

2021年09月16日 星期四
责编:管品龙
美编:王 帆
校对:曹永亮

行程亮点

首趟西藏旅游专列、各方全程细致协调、青藏环线循序渐进、医生导游随团服务。

甘肃(兰州、黄河母亲像、黄河第一桥、水车博览园、水墨丹霞)、青海(格尔木、察尔汗盐湖)、西藏(拉萨、布达拉宫、大昭寺广场、八角街、昌珠寺、思金拉措、林芝、米拉山口隧道、雅鲁藏布大峡谷、雍布拉克、藏王墓、秀巴古堡、羊卓雍措湖)大型旅游专列14日游。

株洲首趟西藏旅游专列来了

晚报读者专享:每人2499元起,凭订报发票现场交全款,另有优惠

一生必去一次的西藏,最好的方式莫过于坐火车前往。这是地球上海拔最高的铁路。火车驶过一望而醉的青海湖,翻过皑皑雪山,穿过可可西里无人区,再经唐古拉进入藏北草原,体验西藏的亘古与神奇。

即日起,本报发行部携手广州铁路(集团)、湖南温馨夕阳国际旅行社有限公司,首次在株洲推出10月出发的“格尔木、拉萨、林芝进藏旅游专列14日游”。金秋十月,风光如画,赶上西藏和平解放七十周年,是去西藏的最好时机。专列为定制式有氧专列,渐进式开往青藏高原,安全舒适,可慢慢适应雪域高原气候。专列将于10月12日左右出发,晚报订户专享价格为2499元/人起,铺位有限,报完即止。



▲羊卓雍措

好气候 赏雪域高原最美风景

10月的西藏早晚温差很大,但白天最高温度可以到18℃左右,而且有充足的阳光,适合晒太阳补钙。正是出游好天气。这趟专列与别的行程不一样,旅途即观景,坐在专列上就能看到世界级坐标风景线。

从昆仑山泉、昆仑山口、可可西里、长江源头沱沱河、可可西里无人区,到穿越世界上最长的高原冻土隧道——昆仑山隧道、海拔2072米的世界铁路第一高车站——唐古拉车站、羌塘草原、三岔河大桥、世界上最长的“以桥代路”高原铁路——清水河大桥,在路途中就能领略高原的魅力景色。

到达西藏后,更有布达拉宫、大昭寺广场、八角街、昌珠寺、思金拉措、林芝、米拉山口隧道、雅鲁藏布大峡谷、雍布拉克、藏王墓、秀巴古

堡可供细细游览,羊卓雍措更是西藏三大圣湖之一,湖光山色之美,冠绝藏南。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。



▲察尔汗盐湖

出发时间:

10月12日(具体出发时间和抵离时刻以铁路公司最后执行为准)

读者专享价:

上铺2499元/人;中铺2799元/人;下铺3299元/人;

报名条件:

身体健康、年龄在75周岁以下,携晚报订报发票现场报名交全款,再优惠100元/人。

报名时间:

9月16日-25日(除中秋小长假19-21日),每天9:00-17:00。

报名地址:

株洲日报社晚报楼一楼大厅(天元区新闻路18号)

咨询报名热线:

李经理:15367339799(微信同号),谢经理:18573322740(微信同号)。

本报发行热线:

0731-28823900
相关资讯,请关注“株洲发行”公众号



简要行程

第1天:乘旅游专列赴兰州(途经怀化、娄底、湘潭、长沙、岳阳,全天餐自理,住火车上)

第2天:经停千年古都西安,随后开始驶入兰州(全天餐自理,住火车上)

第3天:游览兰州——黄河母亲像——天下黄河第一桥——水墨丹霞——青海(含中晚餐,住火车上)

第4天:游览格尔木——察尔汗盐湖(含中餐,住格尔木)

第5天:乘有氧列车前往拉萨(全天餐自理,住拉萨)

第6天:游览雍布拉克——藏王墓——昌珠寺——扎西曲登寺(含早中晚餐,住山南民宿)

第7天:游览思金拉措——米拉山口——雅鲁藏布大峡谷(含早中晚餐,住林芝)

第8天:游览秀巴古堡——西藏民俗村(含早中晚餐,住拉萨)

第9天:游览拉萨——羊卓雍措(含早中晚餐,住拉萨)

第10天:游览布达拉宫——大昭寺广场——八角街(含早中晚餐,住拉萨)

第11天:拉萨——格尔木,沿途欣赏可可西里无人区(不含餐,住格尔木)

第12天:沿途欣赏大草原,湖泊(不含餐,住火车上)

第13天:返程(不含餐,住火车上)

第14天:抵家,结束圆梦西藏之旅

好行程

格尔木停留慢慢适应高原

担心高原反应?不用怕!这趟专列节奏舒缓、安全舒适,缓缓从低海拔进入高海拔,渐进式饱览世界级坐标风景线。进藏火车车次很少,目前长沙到拉萨只有一趟火车,车次是Z264次,从广州始发。为此,主办方特联合铁路部门,特批一趟旅游专列,直接从株洲出发。

本次旅行,将先坐旅游专列到达兰州,游览兰州水墨丹霞、和青海察尔汗盐湖,慢慢适应雪域高原的气候和海拔。青海海拔3200米,一般不会出现高原反应,停留1天后,再上格尔木开往拉萨的有氧旅游列车,列车上供氧充足,一路舒适抵达拉萨。到达拉萨后,也会休息一晚,适应高原后再前往山南地区雍布拉克。

回程也将从拉萨先返回格尔木,在格尔木休整一天后再回株洲。避免出现疲倦、无力、嗜睡、胸闷、头昏、腹泻等反应的“低原反应”。专列上全程有保健医生跟随,为游客保驾护航。



▲布达拉宫



新冠病毒——健康之敌 疫苗接种——预防武器

