恶心、呕吐、失眠等，高原反应正常情况下只要注意休息、饮食得当（切勿吃的太饱，增加肠胃负担）、正确保护自己，一般经过 1—2 天后，以上症状都会逐步减轻或消失（自然克服）；症状持续无法缓解可适当吸氧或挂水，若情况较为严重请及时到当地正规医院就诊，（注：特别是个别的游客，当天抵达西藏高原反应就较为严重的，切勿拖延，请及时前往医院就诊）；西藏三甲医院推荐《西藏自治区人民医院》和《西藏军区医院》
- 11、出门旅游重点是注意安全，切记不要私自脱离团队或改变行程；

出发前注意事项

- 1、身体准备：**睡眠和休息要充足，严重高血压、心脏病患者不宜参加。凡有高血压、心脏病、脑溢血、冠心病等病情或年龄在 60 岁以上，为了你的安全请勿隐瞒病情，你可另择它线或请提前告知我部(如隐瞒病情，后果自负)，并做好准备。
- 2、心理准备：**保持乐观情绪，出门在外，会遇上什么事情都不知道，如遇堵车等情况望耐心等待。
- 3、衣服和食物等准备：**带好换洗衣服，游泳衣，需准备长衣，同时建议带好墨镜、太阳帽、雨具、防晒霜、润唇膏、感冒药、肠胃药、阿斯匹林、安定、头痛粉等物品。因路途遥远，有可能不能按时用餐，请带好巧克力、牛肉干等干粮。
- 4、身份证明：**请每一位游客带好有效身份证、小孩带上户口本，在登记入住的时候必须出示才能办理入住手续。

Hello 318川藏线

行程中注意事项

- 1、入住酒店时：酒店内的物品属于付费用品的，请你慎用、如你使用后需你个人支付费用，如你个人有消费酒店用品的，请在第二天退房前自行先行到前台支付个人消费物品。如不慎损坏的物品，需个人赔偿。在各个区域活动时，请你小心行走、以免跌倒。入住酒店需要提供身份证，请你提前做好给我们领队、登记完后请你务必记得要回你的身份证自行保管。进入酒店房间后请及时清点客房内物品是否完整、缺少或有瑕疵的请务必在第一时间通知酒店进行更换。入住帐篷中当你吸烟时请注意不要烫着帐篷及所有物品。
- 2、景区游览时：请一定注意安全、在照相及游玩时注意不要滑倒或跌倒，不能到湖里游泳，在玩耍各种水上运动项目时、请按照该项目游玩规定进行（请你特别注意：潜水、骑马等项目是不在保险承保范围内的、如出现意外、组织方也不承担任何责任）。在坐船游览时请注意安全，不要去触摸湖水、以免掉到湖里。
- 3、行程变更时：如因你自身原因，私自改变协议签定的行程路线，请配合领队并签下行程变更协议，并自行承担离团后所产生的一切费用及其他事项和安全责任。我们安排的景点游玩顺序，在不减少景点的情况下，根据实际情况，可调整景点游玩顺序。
- 4、用餐时：各地都有不同的美食，所以我们每到一个地方，都会尽量安排当地特色餐饮。但在旅行途中会有些啥子状况我们都不清楚，所以，在当天路程较远时我们都未提前定餐、根据当日进程、哪里合适就在哪里用餐，可能有时会比较晚用餐、故需请大家理解并耐心的等候。所以请大家在出发前多备点干粮。未包含的正餐，我们大家实行AA制用餐，大家一起品尝各地美食。
- 5、出现紧急状况时：出门在外、任何时候任何状况都可能发生、如因发生交通事故在我们队伍、事故车辆原则上我们大家都停留帮助、如需要处理时间较长的、则领队会根据实际情况继续出发，事故车辆司机留下等待处理，希望大家相互理解并给予帮助、因为我们是一个团体。
- 6、临时或提前脱团时：当你需要临时离开我们团队去拜访亲友时，请你一定提前和我们领队沟通说明情况、你离开后的所有安全将由你完全承担、我们已经定好的住宿及餐饮是不能退还的。当你因个人原因需要提前离开团队，请你配合签下离团说明。
- 7、加油时：在给车辆加油及在服务区休息时，禁止接打电话及吸烟和玩耍明火（带小朋友的请特别注意）。

常见问题

- 1、团费为什么不含部份餐？
客服君：因为游客来自五湖四海，口味不一众口难调。饮食是最能体现当地文化的一部分，更希望游客能在旅途中自己去发掘当地的美食，而不是我们提前为你准备好，这其中的快乐和魅力只有你自己尝试了才知道；
- 2、请问那边天气如何？我们过去有高原反应吗？
客服君：天气的问题希望大家不要问了，我们无法预知每个队伍的天气，只能告诉大家高原天气晴朗为主，下雨比较少。我们是慢慢徒步，有一个适应过程，只要做好防风保暖，高反机率只有5%；
- 3、第一次参加活动，我是一个人，不晓得好不好耍？
客服君：亲，不用担心，你自己好耍的话，那里都好耍，重在参与，根据我们统计单身出门的亲们，开心指数最高~~
- 4、儿童报名怎么划算？儿童含早餐吗？费用多少？
客服君：如果一位成人携带一名身高超过 1.2 米的儿童，建议儿童按成人报名（不好拼房）；

Hello 318川藏线

如果两位成人携带一名身高超过 1.2 米的儿童，而且需要入住一个标间（2+1），请提前和客服沟通确认最佳报名方式；

5、可以保证三人间、加床吗？三成人是否可以入住一间标间？

客服君：不能，沿途酒店均无三人间，加床只能前台咨询并现付加床费用，不接受提前预定，三成人按酒店规定，不可以入住一间标间，如强烈要求并自行承担由此产生的一切责任及后果；

6、住宿冷不冷？卫生条件怎样？可以洗澡吗？可以充电么？手机有信号么？

客服君：我们去的地方多为未开发景点，沿途物资匮乏，食宿条件比不上城市，酒店配置条件相对要差一些。个别地方不能洗澡，有洁癖的游客，可携带抓绒睡袋贴身而睡；手机信号不稳定；

7、请问整个行程中我们需要带什么衣服？有哪些是必备的？

客服君：整个行程日照充足，早晚温差大，晚上很冷，夜间同期温度在 3-10 度左右（需穿厚长裤、外套）。必备物品有：防晒霜、太阳镜、遮阳帽、冲锋衣、长裤、抓绒衣；

8、请问整个行程有什么消费吗？当地吃饭方便不？贵不贵？

客服君：我们是纯玩的户外团队，不会带你去任何购物点，旅行中未包含的个人用餐费（早餐、午饭、小吃、饮料等），个人每天的用餐花费约为 60-80 元。如需腐败，自行相约，现场 AA；

关于纪律

1 必须要守时，按照领队或司机要求的时间，准时起床，集合，出发。对于未按照规定时间集合的游客，超过 15 分钟视为自愿放弃后续行程，可以按照《退款标准》退还费用。退团之后的安全和费用问题，游客自理。发生任何问题与操作方无关。

2、对于充满负能量，喜欢埋怨，抱怨，指责，斤斤计较的游客，请慎重报名，如果出现影响整个团队气氛的情况，领队有权根据实际情况劝其退团。如果不听警告，领队或司机有权要求强制退团。

摄影说明

1、在高原及藏区摄影时，请尊重当地的管理规定和民风民俗，对于关卡，桥梁，军事管理区，私人住宅，寺庙，法事，以及其它各种有拍摄禁忌的地方，请不要拍照，如果强行拍照，可能会造成相机被没收或者更严重的后果，由此造成的不良后果和影响，游客自负。

2、在藏地景区或景区附近拍摄藏民，藏獒，牦牛，大多是要收费的，建议不要拍摄这些素材，或者爽快付钱。在牧区，寺庙，或者其它场所拍摄人像时，尽量能得到他人同意，如果遭到拒绝，请马上停止拍摄。

3、在旅行过程当中，是否能出片，出什么样的片子，是天气，光线，季节等综合因素决定的，因团队不可能因为某个景点未拍到满意的片子而增加停留时间。如果对摄影要求过高的游客，建议直接报我们的摄影团。

交通说明

1、抛锚：本次行程全程在高原行驶，路程长，路况复杂，车辆很可能会出现抛锚的情况。如果车辆出现抛锚，请游客们耐心等待，或者一起努力解决。正常解决的流程为：如果车辆 2 小时内无法修复，为了不影响行程，我们会调用当地车辆进行临时转运，转运车辆以小型面包车为主，舒适度不高，转运费用由公司支付，直到车子修好，或者另外调用的同款车，或者相近款车子抵达，请游客们给予配合。对于拒绝使用转运车的游客，视为该游客自愿放弃行程，我们将退还没有产生的住宿费和门票，合同终止。

2、堵车：本次行程全程在高原行驶，以山路为主，在雨季出现泥石流、塌方、滚石、路桥断裂或者其它情况的堵车属于正常情况，游客们当耐心等待，并备用食物和衣物，做好一切应急准备。

Hello 318川藏线

- 3、夜路：原则上坚决不走夜路，但因为路况和天气情况复杂，个别地区内限速限行等，偶尔会出现走夜路的情况。如果游客拒绝走夜路，要临时住宿，所产生当天已经定好的住宿费用不退，新产生的住宿费用游客自己承担，。如果需要延长行程，所延长行程的相关费用也由游客承担。
- 4、费用：如果遇到堵车，交通管制，以及其他不可抗力等因素，无法赶到预定住宿点住宿，预定的住宿费用不退，游客临时产生的住宿费用由游客承担，司机领队的住宿由公司承担。

住宿说明

- 1、我们为游客们提供了性价比高的住宿，尽管如此，游客们应该有充分的心理准备，高原地区沿途人烟稀少，经济落后，沿线宾馆多未评定星级，因处于高原地带，水、电资源缺乏，有时候也会遇到停水、停电的情况，请提前准备好手电筒或者头灯，要做好不能洗澡、洗头、洗脸的准备，特别爱干净的游客，可以携带睡袋内胆，以备不时之需。
- 2、地处高原或藏区，宾馆设施不全，一次拖鞋、吹风机、一次性酒店用品配备有限。
- 3、几乎所有宾馆，都没有电梯和提行李服务，敬请自理。
- 4、对于住宿有特殊要求的游客，请在报名时告知客服（要求全程一个人住宿，大床房等等），在报名时确定费用，上团后临时修改住宿，可能无法满足其要求。
- 5、原则上没有特殊原因，不能更改住宿地点。如果全团同意更改住宿地点，原定住宿不退，新产生的住宿费用由游客承担，新产生的司机和领队住宿由游客 AA。

洗澡说明

- 1、建议初上高原，3天以内不要洗澡，3天以后要视自身身体状况而定，以免感冒引起或加重高原反应，会影响整个行程。
- 2、高原或藏区水电供应不足，可能会出现水温不稳定的情况，请在洗澡前，先用手试好水温，再做洗澡的准备，以免水温过热造成烫伤，或者水温过冷造成感冒。
- 3、高原或藏区水电供应不足，也可能在洗澡过程当中出现停水的现象，所以洗澡的速度要快，如果头发过长的女生，建议洗发和洗澡分开进行，以免出现没有洗完，热水已经用完，或者已经停水的现象。
- 4、请确定自己能适应高原和藏区的艰苦条件再报名，本公司不接受任何关于洗澡问题引起的投诉。

高原旅游注意事项

- 1、初入高原，不可暴饮暴食，以免加重消化器官的负担，不要饮酒和吸烟，不能剧烈运动，使其能很好地适应此环境。
- 2、要多食蔬菜，水果等富含维他命的物质，要多饮水。
- 3、要防止因受凉而引起的感冒。高原早晚温差特别大，很容易着凉并感冒，宁可热一点，不可冷一点，多穿衣服。
- 4、一旦发生高原反应也不必恐慌，要视其反应的程度而有针对性的治疗。如果反应较低，可采取静养的办法，多饮水，少运动，一般一段时间后会消失或减弱。
- 5、常用的预防高原反应的药物：红景天、肌肝片、葡萄糖等，进山前二天开始服用，路途中也坚持服用，可以有效防止高山反应。
- 6、要防止干燥，特别是防晒用的唇膏、防晒霜等，可以有效防止水份的流失，可以增加身体的抵抗力。
- 7、在户外运动中应充分考虑安全因素，不能因景色太好而忽略安全，在住宿地最好不要夜间单独出门。
- 8、由于全程大多数路段处于高原，行车时间较长，有可能会因塞车、道路维修等客观原因造成抵达时间上的延误，请大家相互谅解；
- 9、骑马如有损伤，责任自负，我部不予任何赔偿。骑马需注意安全。必须由马夫牵马方能骑，不能独自

Hello 318川藏线

骑马，不能骑马奔跑，险路和下山必需下马步行。保险公司不承保骑马项目。

10、本行程，非真正意义上的纯摄影团队行程，每天集合出发时间及到店入住时间需要根据大家的正常作息时间的情况下作出合理调整，希望参加活动的摄影爱好游客谅解，线路行程中有好的风光美景我们会在地点和时间合理的情况下为大家稍作停留，为大家争取进行摄影和创作的时间；

关于保险说明

1、游客在签订协议时协议内容里有我们代为购买保险一项，我们代为购买后，即该游客就是该保险的投保人和受益人，如发生意外，由保险公司对该游客受到的意外伤害进行承保，意外伤害的定义是：指受外来的、突发的、非本意的、非疾病的客观事件直接致使身体受到的伤害。保险公司的赔付额为最终赔付，我社不再进行赔偿。

参团后退团退款政策

一、因游客自行原因取消报名的退款政策

- 1、报名后于出发日前15天 退出活动，活动费用退 100%；
- 2、报名后于出发日前10--14天内退出活动，活动费用退80%；
- 3、报名后于出发日前8--9天内退出活动，活动费用退70%；
- 4、报名后于出发日前6--7天内退出活动，活动费用退60%；
- 5、报名后于出发日前6天内退出活动，活动费用不退；
- 6、报名国庆节黄金周的团队，于出发日前15天内退出活动，活动费用不退；
- 7、活动开始后如因身体等个人原因退团，只能退还未发生的门票费用（大型节假日除外），其它所有费用均不作退还。个人所产生的费用自行处理；
- 8、大型节假日只退未产生费用（节假日期间需提前订车，订房等。），集合日前6天内无法退还一切活动费用，请理解。

二、因其它不可抗拒原因取消活动的退款政策

- 1、如不可抗力发生在团队出发前，所有游客所交的活动费用将全部退还，但不承担除此之外的其它损失
- 2、如不可抗力发生在团队出发后，行程无法按照合同履行的，经双方协商可以对行程调整、取消或延期。行程变更后增加的费用由游客承担，减少的费用退还游客。若实在不同意继续前行的，只退未产生的房费，其他一切费用不退。