

# Pre-departure info

大漠之舞---顺流黄河与沙漠露营的私家夏日体验



## 路线概述

## 目录

- 01 [线路概述](#)
- 02 [气候&文化](#)
- 03 [住宿&餐饮](#)
- 04 [集合相关信息](#)
- 05 [解散相关信息](#)
- 06 [和我们一起旅行](#)
- 07 [反馈](#)



### 【行程安排】

兰州-黄河石林-南长滩-北长滩-寺口子-黄河大峡谷-腾格里沙漠-纳家户清真寺-中华回乡文化园-银川

### 稻稻的私家专享

历时两个月的资料研究与深入探访，实地考察 30 个点，最终只保留了 10 个。稻稻希望，通过特别设计，在奔流的黄河边，在曲线的沙漠里，在躁动的空气中，给你一个宁静的私家体验。

### 稻稻的私家专享

旅行怎么可以只和游客一起挤景点？稻稻发挥一贯的专长，特别在黄河边和沙漠中安排了几个私密的体验，希望给你一个宁静的夏天。

有一晚我们会住在黄河边，世外桃源般的隐秘小村落，古老的水车漫不经心地转着，这晚没有打扰，只有漫天的繁星与静静流淌的河水相伴。一座石窟佛寺，离黄河只有十米，登上寺庙的后山，黄河尽收眼底，是观赏的最佳角度，却也鲜有人造访。

另一晚我们会在腾格里沙漠腹地深处露营，傍晚时分，当地老乡会送来沙漠深处的晚餐，之后的沙漠日落一定是惊艳的回忆，晚上围在一起聊天游戏，天地间都只属于我们。在黄河边的公路旅行，稻稻还惊喜地发现了隐藏在山谷中的一片沙漠，我们可以在这里尽情撒欢。

### 震撼的大气景观

无论是在黄河石林的峡谷与石笋间领略西北大地的壮阔与苍凉，让人感觉不像在地球的世界，还是爬上 108 塔把黄河与绿地、连绵的远山尽收眼底，这都是大自然的鬼斧神工。不管是在沙漠腹地欣赏大自然优美的曲线，还是在回乡园中细细品味震撼双眼的回族艺术，带来的都是大气景观的震撼。

### 丰富的活动体验

一趟西北之行，稻稻给你更丰富的活动体验：深入黄河边的村庄，坐羊皮筏子和毛驴车，这都是千百年的传承；深入沙漠腹地，越野车是最炫酷的承载；特别赶在礼拜时间，感受信仰的力量；西北丹霞的绝美山崖，最佳攀岩入门地；还有美味的羊肉，和稻稻一起约吗？

## 气候



这条路线所经之地的昼夜温差较大，白天炎热，晚上较凉，请大家做好保暖工作。另外由于我们会进入沙漠腹地深处露营，沙漠地区风沙较大、干旱少雨、日照充足、蒸发强烈是主要特点，所以大家要做好充足的防暑工作。同样沙漠地区的紫外线也比较强烈，气候也极其干燥，所以充足的防晒和保湿也是必不可少的。

景泰 全年平均气温	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
日均最高气温(°C)	0°C	4°C	10°C	18°C	23°C	27°C	29°C	27°C	22°C	16°C	8°C	2°C
日均最低气温(°C)	-12°C	-9°C	-2°C	4°C	10°C	14°C	16°C	15°C	10°C	4°C	-4°C	-10°C
月降水总量(mm)	1	1	4	9	20	25	37	45	28	12	2	0

银川 全年平均气温	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
日均最高气温(°C)	-1°C	4°C	11°C	19°C	24°C	28°C	30°C	28°C	23°C	17°C	8°C	0°C
日均最低气温(°C)	-14°C	-10°C	-3°C	4°C	10°C	15°C	18°C	16°C	11°C	3°C	-3°C	-11°C
月降水总量(mm)	1	2	6	11	19	22	41	50	26	12	3	1

阿拉善 全年平均气温	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
日均最高气温(°C)	-3°C	1°C	8°C	16°C	22°C	27°C	29°C	27°C	21°C	15°C	6°C	-1°C
日均最低气温(°C)	14°C	-10°C	-3°C	4°C	10°C	15°C	17°C	16°C	11°C	3°C	-5°C	-12°C
月降水总量(mm)	2	3	6	12	21	24	44	53	29	13	4	2



我们本次旅行串联了中国的三个省份：甘肃、宁夏、内蒙古，主要是在宁夏境内。我们要尊重当地少数民族的习惯，也要尊重当地人的信仰。宁夏是回族自治区，回民多信奉伊斯兰教，饮食上不吃猪肉，不喝酒，清真饭店里不卖酒，也不允许外带食物。

而到了内蒙古和蒙古族的朋友吃饭，吃肉的时候最好把骨头也啃干净，以示尊重。另外酒文化在蒙古族文化里是非常重要的环节，如碰到蒙古族朋友友善敬酒，酒量好的朋友们可以一饮而尽，酒量不佳的也不要完全推辞，点滴示意即可。

总体上说，当地的人民都相当热情豪爽好客，当地治安状况是非常好的，人民也非常友善。但是在做任何一件需要打扰别人的事情的时候都要询问一句，在近距离拍人像时亦是如此。希望大家能相互尊重，玩的开心。

### 住宿



我们在旅行过程中提供丰富了多彩的住宿体验，既在城市中安排了酒店、宾馆的二人间，也有在黄河边村落中的标间，更是在行程中还安排了沙漠腹地露营的帐篷住宿等。

在腾格里沙漠腹地露营，稻稻将会提供帐篷（两个人睡一个三人帐，宽敞一些），需要自己搭帐篷，这也是一个很有趣的体验哦。这晚条件有限，不能洗澡，营地没有特别的后援，所以需要自己带好充电宝、卫生纸、充足的饮用水等生活物资。具体每晚的住宿详情，请参见行程安排。

### 用餐



西部地区饮食以牛羊肉和面食为主，容易上火，忌暴饮暴食，以避免肠胃不适。我们在沙漠那晚，包含了沙漠深处的晚餐，这里能吃上饭的成本非常高，食材都是从外面用越野车运进来的，但至少保证可口吃饱。

其他部分将引领大家自行探索当地美食。早餐的话一般都在住宿点附近就有当地的早餐，中饭也会有领队推荐，或者带领大家一起用餐，晚餐一般也都在城市里，会有不错的选择。

宁夏美食很多，比如手抓羊肉，羊肉泡馍，馓子，碾馔儿，燕面揉揉，宁夏酿皮子，炒糊饽等等。

具体集合&解散信息及领队联系方式会在出发前 4 天上传到我的订单以及通过短信邮件告知

## 兰州 (LanZhou) 集合



### 【兰州中川国际机场】

兰州中川国际机场，位于兰州市永登县中川镇，距市中心约 75 公里。是现在中国离城市市区最远的机场。中川机场从 2014 年底开始在现有机场周边新建航站楼，建成后将增开更多国内与国际航班。2015 年底预计通车的城际铁路如果开通以后，将会使得兰州中川机场更方便

购买机票网站推荐：[去哪儿网：www.qunar.com](http://www.qunar.com) [阿里旅行-去啊：www.alitrip.com](http://www.alitrip.com)

机场大巴	运营时间 (首末班)		发车间隔	起点	途经点	终点	票价
兰州线	航班起始	航班结束	随航班	中川机场	/	东方大酒店 (兰州大学)	30 元
	05:30	20:00	15 分钟	民航售票处	/	中川机场	

中川机场站-兰州站 7:30-22:43, 平均一小时辆耗时约 50min, 具体可以查询 <http://www.12306.cn> (2016 年 4 月)

兰州出租车现在起步价 10 元, 超 3 公里后每公里 1.4 元。(更新于 2015 年 8 月)

公交车信息推荐安装百度地图查询。



**兰州**，地处中国版图的几何中心，是中国西北地区中心城市。

“精彩大西北，出发在兰州”也奠定了兰州不可替代的重要性。市区南北，群山环抱，东西黄河穿流而过，枕山带河，依山傍水，平均海拔 1500 米，具有盆地城市的特征。

集合日这一天只要大家能到达就行，我们晚上会开个准备会，会整条路线旅行事项。到的晚的队员也没有关系，在第二天出发啦，领队会单独再给你讲讲关于旅行中的注意事项哒。如果你提早到达，并有足够的时间，不妨前往兰州市区探索一番，你可以直接在稻草人旅行的官方微信输入，“兰州”二字，兰州的“一日游”推荐就清晰的出来啦，中山桥，甘肃省博物馆，白塔公园，正宁路夜市.....

集合日这一天只要大家能到达就行，我们晚上会开个准备会，会整条路线旅行事项。到的晚的队员也没有关系，在第二天出发啦，领队会单独再给你讲讲关于旅行中的注意事项哒。如果你提早到达，并有足够的时间，不妨前往兰州市区探索一番，你可以直接在稻草人旅行的官方微信输入，“兰州”二字，兰州的“一日游”推荐就清晰的出来啦，中山桥，甘肃省博物馆，白塔公园，正宁路夜市.....

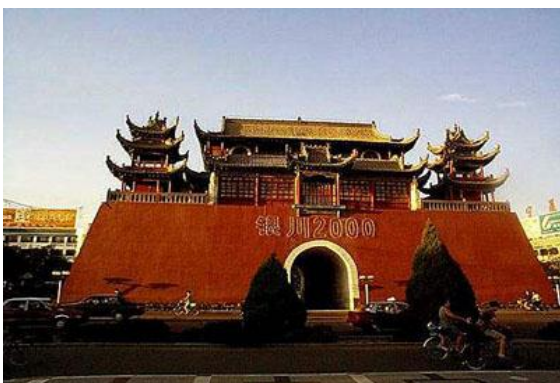
## 银川 解散

【银川河东国际机场】银川河东国际机场，位于宁夏银川灵武市北部，距银川市市区 19 千米，现已成为银川市改革开放的重要窗口。银川河东国际机场新开航线 34 条、增加通航点 27 个，通航城市达到 58 个，航线达到 70 条。银川机场建成银京空中快线，成为全国第 5 个实现“省会通”和全国第 9 个获得第 5 航权的机场。

机场大巴	运营时间（首末班）		发车间隔	起点	途经点	终点	票价
阅海线	08:00	18:00	一小时 1 班	阅海新天地 城市候机楼		银川河东国际机场	20
民航大厦线	08:00	21:00	半小时 1 班	民航大厦		银川河东国际机场	20

银川出租车现在起步价 7 元，超 3 公里后每公里 1.2/1.4 元。（更新于 2015 年 12 月）

公交车信息推荐安装百度地图查询。



**银川**，是一个极富西域风味的城市，推荐去宁夏博物馆参观，还有去南关清真大寺和承天寺塔探访，周边的贺兰山、镇北堡影视城、水洞沟都是响当当的景区，当然不可错过的是市区内的羊羔肉和手抓羊肉！

## 和我们一起旅行

### ➤ 为什么去这里？

天下黄河富宁夏

作为中华民族的母亲河，在我们眼中是奔腾东去的，而且沿途不少的省份都饱受水患之苦，却唯独在宁夏平原上，给了这片土地的人们生存的动力。千百万年的流淌，冲刷出了可能是黄土高原上最精华的奇峰异石；西夏王朝的佛塔，在黄河边与峡谷、绿地和连绵的远山一起伫立了千年；峡谷深处世外桃源般的小村庄，用于灌溉黄河水的水车漫不经心地转了百年；村中守窟十多年的老师傅，道出了鲜为人知的情怀，而这也恰好是观赏黄河的最佳角度。

沙漠深处的夜空

腾格里的魅力不仅仅是中国第四大沙漠，浅尝辄止不是稻稻的风格，腹地深处才是我们的探索。

如果不曾深入沙漠腹地，如何感受越野车行走沙丘的上下节奏？

如果不曾深入沙漠腹地，如何欣赏天地之中那优美起伏的曲线？

如果不曾深入沙漠腹地，如何仰望以天为盖地为庐的浩瀚星空？

真主护佑的信仰

作为中国唯一的回族自治区，怎能不感受当地人的生活？不论是回乡园中极端奢华、发朋友圈能收获无数点赞的金色礼仪大殿，还是午后清真寺里阿訇的唱响，或者是街边那诱人的回族小吃，这都是真主护佑下宁夏。

还有一些小惊喜

稻草找到了在西北最佳入门户外体验地，当地的丹霞山崖，坡度刚刚好，这里太适合攀岩了，探路时稻草30秒就登顶了，要不要来挑战一下？

还有吃中草药长大的滩羊，入口即化的羊羔肉，回族传统小吃，这是西北的味道。

### ➤ 和你一起的同伴？

团队旅行的一大惊喜是你的伙伴们来自五湖四海，不同行业不同背景，年龄集中在16-39岁，多为年轻人，我们希望大家可以敞开心扉，收获友情爱情，我们一次又一次的实践证明，一次美好的团队回忆，很多的部分来自于团队之间的互动和沟通，为此让我们一起珍惜吧！我们亦希望大家有一颗包容的心，遵守时间，公共集合的时候一定不要迟到，迟到就意味着在耽误大家都时间哦。

### ➤ 如果你是一个人旅行？

我们的旅行，有一半的人是自己报名来的，并且在旅行中收获自己另外的朋友。考虑到年轻人的探索旅行，为此，我们的行程设计中并不会额外收取单人房差。如果你在报名时填写了自己的“睡友”，我们一定会为你尽力安排，如果没有“睡友”，我们会随机安排同性别的队员入住。敞开心扉，一个人来的旅行收获的是一堆朋友回归。

### ➤ 负责任的旅行

稻草人提倡负责任的旅行态度：

尊重环境：旅行中请尽量减少使用一次性物品，同时注意环保

尊重队员：和谁一起旅行是旅行的灵魂。尊重队员从遵守时间开始吧，不迟到，不影响别人的时间

尊重当地人：很多地方依然是非常保守及古朴。其有自己的宗教信仰，穿着要求和生活习惯。不论男生还是女生，穿着暴露及大声说话都是极不礼貌的。无论在哪，入乡随俗都将是自然的。

## 反馈

旅行结束后,我们会给您发送一封反馈邮件，非常希望听到你的声音! 我们会仔细阅读你的反馈，您的反馈可以帮助我们了解我们在哪些方面可以做得更好，帮助我们进步，我们每月会在所有参与反馈的队员中抽取两名队员赠送价值 480 元的国内长短途旅行优惠券一张。

**此文件更新于 2016 年 5 月**

**稻草人旅行工作室**

TEL : 4000548066

EMAIL : [info@54traveler.com](mailto:info@54traveler.com)