

坐着火车去拉萨 探秘神奇藏文化

每年6月开始,西藏开始进入旅游旺季,一直持续到10月,是西藏一年中风景最美的季节。6月重磅特推出拉萨、林芝、山南西藏全景大环线11日游,一步一景不走回头路。此次为精致小众包列出游,交通为长沙直达拉萨有空调列车。

6月的西藏,离天最近的地方,低调优雅更具神圣。雪山与冰川朝夕矗立迎宾,有的不仅是蓝天白云的柔情,还有林芝的雪山花海,将把这里的夏天说与你听。至此,仿可携手摘星月,梵音道心明,是许多人心中向往的人间秘境,也是一生必去的诗与远方。

在西藏看雪山,比雨季7、8月时更加壮观,喜马拉雅山脉的五座高峰都清晰可见,不必起得太早,就可以尽观神山晨曦与日出。西藏魅力让人向往,但高原反应却让人望而却步。担心高原反应?不用怕!其实高原并不可怕,只要在来西藏前做好抗高反的预防工作,一路沿途适应高原环境。这里是世界第三极,地球上离天最近的地方——西藏。很多人把西藏作为一生必去的目的,而去西藏最好的方式莫过于坐火车前往,一路风光无限。

大昭寺广场/八廓街

大昭寺(Jokhang Temple),又名“祖拉康”、“觉康”(藏语意为佛殿),位于拉萨老城区中心,是一座藏传佛教寺院,是藏王松赞干布建造,拉萨之所以有“圣地”之誉,与这座佛像有关。寺庙最初称“惹萨”,后来惹萨又成为这座城市的名称,并演化成当下的“拉萨”。大昭寺建成后,经过元、明、清历朝屡加修葺改建,才形成了现今的规模。



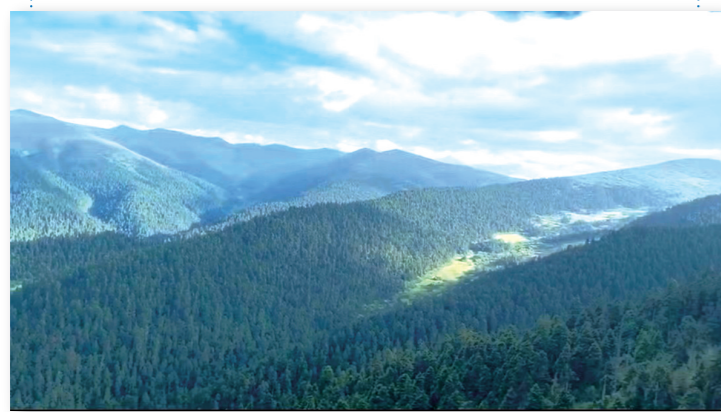
雅鲁藏布大峡谷

雅鲁藏布大峡谷是世界上最大、最深的峡谷。据国家测绘局公布的数据:这个大峡谷北起米林县派镇大渡卡村(海拔3000米),经由排龙乡的雅鲁藏布江大拐弯,南到墨脱县巴昔卡村(海拔115米,在藏南地区靠近印度阿萨姆邦的地方),主体在墨脱县。从墨脱县甘登乡多卡村往上,一直到米林县派镇加拉村,是雅鲁藏布大峡谷无人区。



鲁朗林海

鲁朗林海是一处云雾海里的森林,有“叫人不想家的”的美誉,整个景点如诗如画,周边雪山林立,沟内森林葱茏,林间还有整齐如人工修剪般的草甸,许多民居修建在这山环水复的天上森林,周边溪流蜿蜒,有成千上万种野花竞相开放,简直就是人间天堂。



纳木错

纳木错位于西藏自治区中部,是西藏第二大湖泊,也是中国第三大的咸水湖。湖面海拔4718米,形状近似长方形,东西长70多千米,南北宽30多千米,面积1920多平方千米。“纳木错”为藏语,蒙古语名称为“腾格里海”,都是“天湖”之意。纳木错是西藏的“三大圣湖”之一。纳木错是古象雄佛法雍仲本教的第一神湖,为著名的佛教圣地之一。



1.此次特惠价格回馈读者“圆梦西藏”双卧11日游特惠团将于6月18日左右出发,特惠价格为2580元/人起(上铺)。此次旅行直达目的地,游客可以享受一站式服务,此趟行程实行“游购分离”,没有任何强迫消费,一切遵循自愿原则,坚决保障所有游客权益。费用包含了全程交通往返费用,下车后的住宿费用和餐费,车站、酒店至景区大巴车费用,导游服务费用和小额人身意外保险。全程全陪导游保姆式贴心服务,为游客保驾护航。
2.保持良好的心态外,阶梯式进藏是预防高原反应的最安全稳妥的方法。所以坐火车去西藏是最好的交通方式,尤其对中老年来说。此次行程安排节奏舒缓、安全舒适,缓缓从低海拔进入高海拔。

即日起开始报名(因铺位所限,名额有限,先到先得)
出发团期:6月28、7月8、18、28日左右
【重磅福利】价格为2580元/人起(上铺)。

本期周刊内容由温馨夕阳旅行社提供(地址:神农公园大门口)。旅游咨询报名电话:15367339799

简要行程

- 第一天:晚上19:12长沙火车站集合上车直达拉萨。(不含餐,住火车上)
- 第二天:欣赏沿途美丽风光。(不含餐,住火车上)
- 第三天:下午16:56抵达拉萨。自由活动,适应高原反应。会员首晚入住拉萨五星级高档型供氧酒店。(不含餐,住拉萨)
- 第四天:拉萨-亲猴台-雍布康-昌珠寺-欣赏藏戏-藏王墓。(含早中晚餐,住山南)
- 第五天:船游雅鲁藏布江-尼洋阁-工布原乡。(含早中晚餐,住林芝)
- 第六天:林芝-西藏民俗村-邦杰塘草原-思金拉措-拉萨。(含早中晚餐,住拉萨)
- 第七天:拉萨-羊卓雍措-拉萨。(含早中晚餐,住拉萨)
- 第八天:拉萨-布达拉宫-大昭寺广场-八角街,会员独家赠送船游拉萨河。(含早中餐,住拉萨)
- 第九天:根据火车时间返程。(含早餐,住火车上)
- 第十天:火车上,一路欣赏沿途美景。(不含餐,住火车上)
- 第十一天:中午12:15带着西藏给您的感动和美好回忆,回到温馨的家。

壬寅年五月十二
2022/06/10
星期五
今日12版
株洲日报社主管、主办
国内统一连续出版物号
CN 43-0061

株洲晚报



微信公众号
新闻热线 28829110
广告热线 28835396
总第7415期

干得漂亮! 株洲又获国务院表扬

在促进工业稳增长、推动先进制造业集群发展等方面成效明显

A02

全市小学初中7月2日起放暑假

8月30日、31日学生报到,9月1日正式上课

A02

提倡师生员工暑期非必要不出省,不前往疫情中高风险地区所在地市

任何中小学校严禁违规补课,严禁在职教师从事有偿家教活动,发现一起查处一起



有一种心情叫“高考结束了”

A03-A05

▲高考三天,株洲的考生们在考场上奋力拼搏,本报记者也在场外四处奔波,用镜头捕捉到许多的精彩瞬间。昨日下午,我市今年高考顺利结束。图为市八中考点,同学们考完后兴奋地冲出考场。 株洲晚报融媒体记者/戴凇 摄

我市发放首批退役军人优待证,持证可享40项优惠

A06

大雨暴雨大暴雨! 明起新一轮强降水上线



高考三天,天公还真是作美,基本上没有下雨。不过从明天开始,雨水要卷土重来了。预计明天开始至下周一,我市将出现大到暴雨,中南部大暴雨过程,并伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气。从目前的预报来看,明天,株洲北部大雨,中南部降雨转大到暴雨;周日,大到暴雨,南部大暴雨;下周一,北部的雨渐渐小了,南部,仍

将有大到暴雨转小雨。也正因为下雨的缘故,这几天,气温倒是在一个舒适的状态,最高气温在26—28℃的样子,最低气温21—23℃。这段日子,如果你留意的话,或许可以发现一件蛮有趣的事:青蛙和知了正在轮番“歌唱”。前段时间,因为下雨,到了夜晚,青蛙叫得很欢,一阵接一阵,让夏夜充满了活泼、生动的气息。而这几天,天晴,阳光热烈,树上的知了倒是发出了叫声,声音不大,啞啞的,有点像歌唱家要唱歌前的练声,充满了试探性。这可能是今年夏天知了们的第一波鸣叫吧。(王娜)

今天	多云转阵雨 23~34℃
明天	大雨 23~28℃
后天	大到暴雨 21~26℃
风向:南风 风力:2~3级 (市气象台6月9日16时发布)	