

早上 6:30 成都指定地点统一集合出发，经都江堰、紫坪铺水利工程，沿岷江而上，经都汶高速抵映秀，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，感受人定胜天的伟力。后沿卧龙峡谷，欣赏峡谷小桥、流水、枯藤、老树的美丽风光，穿越巴郎山隧道（全长 7954 米），可观云海、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。【猫鼻梁】（约 20 分钟）观四姑娘山全景，尽情摄影后，抵赴日隆享用牛宝贝汤锅或高原木子鱼特色午餐。

午餐后前往【双桥沟】（观光车 70 元/人，必须自费）游览，观阴阳谷、五色山、日月宝镜、人参果坪、沙棘林栈道、撵鱼坝、猎人峰、牛棚子、牛心山、阿妣山、野人峰等，双桥沟景区开阔平坦、景点集中，全程通车。沟内以山景为主，沿沟 216 平方公里范围内，次第分布着几十座海拔在 5000 米上的山峰，会同山涧溪流，如同徐徐展开的山水画廊。沟内还分布着目前国内罕见的千年原始沙棘树林，以及平坦宽阔的高山草甸，夏季，各色花卉装簇其间，香飘数里，漫步其中，宛若置身仙境。沟内现已开通绿色环保的观光车，游客可以更加舒适、方便的游览整个景区。晚可自费欣赏由著名的容中尔甲老师打造的《遇见斯古拉》大型藏族嘎尔戏（180 元/人，自理）。《遇见斯古拉》这台大型的室内实景演出由三个舞台和五个表演区组成，可容纳近 3000 人。全景式的舞台空间布局，让您心在其中、身在其中，虚实转换，让人叹为观止！该剧百科全书式展示了嘉绒藏族的歌、舞、礼、乐、史、诗以及藏族视死如归的爱国情怀，无不体现了仪式之美、朴素之美、悲怆之美。带给您来自视觉、听觉、感觉的完美盛宴！这是一台注入每一个藏族人灵魂的演出，不管台上是英俊的康巴汉子，还是灵动可爱的丹巴美女，他（她）们的专注与执着，配上一流的光影效果以及实景的渲染，时而浪漫唯美，时而千军万马，气势磅礴，带给人们无数感动、无限遐想、无限难忘！后入住酒店休息，结束当天行程。

备注：双桥沟全程 34 公里；乘观光车游玩，一般游玩时间为 4 小时左右；景区内，每个景点都有一个观光车上下的车站，请在车站坐车，保管好自己的贵重物品及随身物品。

温馨提示：

- 1、上车后请记好导游电话，以备紧急情况时方便联系。
- 2、行车途中停车休息，上下车请注意过往车辆、注意安全，老人及小孩上下车请家人或陪同人员搀扶。
- 3、日隆镇海拔 3200 米，建议不要饮酒、剧烈运动；酒店晚上关门时间一般为 22:00，请尽早回酒店休息。
- 4、四姑娘山景区地处中亚热带季风气候向大陆性高原气候过渡地区，由于高原地形，气候冬寒夏凉，常年干燥，雨量稀少，四姑娘山是典型的高原气候，早晚凉，中午热，蓝天白云，晚上星光灿烂，空气新鲜，但由于海拔高，部份人会有程度不同的高山反应。出行时要注意准备部分抗高原反应的药品和携带雨具；夏秋两季为去四姑娘山旅游的最佳时间。晚上没有旅行社安排，自由活动期间，务必保管好财物及注意安全。
- 5、游长坪沟时如选择骑马游览，此为高风险项目，不在旅行社承责范围内，请谨慎选择。且必须由马夫牵方能骑行，不能独自骑马，不能骑马奔跑，险路和上下坡路必须下马步行；6、藏区景区开发相对落后，接待能力有限，旺季及节假日景区观光车等有排队等候情况，敬请理解；观光车流动载客，所以游客上下车务必要携带好随身物品

第二天：长坪沟——成都餐 餐：早/午餐 住：温馨的家

早餐后前往【长坪沟】（观光车 20 元/人，必须自费）游览，穿越原始森林、穿过小溪、遥望雪山，在此可以看到大姑娘、二姑娘、三姑娘及四姑娘山，另可观赏到樟木藏寨、格鲁派喇嘛寺、古柏幽道、枯树滩、净心洞、洗身池、擂鼓石、金鸡岭等。长坪沟位于四姑娘山山脚下，全长 30 余公里。沟内植被丰富茂盛，分布着大片的原始森林，古柏苍松交错攀附，原始古朴。林深尽处，大片高山草甸置于群山环绕之中，给人远离尘世的感悟。没有人工修饰，一切自然天成，红石阵那激情的颜色，张扬着大自然的伟力。游客进入沟内或骑马或步行，徒步探险之旅可以一直延伸至理县的

毕棚沟。13:00沟口统一集合，午餐后离开四姑娘山，在车上回望着四姑娘山，回味东方圣山雄姿，重温卧龙峡谷风光，返成都在茶店子车站集散中心统一散团。

备注：长坪沟全长29公里，一般游玩前面10公里，游玩时间一般为4小时左右。里面可以步行，也可以选择租骑当地马匹（骑马费为：100—300，客人自行选择）（请注意安全，一定要到马匹公司租用含保险的马匹，不得在外面私自租用没有保险的马匹）；户外游览时间较长，日照充足，紫外线较强，请备好太阳镜，太阳、防晒霜等物品；请遵守景区管理制度，禁止抽烟、乱丢垃圾，违者最低罚款500元起，四姑娘山景区海拔2500-3200米，游览时请选择从海拔高的景点往下步行，不要做剧烈运动，以免高原反应。



服务提供项目
SERVICE PROJECT
Delicious food, beautiful scenery

- 1、景区内自由活动期间无导游陪同，请记好统一集合时间地点及导游联系方式。
- 2、由于旅途不确定因素较多，行程时间仅供参考，建议客人不要购买当日火车票飞机票，以免耽搁造成损失。

费用包含：

★【车】：正规旅游大巴车，保证一人一座；

★【餐饮】：一早餐（已含在房费内、不用不退费）三正餐（其中2顿特色餐，如放弃用餐，费用不退），途中在旅游定点餐厅用餐（少数民族地区，物质匮乏、条件有限及餐标所限，比城市差，多有不合口味之处，可自带佐餐咸菜、小吃、干粮、矿泉水等食品，请做好心理准备，多多谅解）；

★【住宿】（1晚双标独立住宿）（确定等级后，请在相应等级前面的口内划√）：

普通型常住酒店(2人间，有电热毯、电视、独立卫生间、热水及一次性洗漱用品、毛巾等)：

阿尔卑斯普标、圣山大酒店普标、新四姑娘山阳光酒店普标、郎麦藏韵酒店、邓园宾馆等

舒适型常住酒店(2人间，有电热毯或空调、电视、独立卫生间、热水及一次性洗漱用品、毛巾等)：

阿尔卑斯豪标、圣山大酒店豪标、新四姑娘山阳光酒店豪标等

豪华型：常住酒店(2人间，有地暖或空调、电视、独立卫生间、热水及一次性洗漱用品、毛巾等)：

云天商务酒店、风情大酒店、天韵仁吉酒店等。

★【门票】：双桥沟、长坪沟（所含门票均为旅行社折扣门票，一切优惠不退；免票以旅行社折扣价退。1.2米以下儿童免大门票，但需大人带领进入景区）

★【导游】：15人及以下无导游，15人及以上持证导游服务。

★【保险】：代购旅游意外伤害险，如因交通事故造成客人身体伤害及财物损失，按照《中华人民共和国道路交通事故处理办法》进行赔偿，解释权及理赔权由保险公司负责，费用由游客自行垫付后向保险公司报销（保险公司对3岁以下和70岁以上老年人不受理，如参团须签定免责申明且有正常成年人带领方可参团，且旅游保险对滑雪等高风险活动不承保，请谨慎选择。滑雪需单独在景区购买滑雪保险，若有滑雪等相关方面的摔伤，请在事发现场及时告知工作人员备案，一经离开现场，我社不做保险报案及相关协助处理）；

★【儿童报价】：3—10岁（1.2米以下）含往返汽车车位、导游服务，保险。

报价不含：

1，必须自费：观光车（双桥沟70元/人、长坪沟20元/人）；

推荐消费：嘉绒藏族土火锅晚会锅庄（180元/人）；

自愿消费：骑马（100—300元/人）。

2、行程中单男单女我方尽量协调与同性游客或领队拼房，若无法拼房，房差自理

3、棋牌茶水以及行程以外增加景点等产生的费用。

【赠送项目如游览博物馆或者特色餐不使用不退费、博物馆特殊时期如遇闭馆、视为放弃、敬请谅解。



备注

REMARK

Delicious food, beautiful scenery

- 1、保险：旅行社为游客代买旅游意外险，如因旅游意外导致游客人身损害、财产损失，旅行社仅协助游客向保险公司索赔；如因交通事故造成游客身体伤害及财物损失，保险公司按照《中华人民共和国道路交通安全法处理办法》进行赔偿。解释权及理赔权由保险公司负责。请游客提供有效正确的身份信息信息和联系方式，工作人员将根据此信息购买保险、订酒店和导游出团前联系本人。如提供信息有误，请自行承担相关损失。
- 2、由于道路经常出现塌方、路阻等情况，为了避免误机、误车等情况发生，请游客不要预订当日返程的机票或车票，若因此产生的改签、退票等损失，由游客自行承担，旅行社不承担任何责任。
- 3、该行程中所列的景区游览顺序仅供参考，在实际游览中，旅行社可适时调整景区游览顺序。如遇人力不可抗拒因素（塌方、路阻、天气突变等）造成行程延误或改变，旅行社在征得超过半数游客同意的情况下，可以临时变更行程，由此未产生的费用退还给游客，增加的费用由游客自行承担。旅行社不承担责任及损失。
- 4、游客如需中途离团，请提前告知导游并签写离团证明，未产生的费用恕不退还，离团后游客出现任何问题与旅行社无关。
- 5、景区内如安排为自由活动，期间没有导游陪同，请游客游览该景点的时候，带好行李。
- 6、行程内正餐为桌餐，如果外地游客不习惯请谅解，因提前预定不用餐不退费。
- 7、门票为我社赠送，所有证件：如老年证、军官证、学生证等一切证件无优惠差价退。执有证件的游客如果觉得门票退法不合理，报名时可以选择门票自理。
- 9、行程中景点游览时间仅供参考，具体视游客实际游览情况而定。
- 10、根据《中华人民共和国旅游法》请游客在报名时务必与接待人员签订书面旅游合同。如遇旅游地点为高原地区，请游客如实告知身体健康状况。患有（心、脑、肺、血管病史等）请不要前往。18岁以下未成年人，须在成年人陪同下出行。55岁以上老年人，须在直系亲属签字下方可出行。
- 11、请游客认真填写《旅行社服务质量跟踪调查表》。旅行社以游客所填写的《旅行社服务质量跟踪调查表》作为旅游服务质量标准依据。并以多数游客填写的《旅行社服务质量跟踪调查表》作为旅游服务质量评定标准。游客在完团后提出与其所填《旅行社服务质量跟踪调查表》意见不符的投诉，旅行社将不予处理。

【行程提示】

- 1： 自由活动期间，司机、导游无法提供服务，敬请谅解；
- 2： 因天气、自然灾害、政府政策性、军事等人力不可抗拒原因，导致的火车、公路、轮船、航空延误或滞留所造成的一切损失及后果，本公司不承担任何费用和法律费用。造成游程时间延误或增加费用游客自理，造成景点不能游览的，旅行社只负责退门票协议价；
- 3： 因特殊原因造成标准误差，按照实际发生情况进行退补；由于天气变化，在不减少旅游景点的情况下，我社保留旅游行程临时调整的权力；
- 4： 在旅游行程中，因不可抗力危及旅游者人身、财产安全，或者非旅行社责任造成的意外情形，旅行社不得不调整或者变更旅游合同约定的行程安排时，旅行社会事前向旅游者作出说明；确因客观情况无法在事前说明的，在事后作出说明。造成无法参加的景点或游览项目，旅行社负责更换同等价格景点或退还游客门票差额。赠送的项目因天气或其它不可预计的原因不能前往或是个人自身原因无法参加的不做等价更换，不退任何费用；
- 5、行程中所列酒店均未挂星，工作人员的介绍也是业内根据游客反馈的酒店感受及当地的旅游实际接待条件而做出的相应评价，均不代表官方依据，若对无挂星介意者，请选择挂星酒店入住；
- 6： 我公司将按行程中所列酒店、用餐标准执行，但出团前具体各地酒店名称、用餐地点仅供参考，我公司保留在相同标准等级情况下，调整酒店和用餐地点的权利；
- 7： 因客人原因中途临时退团，行程中所有费用一律不退。若由于客人自身放弃用餐、用车、用房、导游服务，费用概不退还。旅游过程中如因客人自身原因造成的一切损失和增加的费用由客人自理；
- 8： 行程中不提供自然单间，若出现单男单女，我方尽量安排拼房，请尽量给予配合与谅解，如不能拼房，请自行补齐单房差；
- 9： 因道路交通事故造成客人人身伤害及财物损失，意外保险赔偿按照《中华人民共和国道路交通安全法处理办法》

及保险公司意外保险条例进行赔偿。

【准备提示】

- 1: 适量饮用酥油茶、奶制品、红景天等饮料可增强对高原气候的适应能力。
- 2: 本季气候（15--30度），早晚温差大，白天天气晴朗，紫外线较强，游客须携带雨具，防晒霜，墨镜，女士不宜穿高跟鞋、裙装；自带常用感冒药，红景天、泌原素等抗高原药品；
- 3: 临行前了解、关注旅游期间天气预报，携带相应物品；
- 4: 在出门旅行时应携带常备药品（感冒药、消炎药、拉肚子药等）和自己平时长期用药品。如果晕车请务必携带晕车药，在开车30分钟前服用；
- 5: 客人参加行程外自费项目须谨慎，发生意外产生的损失由客人自行与景区协调，组团社不承担任何损失；购物切记谨慎；
- 6: 行程为散客拼团行程，非独立组团，导游在行程途中，若有照顾不周之处，请客人谅解散客拼团局限性，并就质量问题及时与我社沟通，欢迎拨打我社服务电话，以便及时就地处理解决；
- 7: 行程结束后导游会提供游客质量评价表，此表将作为我公司考核地接质量的依据，请客观、认真填写。我社接待质量以客人在当地所签意见单为凭证，如有接待问题请游客在行程内提出，以便我社及时处理，如客人在行程内不提出完团后则不予处理，以意见单为准，敬请谅解！

【安全提示】

- 1: 如实告知旅行社健康情况，脑溢血、心脏病、冠心病、高血压等疾病患者，慎入高原，本线地处高原，游客签约时已知晓，并承诺自己身体完全健康，适宜出游本行程，若有隐瞒，产生后果自负；未成年人、老人，有癫痫病、精神病等疾病史者等需成人陪同，否则后果自负；
- 2: 初入高原多有不适，多喝水、多吃水果，严禁饮酒，不要奔跑及剧烈运动；
- 3: 请珍重少数民族风俗习惯和宗教信仰，和睦相处，谨言慎行；晚上外出自由活动不要太晚，最好结伴而行；
- 4: 请随身携带并妥善保管好贵重物品及证件；
- 5: 外出旅游，安全第一，旅游途中请听从导游人员安排，配合司机、导游工作。团友之间相互关照，少数服从多数。自由活动，请注意人身及财产安全；
- 6: 旅行社对游客不承担监护权，游客须**自行保管自己贵重物品**，如游客因自身原因遗失物品，责任自负。旅行社及有义务协助寻找或报案，但不负责赔偿。请在每次离开酒店和用餐地点前仔细检查自己的贵重物品，以免丢失；
- 7: 山区雨季路滑、冬天雨雾及雪地路滑，路面崎岖不平，及在餐厅、卫生间等易滑地请注意安全、小心慢行；
- 8: 有些景区有骑马活动，此为高风险项目，不在旅行社承责范围内，请谨慎选择。且必须由马夫牵方能骑行，不能独自骑马，不能骑马奔跑，险路和上下坡路必须下马步行；
- 9: 谨遵导游及景区、餐厅、宾馆等的安全提示及警示标志，注意安全。
- 10: 行程中参观游览的景区景点均有严格的游览规则和安全提示，严格禁止前往非游客停留的区域，否则安全责任自负！！

此行程单签章后作为《国内旅游组团合同》的组成部分，本人代表同行____人仔细阅读并认可以上所有内容。