**宁夏沙坡头 贺兰山岩画 乌兰湖穿越 大漠营地沙漠木屋定制6日行程单**

漠上星途

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | QD SHI JI JIANG NAN | **出发地** | 青岛市 | **目的地** | 银川市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | ★ 【独家精品】2-8 人 VIP 独立小团，全程 0 购物店，0 自费，一单一团，独立出行★ 【美食盛宴】贺兰山野生蘑菇面、中卫非遗桂花香扁豆子面、内蒙非遗烧麦、沙漠自助小火锅★ 【缤纷景点】 摒弃传统旅游模式，本行程带您行摄宁夏，打卡宁夏初春超美的拍照胜地携程口碑榜 2023 年度必玩地标景点、打卡《妻子的浪漫旅行》录制取景地--沙坡头 与美国的 66 号公路极为相似的” 自驾之路“，拍摄属于你的私人大片--66 号公路 岁月失语 唯石头言--贺兰山岩画红寺堡酒庄历经 10 年，在荒漠上铸造花园般的酒庄屹立在中国葡萄酒第一镇-红寺堡镇 沙海冲浪穿越腾格里沙漠进入腹地傍晚为您点燃篝火载歌载舞看烟花秀也可躺沙望星河一步一景边吃边玩的市内观光夜市，满足您的味蕾的同时了解老银川的变迁★ 【暖心赠送】沙漠鞋套、魔术围巾、每人每天两瓶矿泉水★ 【贴心服务】0 购物 0 自费，1 客 1 接站 0 等待；为您解决游玩的后顾之忧； |
| **产品介绍** |  D1 各地✈银川 银川接机 / / / 银川4 钻酒店 D2 银川宁夏博物馆--影视城--贺兰山岩画 ---观光夜市 √贺兰山野生蘑菇面 / 银川4 钻酒店 D3 银川--酒庄乌兰湖穿越-66 号公路--大漠营地- 沙海冲浪--篝火晚会烟花秀 √内蒙非遗烧麦 沙漠火锅 独栋小木屋 D4 酒庄-营地沙坡头---移民旧址-全国航模基地 --红寺堡酒庄 √ 桂花香非遗 扁豆子面 / 红寺堡酒庄 D5 中卫-银川晨拍葡萄园-酒窖参观--品葡萄酒 --西关民俗文化园--怀远夜市 √仙鹤楼水 饺 / 银川4 钻酒店 D6 银川✈各地 自由活动，银川送机 √  |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **全 国各地 ✈河东机场→ 银川市 区 今日亮点：飞抵西北腹地星星的故乡，塞上江南好客宁夏，寻找你的城市印记**今日安排：银川集结，开启一段美好旅程。专职接机师傅会在出发前一天 20:00 前和游客取得联系。银川市，西靠贺兰山，东临黄河水，这片塞上平原不仅有着雄浑壮丽的西北风光，还孕育了延续千年的灿烂文明。 除了边塞风光，如今在现代艺术和文化领域，银川也正大放异彩。“一城寻味何处觅” ，独特的美食印记，会让你对这里记忆犹新，各种羊肉、烧烤、夜市；边走边吃，无限 满足；这是这座城市里最活色生香的民间味道。温馨提示：1．出发前携带个人有效身份证件原件（以备住宿和登记所需）。2．请保持手机畅通；工作人员将在出行前一天20：00 前联系您，请注意查收短信或接听电话，避免耽误出行时 间。3．入住酒店检查房间设施，如有问题立即告知服务员或者导游。4．西北地区沙漠活动较多，需要穿一双合脚、防沙、透气性好的鞋，可以为您的旅途省去不必要的麻烦。5．西北紫外线强烈，准备好防晒霜、太阳镜、防晒服、纱巾、帽子等做好防晒措施；6．晚上 18:00 之前抵达的游客，可以在市区各商圈、夜市，寻找自己的的城市印象；特别推荐：❤银川商圈：新华街商圈、万达商圈、阅彩城商圈；❤银川市区著名建筑：鼓楼、南门、玉皇阁、团结路景观大道、览山公园、海宝塔、宁夏博物馆等；❤银川美食夜市：敬德街夜市、鼓楼尚街夜市、阅彩城宁夏观光夜市、怀远夜市；❤银川美食：小叶手抓、老毛手抓、北颂冰煮羊、百草滩羊泉水涮羊肉、德隆楼、红柳枝烤肉、羊尕子烤肉等各 类烧烤。交通：巴士接机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 银川 |
| **D2** |
| **行程详情** | **银川→ 宁夏博物馆→ 影视城→ 贺兰 山岩 画→ 观光夜市 今日亮点：史前人类的艺术长廊”“刻在石头上的史诗**今日安排：酒店内享用早餐后前往【宁夏博物馆】共有辉煌塞上、石刻史书、宁夏通史、红旗漫卷、盛世回乡五个展厅】（银川市区，参观时间约 2 小 时），集中包容了宁夏珍贵的物质和非物质文化遗产，体现着宁夏的历史传承。现馆藏文物近 40000 件，其中三级以 上珍贵文物 4000 余件，一级文物 159 件，西夏王陵出土的鎏金铜牛及刻有西夏文字的石雕人像、唐代胡旋舞墓门石 刻等更属国宝级珍品。藏品鲜明的地方特色和民族特色，在全国博物馆中独树一帜。早上九点开馆，每周一闭馆，可提前五天网上预定免费讲解员【影视城】评为“ 中国最受欢迎旅游目的地”，是中国十大影视基地之一。原址为明清时代的边防城堡。在中国 众多的影视城中，西部影城以其古朴、原始、粗犷、荒凉、民间化为特色，是中国三大影视城之一，也是中国西 部唯一著名影视城。在此摄制影片之多，升起明星之多，获得国际，国内影视大奖之多，皆为中国各地影视城之 冠，故被誉为“ 中国一绝”【贺兰山岩画】贺兰山岩画是中国游牧民族的艺术画廊 ，它记录了远古人类在 3000 年前至 10000 年前放牧、 狩猎、祭祀等生活场景，揭示了原始氏族部落自然崇拜、图腾崇拜、祖先崇拜的文化内涵，是研究中国人类文化 史、原始艺术史等的文化宝库。开放时间：夏季 08:00-18:00，18:00 停止入场冬季 08:30-17:30，17:30 停止入场打卡攻略：银川世界岩画馆（ 30min）→室外岩画遗址区（ 1h）→银川韩美林艺术馆（ 1h） ，幸运的话还可以遇见贺兰山的小精灵岩羊哦 ~每日免费官方讲解时间为 10-10:30/11-11:30/14:20-15/15:30-16/16:30-17【宁夏观光夜市 】位于银川繁华地段大悦城商圈的宁夏观光夜市是宁夏政府倾力打造的“宁夏美食会客厅” ， 云集了宁夏回族自治区五个地级市的地方美食、特色小吃：手抓羊肉、中卫蒿子面、固原麻食、吴忠拉面、回味 小铺、回味宁夏、优素福老银川面馆、鱼汤泡饭、杂粮搅团、麻辣小关、一带一路新疆餐厅、哈宁宁羊蹄蹄、秦 味斋羊肉泡馍、阿里木锅贴、玖果、虎子黄渠桥羊肉、马记牛街水饺、御品斋老汤羊杂馆等美味美食不可挡！宁夏观光夜市打造健康、 时尚、美味的特色城市“夜生活”旅游休闲综合体。夜市自由活动美食推荐：- 羊肉类：保记的羊肉泡馍，馍筋肉烂，汤汁浓郁；羊尕子深夜食堂的盐烤羊肉，原汁原味，肉质鲜嫩；还有烤羊肉 串，外焦里嫩，香气四溢。- 面食类：西竹拌面，面条劲道，酱料独特，口感丰富；中卫蒿子面，面条爽滑，蒿子的清香与臊子的鲜美相得益彰； 马优素老搓面馆的搓面，手工制作， 口感筋道，汤鲜味美。- 小吃类：晶糕，色泽诱人，香甜软糯；羊蹄，炖煮得十分软烂，入口即化，味道醇厚；辣糊糊，是宁夏特色小吃， 可选择自己喜欢的食材在辣糊糊中煮制， 口感香辣浓郁；还有搅团、鱼汤泡饭、手工空心挂面等。- 其他美食：蓝街烤鱼，鱼肉鲜嫩， 口味多样；汉中热米皮，米皮软糯，辣椒油香气扑鼻；粉汤水饺，饺子与凉粉 搭配，汤鲜味美；以及全国各地的特色美食，如臭豆腐、烤面筋、火爆鱿鱼、酸辣粉等。夜市自由活动温馨提示：- 财物安全：夜市人流量较大，人员复杂，要注意保管好自己的财物，如手机、钱包、相机等，最好将贵重物品放 在身前可见的位置或有拉链的口袋内，避免丢失或被盗。- 饮食卫生：选择有正规营业执照和卫生许可证的摊位就餐，避免购买和食用来源不明的食物，以防食物中毒或肠 胃不适。如果对某种食物过敏或有特殊饮食要求，在购买前要向摊主确认清楚。- 遵守秩序：在夜市中要遵守公共秩序，不要随意插队、拥挤或大声喧哗，避免与他人发生冲突。在品尝美食时， 要注意保持环境卫生，将垃圾放入指定的垃圾桶内。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐 午餐：贺兰山野 生蘑菇面 晚餐：X  |
| **住宿** | 银川 |
| **D3** |
| **行程详情** | **乌兰湖穿越→ 66 号公路→ 沙海冲浪→ 篝火 晚会→ 空中课堂 今日亮点：沙海冲浪体验速度与激情的美妙旅程！听一堂关于星星的故事**酒店内享用早餐；乘车前往内蒙古左旗，途观【三关口明长城遗址】此关口是宁夏与内蒙古阿拉善左旗的交界地，在关口处可 看到残断长城遗址，古代银川城防的“ 四险”之一。【最美穿沙公路】进入中国腾格里沙漠腹地一路向西感受不 一样的沙漠情怀，抵达【沙漠梦想公园】换乘【沙漠越野】开启您的沙漠之旅！【乌兰湖穿越+赠送无人机航拍】“乌兰”在蒙语的意思是“红色的”，湖水如血液鲜红，白色的盐碱地像是覆盖 在心脏上的血管经脉。这就是跳动的“地球之心”。远离了城市的喧嚣，神秘而又壮观。午餐 ；品尝内蒙古阿拉善左旗非遗美食“德顺源烧麦”荣登 CCTV 中视购物平台隆重推介国货优品 ；德顺源的发展起源可以追溯到其店铺前身为晋三晚清至民国二十年前，至今已有一百多年的历史，一九三一 年更名为德顺源，元 ，、茶水、糕点，可谓是百年营烧麦、老字号。 2016 年 10 月8 日被呼和浩特市玉泉区政 府命名为烧麦第一店，2018 年列入呼和浩特市级非物质文化遗产单位。历年来多次获得省市区级政府奖励和大 力支持。烧麦出笼、鲜香四溢、一壶砖茶、一两烧麦、一杯老酒、一叙衷肠 … …【66 号公路】 “媲美美国 66 号公路的打卡圣地”乘车前往中卫（ 80 公里 1 小时车程）沿途的岩石戈壁非常壮观，美景尽收眼底，打卡 66 号公路各种网红式 美拍，司机可帮忙拍照。参观 66 号公路时，如遇交通管制等不可抗力因素导致无法通行参观的情况下，将取消 66 号公路景区参观的行程（ 66 号公路景区不收景区门票，故不产生退费 ）【沙漠营地】 后前往中国第四大沙漠——【腾格里沙漠】 ，穿越沙漠公路，感受不一样的沙漠情怀，有着雄踞 千里的连绵沙丘，如同定格的波浪般此起彼伏，在沙漠公路行驶，那浩瀚无边，一望无际的沙漠。 目光所及的地 方尽是一片蓝天沙海， 汽车飞速奔驰，横穿沙漠腹地，车轮下的路，更是延伸至无尽的远方。16:30-17:30 抵达营地，收拾沙漠行装，把不必要带的物品全部留在巴士车上，换乘【冲浪车】进入沙漠腹 地营地，入住沙景独栋木屋，夜宿沙漠，我们为您准备了兼具了豪华房型的调性与亲民的价格（规格：长 3 米、宽 5 米、大空间；内置床垫 1.5 米\*2 米+1.2 米\*2 米床，棉被、枕头均为星级酒店式床品，保证干净卫生；配备空调、 电插座；摩洛哥风格地毯；小桌子、矿泉水，配备口杯、烧水壶、拖鞋，为您提供干净、舒适的睡眠环境；公共 卫浴、24 小时热水淋浴（独立隔断）水冲式卫生间（独立隔断）距房间步行 1-3 分钟 ）。17:30-19:30 嗨游腾格里沙漠：（免费提供滑沙板，无限次随意玩） ，总之今天这里的沙漠是属于大家的， 大家尽可以放心的撒欢、拍照等，落日西下，可以一同座在沙丘上观看大漠孤烟直，长河落日圆景象，用相机留 下最美的黄昏与此刻的幸福美满。19:30-20:30【沙漠户外烧烤或火锅】红柳枝烧烤撸串和露营超匹配！20:30-21:30【沙漠篝火晚会】21:30-23:00【沙漠观星】在夏季 ，晴朗通透的夜晚，你可以看到一条璀璨的银河横跨夜空，相信您一定会 对星空有新的认识，星云、星座、行星，无需望远镜，眼睛看到的已足够璀璨。（备注：如果您使用的是华为手机，还能拍出属于自己的手机星空照片）交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐 午餐：内蒙非 遗烧麦 晚餐：沙漠火锅  |
| **住宿** | 沙漠观景房 |
| **D4** |
| **行程详情** | **沙坡头→ 移 民 旧址→ 全 国航模基地→ 红寺堡酒庄**【 沙坡头】 “大漠孤烟直长河落日圆；中国最好玩的景点之一”沙坡头旅游景区地处中国第四大沙漠。黄河在这里划下一个独特的“ U”型大湾，中国首创世界唯一沙漠大扶 梯、天然形成的国际滑沙中心、横跨黄河 820 米的黄河飞索、惊险刺激的黄河蹦极，被称为“ 中国十大最好 玩的地方”只有到达的那一刻，才能真正感受到震撼，孤独和壮观成正比，满足对西北的所有想象。vvv午餐推荐：中卫桂花香非遗扁豆子面，作为中卫地标性特色面食，其历史悠久、营养丰富、 口味独特，在 民间盛行，富有浓厚的西北乡土气息。如今，扁豆子面已有了“桂花香手工面”品牌，声誉鹊起，一碗热气腾腾 的扁豆子面端上桌，醇厚的豆香便会扑面而来，配上点土豆丁、肉丁，搭配浓郁的汤汁吃一口，扁豆子的香气瞬 间充斥在口腔 ，味道香浓醇厚、 口感爽滑，一碗下肚让人回味无穷。【红寺堡移民旧址】位于吴忠市红寺堡区新庄集乡境内，方圆 60 平方公里，废弃院落近 7000 处，房屋 8200 多间，窑洞和羊圈近万处，是宁夏境内现存规模最大、保存较完整的移民旧址，是红寺堡区生态扶贫移民辉煌 巨变的历史见证。 旧址保护区和移民新村隔远相望，相互映衬，构成一道独特的历史景观。【红寺堡中国航空模型基地】罗山航模基地位于宁夏吴忠市红寺堡区，2012 年建成， 占地面积广阔，拥有能容 纳 8000 人的看台 1 座，c25 砼跑道两条，还有下沉式机库 30 个。该基地已连续 12 年举办全国航空模型锦 标赛，吸引了大量来自全国各地的航空航模专家、教练、青少年运动员以及航空运动爱好者。罗山航模基地被 国家体育总局航管中心授予“全国科技体育（航空航天）训练活动基地”的荣誉称号，也被中国航空运动协会 授予“ 中国航空运动协会罗山飞行营地”的称号。vvv今日沙坡头 tips：（ 以下沙坡头娱乐项目需自费，具体价格以当天景区通知为准！ ）1、羊皮筏子：非遗，四人一船，可以听筏工唱民谣，建议一定要坐，在河道上悠闲飘荡， 就像一叶扁舟，随波 逐流，很舒服，筏工边滑着船还会唱歌，歌声回荡在峡谷间，看遍祖国大好河山2、骑骆驼：如果不深入沙漠腹地，又无法领略大漠的壮美，那么最好的方式就是骑乘有着“沙漠之舟”之称的 骆驼，骆驼群慢慢在沙漠上走，感受驼铃阵阵的回响，叮当叮当的，静静的时空里回荡清脆的铃声。3、沙漠日照比较强，做好防晒工作；4、 由于沙漠的沙子很细小，把精密仪器保管好 ，比如手机、相机、摄相机等，否则沙粒进入后不容易清理而且 还会划伤显示屏；5、在沙漠活动一定要听领队的安排不要离团队太远如离团一定要和领队打好招呼确保随时能取得联系6、进入沙漠游玩，建议穿鲜艳一点的衣服，红色/黄色/橘色和沙漠拍照都很搭。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐 午餐：桂花香非遗 扁豆子面 晚餐：X  |
| **住宿** | 红寺堡酒庄 |
| **D5** |
| **行程详情** | **葡萄酒庄 园→ 西关 民俗文化 园→ 怀远夜市→ 银川**酒店内享用早餐后，前往葡萄园沐浴晨光打卡拍照， 享受大自然的馈赠 。 了解酿酒工艺参观酒窖 。【吴忠市红寺堡酒庄】2014 年成立，2021 年晋升四级列级酒庄。2024 年胡润中国葡萄酒酒庄 50 强榜。2020 年第九届宁夏贺兰山东麓国际葡萄酒博览会金奖等。2021 德国国际葡萄酒大赛金奖；布鲁塞尔金奖；品醇客 金奖；酒庄项目占地 8730 亩，其中葡萄园占地 5500 亩；文化产业园占地 133 亩；葡萄主题文化观光园占地 3097 亩；酒庄基地种植有赤霞珠、蛇龙珠、 品丽珠、梅鹿辄、黑比诺、 霞多丽、贵人香等世界名贵酿酒葡萄 品种，5500 亩葡萄基地已经全部通过有机认证；是集旅游观光、休闲会所、 国际会展及世界葡萄酒文化交流 为一体的现代化综合开发公司。vvv午餐推荐【仙鹤楼】仙鹤楼水饺是宁夏银川的知名美食，其制作技艺被评为第六批自治区级非遗代表性项 目，所属的仙鹤楼餐饮是一家近 40 年的老牌清真餐厅。水饺有羊肉、牛肉、虾仁、素三鲜等多种馅料可选。其 饺子形如元宝，皮薄馅大，选用盐池滩羊肉、优质雪花面粉，纯手工拌馅、包制，面皮光滑筋道，油而不腻，清 香可口。 仙鹤楼连续九年举办“仙鹤楼饺子”文化美食节，弘扬传统饺子文化 ，回馈家乡父老。【西关民俗园】 (游览约 40 分钟)来到宁夏回族自治区怎能不深入了解一下多民族是如何和谐相处相容呢？前往 闹市中的宁夏银川市兴庆区西关民俗园 (曾用名：兴庆区西关清真寺) ，了解浓郁的回乡风情及穆斯林建筑；感 受回汉一家亲的和谐美好共产主义新生活。【怀远夜市】后前往 CCTV-2《消费主张》 中国夜市全攻略独特的没事印记---【怀远夜市】从牛肉馅饼、醪糟 汤圆、西竹拌面、羊杂碎、 中卫烩小吃、羊肉泡馍、黄渠桥羊羔肉等各种小吃琳琅满目，边走边吃无限满足；vvv今日红寺堡酒庄 tips：1.参观酒庄生产车间、酒窖、 品尝红酒。2.远离城市体验住在酒庄里的童话。3.清晨万亩葡萄园清新的空气宁静拥抱您美好的一天，进入葡萄园摆拍自嗨！是您最出片的打卡地。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐 午餐：仙鹤楼水 饺 晚餐：X  |
| **住宿** | 银川 |
| **D6** |
| **行程详情** | **银川—返程**早餐后；根据航班提前送飞机，结束愉快的旅程。我们又将回归我们的日子，过日子，可以有风花雪月，可以有案牍 劳形，但是，柴米油盐，粗茶淡饭，这些生活中最是平常的画面，却也饱含着生活最真实的味道。祝好！ 送机提示：❤ 今天是行程的最后一天，请您注意检查好随身物品，以及关注您的航班动态时间，过安检时您所购买的物品 是否能够携带，如不能携带请提前安排好邮寄。❤ 请提前检查好自己的随身行李物品，不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦。❤ 针对我们精心安排的行程和导游服务，请留下您的宝贵意见，签好意见单，感谢各位贵宾对我们工作的支持 和理解，我们会不断的完善自我，提供更优质的服务，如果您对这次宁夏之行感到满意，请介绍您的亲朋好友， 我们热烈欢迎您再次来到大美宁夏，希望您一路平安，最真挚的祝福送给您！交通：巴士送机 |
| **用餐** | 早餐：酒店早餐 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 用餐标准：含 4 早 5 正餐（早餐为酒店团队房价包含，为酒店配送，不吃不退、精心安排四大特色餐：特色餐含贺兰山野生蘑菇面（ 中晚蘑菇面一碗+小菜+加蛋 ） 中卫非遗扁豆蒿子面（牛肉扁豆字面一碗+香卤蛋+爽口小菜）内蒙古非遗羊肉烧麦（牛肉大葱烧麦一笼+紫菜蛋花汤一碗） 银川仙鹤楼（非遗滩羊水饺一份）营地小火锅:或营地烧烤：按份上足量满足您的味蕾；品味沙漠里的惬意1、行程门票：行程所列景点首道门票（不含景区内自费、娱乐项目 ）含贺兰山岩画门票+美琳艺术馆+电瓶车往返；影视城明清两堡；沙坡头景区大门票+保险费；乌兰湖维护费 +15 秒航拍（不含换乘越野车费用） ；酒庄参观费+品酒费；赠送景点 ：66 号公路；西关民俗风情园；（此景点属于赠送景点，因天气不可抗无法游览不予退费 ） 淡季老人退门票差 160 元/人 1.2 米以上收费门票 120 元/人旺季老人退门票差 180 元/人 1.2 米以上收费门票 120 元/人交通：当地全程当地旅游车，保证一人一座；2-3 人： 5 座轿车 A 座； 4-6 人用车：7-9 座商务车；7-9 人用车： 14 座商务车；10-12 人用车： 17-22 座空调旅游车；住宿：全程当地 4 钻酒店，（银川参考酒店沙美假日、美德亨、润泽华洋； ）特色住宿：红寺堡酒庄酒店双标间；独立卫浴洗漱间；空调房；中卫沙漠营地独栋木屋；公共卫浴洗漱间；空调房；由于当地条件有限，酒店条件不如沿海地区，做好准备■旅行社将根据实际情况安排游客入住。不提供自然单间，如产生单人房差请游客自行现付房差。单房旅游旺季和节假日期间， 由于房源紧张，旅行社可能会安排其他的不低于以上住宿标准的住房■ 因旅游者主观要求标准不同，酒店未达到个人住宿要求标准的不属于旅游行程质量范畴。遇特殊原因（如天 气，交通，地面），酒店接待能力，可能变更住宿地点，标准不变。■备注：西北属偏远、发展中地区，住宿条件相对较一般，条件有限，不能和内陆城市的同等级酒店相比，还请请客人多谅解、包涵。导游安排 ：8 人以下安排司机做景区、酒店衔接工作，不安排导游服务；8 人以上包含导游服务；儿童费用含： 车费、接送机、综合服务费；儿童费用不含：不含银川、 中卫、酒店 4 晚住宿；银川、 中卫酒店早餐；午餐；所有景区门票。特别说明：儿童不含景区门票，超过 1.2 米儿童/学生（凭学生证或身份证明）购买门票。景区内换乘车根据个人身体情况可以自由选择：（提前一天预约）乌兰湖三湖穿越 800 元/辆（最多可乘 4 人）乌兰湖五湖穿越车费 1000 元/辆（最多可乘 4 人） |
| **费用不包含** | 景区内换乘车根据个人身体情况可以自由选择：（提前一天预约）乌兰湖三湖穿越 800 元/辆（最多可乘 4 人）乌兰湖五湖穿越车费 1000 元/辆（最多可乘 4 人） |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 宁夏地区旅游属发展阶段，硬件条件有限，酒店标准、用餐口味与沿海发达城市有差距，不可相提并 论，请您做好相应的心里准备。酒店内基本都提供一次性的洗漱用品，为方便卫生建议您携带自己的 物品出行自备拖鞋。 出行前携带身份证，另外如果有学生证、老年证和军官证等也可以有的景区会有门票优惠；如果您是 记者、教师也可以带上您的有效证件有的景区会有针对性的优惠。 宁夏地区属于大陆性干旱气候，昼夜温差大, 不同季节、气温乍暖乍寒，请游客根据自身情况带足御 寒衣服、水壶以备外出护肤用。建议里薄外厚，可方便穿脱。紫外线照射强烈、墨镜、太阳帽和防晒 等护肤用品要准备。 宁夏气候干燥且风沙大，建议您多注意饮水、准备支润唇膏在身边。自备保温杯。携带口罩，面巾防 止风沙。 宁夏地区属于少数民族聚居地区，各少数民族有其独特的宗教信仰。请游客注意尊重少数民族风俗习 惯，以少数民族接触不当众寻问或谈及其宗教信仰，以免造成不必要的误会。 沙漠旅行提示：1．骑骆驼漫游沙漠是来宁游客体验神奇经历的理想选择，游客在参加沙漠骑骆驼时，要防止骆驼站起 来或卧倒时将人摔下，在这时要抱紧驼鞍或驼峰。骑骆驼时不要绷着劲，应随着骆驼的步自然骑坐摆 动，适时调整坐姿。不要打伞，不要穿着艳丽的衣服在骆驼前面，听从导游，驼工的调配。2．沙漠景区沙子较多较细，摄影包最好有盖，拉链记得拉上。塑料袋要时常更换，因为不长的时间， 袋里就会积存大量沙尘。拍完照片后要立即将相机收好。3．参加沙漠娱乐项目，景区规定 55 岁以上的人员不可参与有危险性的活动。您自身也要了解身体情 况。有高血压，颈椎，腰椎问题，心脏病等疾病的人员不可参与。 黄河漂流提示：漂流项目在我国许多地区都有，但乘坐羊皮筏子在黄河上漂流就只有宁夏最成规模了。游客在乘坐羊 皮筏子时要注意：上下筏子要稳而慢，防止滑倒，要一脚踩几根木杆，不要踩单杆，以免踏空；上筏 后坐下时不要过猛，漂流进不要站起来或打闹；须穿戴救生衣，遇到大浪不要惊慌，抓牢木杆坐稳。 相机拍摄建议：1．防尘：相机在野外最怕风沙，沙漠中的微尘无孔不入。最好的办法是将镜头调至最短，用塑料袋封 好，放在摄影包中备用。摄影包最好有盖，另外，拉链千万不要忘记拉上。塑料袋要时常更换，因为 不长的时间，袋里就会积存大量沙尘。拍完照片后要立即将相机收好。2．除尘：一天的拍摄下来，尽管精心保护，相机中也难免有微小沙粒。一个气吹一支羊毛小刷子无疑 是十分必需的。千万不要随便用其他东西擦拭镜头。 |