

坐着火车看遍青藏 一次出行相当两次旅游

“坐上了火车去拉萨,跳起那热烈的雪山朗玛,喝下那最香浓的青稞酒呀,醉在神话天堂……”这一次,坐上火车,您不仅能去拉萨拜访“高原明珠”布达拉宫,去雅鲁藏布江大峡谷探寻“人类最后的秘境”,去“珠峰故里”日喀则目触世界之巅……还能去海西看翡翠湖比天空更干净、比梦境更迷幻的美。4月16日,全国唯一青藏全景专列发车,带您一次看遍神奇的西藏,还有养在深闺少人识的海西美景。(本报记者刘霞)

一次出行=两次旅游

西藏,不仅以其壮丽的山川和宏伟的寺庙而闻名,还因为太多人在探索其中的时候找到了内心的宁静与治愈,被誉为“一生一定要去一次的地方”。

而青海,作为长江、黄河、澜沧江的发源地,是中华文明的重要源头。辖内的海西州,处于青甘新藏四省区交汇的中心地带,自然景观独具特色。

目前市场上的旅游产品,西藏和海西是要分开走的。以从湖南长沙出发为例,乘火车去海西旅游需要5天左右,花费3000

元,去西藏旅游需要8天左右,花费4000—6000元。

这次的青藏全景专列,首次将西藏和海西连为一体,西藏的拉萨、林芝、山南、日喀则,海西的格尔木、大柴旦,一个都不少,一次出行就相当于两次旅游,不但节省了时间和精力,费用方面也很实惠,同样以湖南长沙出发为例,费用仅需3980元/人起。



贴心设计,减少高原反应之苦

去青藏高原旅游,最让人忐忑的就是高原反应。普通人进藏,特别是飞机进藏,因为没有给身体适应的过程,很容易发生高反。这趟旅程称得上是“最舒适的进藏产品”,列车上全程弥漫式供氧有效缓解高原反应,同时还设有总指挥、大队长、后勤工作组、保健顾问等,安全更有保障。

在行程设计上,采用循序渐进的方式。行程第一站西宁,海拔2200米,停留1天;第二站格尔木,海拔2900米,停留2天;第三站林芝,海拔3100米,停留2天;第四站日喀则,海拔3800米,这已经到了行程的第6天,大家的身体已基本适应了高原环境。

另外,常规旅游产品,火车/飞机进藏只能到拉萨,从拉萨到林芝、日喀则、山南等地必须乘坐长途大巴,行程并不轻松。此次青藏全景有氧专列藏内也是火车衔接,省去2500公里大巴舟车劳顿,休息、睡眠更好。所谓的藏内火车衔接,指的是有氧专列直接抵达林芝火车站、日喀则火车站、山南火车站、拉萨火车站,离景区更近,减少乘坐旅游车的时间,舒适度更高。在青海境内,从西宁到格尔木同样也是专列出行,做到从西宁起止坐有氧专列全程不换车、不换铺,沿途不上下旅客,哪怕是中途去住酒店,大件行李也可免费寄存在专列上。

游海西,探寻盐湖秘境之美

蓝天、白云、草原、湖泊、戈壁……你能想到的模样,海西都有。乌素特(水上)雅丹地质公园、翡翠湖、察尔汗盐湖,天地有大美而不言,却是常规行程中很少会去到的地方。



大柴旦翡翠湖

走进浩瀚的戈壁深处,干涸的山丘下,荡漾着一大片碧蓝的湖水,这里便是大柴旦

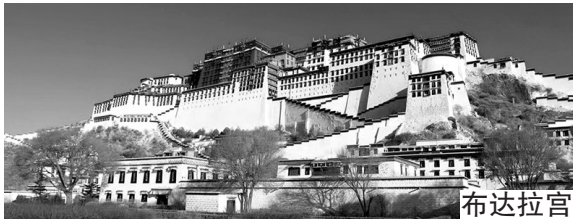
的乌素特(水上)雅丹地质公园,碧水丹霞,每一帧都是美景。

背靠昆仑山,雪山融水造就出与戈壁迥然不同的湖泊湿地景象。在大柴旦,湖水由于矿物元素含量的不同,呈现出绿、蓝、黄、褐等色彩,人们美其名曰“翡翠湖”。

察尔汗盐湖名气不够响亮,但它是中国最大的盐湖,面积5856平方公里,是茶卡盐湖的数十倍。蓝天白云下,浩瀚的湖面犹如一面巨大的宝镜,波光潋滟,景色奇绝。

上西藏,追逐纯净的雪域阳光

过了海西,行程进入西藏,第一站是林芝。4月的林芝会诞生出春日里的粉色奇迹。雪山下、河谷上、田垄间,放眼望去,人目皆是桃花。在纷飞的花瓣中,伫立于“人类最后的秘境”雅鲁藏布大峡谷,你会被大自然的力量和美丽所震撼,找到内心的勇气和坚定。



布达拉宫

第二站日喀则有“地球第三极”“珠峰之乡”的美称。扎什伦布寺是历代班禅的驻锡地。到拉萨朝拜布达拉宫和大昭寺,到日喀则朝拜扎什伦布寺是很多藏传佛教信众的梦想。

在第三站山南,不得不去的是羊卓雍错。与纳木错、玛旁雍错并称西藏三大圣湖的它,湖光山色之美冠绝藏南。在这里,哪怕是发呆也无比治愈。

“坐上了火车去拉萨,去看那神奇的布达拉。”“高原明珠”布达拉宫位于第四站拉萨,是西藏现存规模最大、保存最完整的宫堡式建筑群,被誉为“藏民族历史文化艺术的宝库”。

“惠”游价

全国各地出发,自行前往西宁乘坐有氧专列,费用为:

有氧列车软卧:上铺:4280元/人;下铺:4580元/人。

有氧列车硬卧:上铺:3080元/人;中铺:3580元/人;下铺:4080元/人。

可选择长沙火车站起止,价格在以上铺位价格基础上增加900元/人。

详情请咨询本版编辑,电话:18673167041。

行程概略

天数	行程概略	用餐	酒店
第1天	各地赴西宁/兰州	/	/
第2天	抵达西宁/兰州后,前往西宁换乘专列赴格尔木	/	专列
第3天	抵达格尔木,翡翠湖—乌素特(水上)雅丹地质公园	中晚	格尔木
第4天	察尔汗盐湖—将军楼,乘专列赴林芝	早中晚	专列
第5天	抵达林芝,雅鲁藏布江大峡谷	晚	八一
第6天	西藏民俗村—巴松错—卡定沟,乘专列赴日喀则	早中晚	专列
第7天	抵达日喀则,扎什伦布寺—德庆格桑颇章,乘专列赴山南	中晚	专列
第8天	抵达山南,昌珠寺—雍布拉康—山南博物馆—欣赏藏戏	中晚	扎西曲登
第8天	羊卓雍错—藏医药博览中心—唐卡文化馆,乘专列赴拉萨	早中晚	拉萨
第10天	布达拉宫—大昭寺广场—八廓街	早中晚	拉萨
第11天	乘专列返回西宁	早	专列
第12天	抵达西宁后,开始返程	/	/
第13天	回到温暖的家	/	/

◎此为计划行程,专列出发时间暂定4月16日,最终以铁路部门审批为准,准确行程以最终出团通知为准。