



醉美寧夏八日遊 | 自由行 | 行程表

參考航班：* 如有指定航空公司請來電詢問報價

去 / 回程	航空公司	航班	起飛時間	抵達時間
去程 D-1	 國泰航空	CX 461	桃園國際機場 12 : 00	香港國際機場 14 : 05
	中國國際航空	CA 766	香港國際機場 15 : 35	銀川機場 19 : 05
回程 D-8	中國國際航空	CA 765	銀川機場 10 : 40	香港國際機場 14 : 15
	 國泰航空	CX 402	香港國際機場 16 : 15	桃園國際機場 20 : 05

• 請於出發當日集合時間提前 3 小時抵達機場報到。

DAY 1

桃園國際機場 → 香港國際機場 → 銀川機場

| 城市簡介

| 銀川

簡稱“銀”，是寧夏回族自治區的首府，以發展輕紡工業為主的綜合性工業城市，也是全區的商業中心。銀川是歷史悠久的塞上古城，史上西夏王朝的首都，民間傳說中又稱“鳳凰城”，古稱“興慶府”、“寧夏城”，素有“塞上江南、魚米之鄉”和“塞上明珠”的美譽，城市綜合競爭力躋身全國百強，被評為“中國十大新天府”之一。



早餐：X

午餐：機上餐食

晚餐：酒店自助 RMB208元/人



銀川喜來登酒店 或同級

DAY 2

鄭州  左旗（車程約250km4h） → 三湖穿越（天鵝湖、烏蘭湖、駱駝湖） → 福音寺（北寺）旅遊區

| 景點簡介

 三湖穿越

在內蒙古阿拉善左旗騰格裏沙漠腹地，分佈著眾多小湖泊，如珍珠一樣鑲嵌在沙漠中，令人匪夷所思。起初我們是被烏蘭湖的色彩所吸引，才決定前往探尋。烏蘭湖白色鹽鹼岩板勾勒出無數個小池，玫瑰色般豔麗的湖水滲染於其中，湖面的形狀猶如一顆跳動的心臟，鑲嵌在茫茫大漠中，神秘而壯觀。

📍 福音梵境

坐落於賀蘭山麓中部阿拉善左旗木仁高勒蘇木境內，距巴彥浩特鎮大約 25 公里，烏巴公路南側是阿拉善盟最早開發的旅遊景區和第二大藏傳佛教聖地。福因寺史稱“福音寺”，俗稱為“北寺”，該寺是阿拉善王之子在皈依六世班禪後創建的，原名“准黑德”，建於清嘉慶九年（1804），全寺現有大小廟宇 15 座，建築物百餘棟，亭、堂、殿、閣，一應俱全。主廟旁置有白塔，高 10 米，兩者遙遙相對，交相輝映。



早餐：酒店內早餐

午餐：蒙氏風味 RMB 100

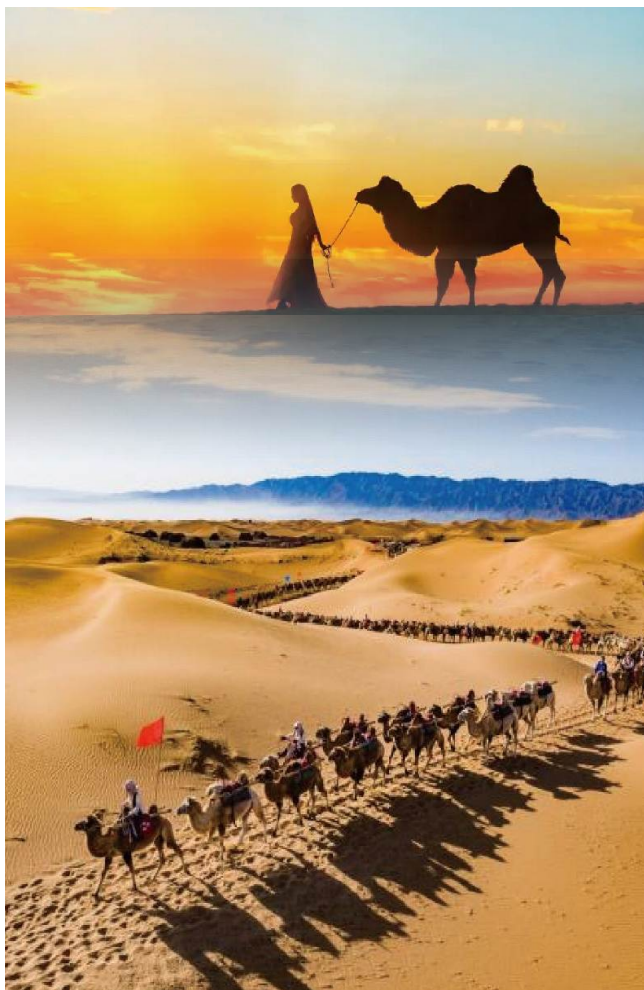
晚餐：蒙氏扒駝掌 RMB280



希姆頓阿拉善大酒店 或同級酒店

DAY 3

左旗 🚌 中衛（車程約200km2.5h）→ 沙坡頭（含南北區電瓶車+上行扶梯+下行索道或滑沙+3D 玻璃橋）→ 中衛“66 號公路”→ 通湖草原（含篝火+演出）→ 沙裏瓦沙漠觀星酒店



📍 沙坡頭

沙坡頭位於寧夏回族自治區中衛市，遊覽約 3 小時，主要保護對象為騰格裏沙漠景觀、自然沙塵植被及其野生動物。地處騰格裏沙漠東南緣，是草原與荒漠、亞洲中部與華北黃土高原植物區系交匯地帶，植物有 422 種，野生動物有 150 餘種，充分展示出一個以亞洲中部北溫帶向荒漠過渡的生物世界。該保護區是中國第一個具有沙漠生態特點，並取得良好治沙成果的自然保護區，是乾旱沙漠生物資源“儲存庫”，具有重要的科學研究價值。

📍 “66 號公路”

是中衛通往黃河古村落—北長灘古村的一條鄉村公路在山間蜿蜒，時而筆直，時而彎曲，或上坡，或下坡，一直延伸至天邊……放眼望去，四周是無邊的黃土地和一望無際的戈壁灘。驅車行駛在路上，這裏遠離喧囂，沒有了人世的繁華，讓我們更容易尋得內心的平靜。閉上雙眼，好似穿越回了那個沉寂、荒無人煙的古代。

🚗：受道路管制，66 號公路只限 7 座及 7 座以下小車上路。

📍 通湖草原

位於內蒙古和寧夏交界處的騰格裏沙漠腹地，東距阿左旗巴彥浩特 200 公里，南離寧夏中衛市 26 公里，西望甘肅河西走廊，與“AAAAA”級旅遊勝地沙坡頭——沙沙相連，直越 8.3 公里便可到達。這裏是古絲綢之北路要塞。古商道、古鹽道、大盛魁古駝道。沙漠湖泊、沙漠綠洲、沙漠草原、沙山岩畫，還有古長城、古戰場、古買賣城遺址；流傳千古的故事和傳說，以及好客的草原牧民。因此，被譽為沙漠中的“伊甸園”。《馬到成功》大型馬文化篝火演藝，演繹馬背民族文化與信仰，呈現一場藝術的視聽盛宴，綜合運用蒙古族民俗、舞蹈、民族馬術等藝術元素，生動演繹了人馬結緣的溫情，是一場視覺與心靈的雙重震撼，更是一次對蒙古民族文化、對人與自然和諧共處理念的深刻領悟。



📍 沙裏瓦沙漠觀星酒店

以沙漠生態建設為背景、沙漠原生態旅遊為亮點，集研學，天文科普，度假為一體的沙漠觀星主題酒店。酒店擁有沙漠觀星太空艙及豪華型沙漠觀景房，兩面大落地玻璃的設計可以讓遊客躺在床上數星星，頭枕沙漠仰望銀河；迎著巍巍旭日而起，隨著媽媽紅日而憩，一天的沙漠景色均可在沙景房欣賞。兩面保溫、環保反光板的設計有效地阻隔了白天的炎熱。同時房間配備空調和地暖，大大提升了遊客的舒適度，沙景房還配備獨立的衛生間，全天 24 小時熱水供應，布草類均採用五星級酒店標準、高端奢華的裝修風格，讓遊客深處荒涼的沙漠時也能享受到都市酒店的待遇。



早餐：酒店內早餐
午餐：大漠風情宴RMB 100
晚餐：蒙古包烤羊背 RMB280



沙裏瓦沙漠觀星酒店 或同級酒店

DAY 4

中衛 (乘車約 2 小時) 🚌 景泰 → 黃河石林(老龍灣景區+電瓶車+觀光車；蟠龍洞景區+電瓶車；飲馬大峽谷景區+區間車) 🚌 中衛 (車程約 400km5h)

| 景點簡介

📍 黃河石林

位於甘肅省景泰縣東南部的中泉鄉龍灣村，景區北臨黃河幹流龍灣河曲，南接連綿不斷侵蝕丘陵，黃河由東向西流過景區。黃河石林堪稱中華自然奇觀，極具旅遊開發價值。石林景區有八個溝之多，是在地殼強烈的抬升之下，黃河河谷形成深切峽谷，使溝穀不斷變寬，局部輕弱層在水及重力作用下迅速下切，沿溝穀兩側形成大量的石峰、石柱，同時又受到風蝕作用的改造，在崖壁上形成了許多如窗櫺的構造，在水蝕、風蝕的強烈作用下形成了現在獨特的景觀。蟠龍洞景區神秘幽邃，天然龍鳳盤旋，洞內四季恒溫，有地方神像，是老龍灣人世代燒香供佛的地方，可品四奇三絕。飲馬大峽谷景區沙礫峰叢奇峰絕壁，規模宏大、氣勢磅薄，似太空世界，為公園的核心部分。每年秋天村裏的果園，純天然，紅彤彤的蘋果掛滿枝頭，壓彎了樹枝，忍不住想摘下來，咬一口，脆脆甜甜。

👉 : 可自費體驗驢車、遊船、羊皮筏子等。



早餐：酒店內早餐
午餐：農家風味RMB 100
晚餐：九碗十三花 RMB150



中衛凱匯泊爾酒店 或同級酒店

DAY 5

中衛 🚌 銀川 (車程約400km5h) → 青銅峽 108 塔 (含船、如遇景區停航改陸路) → 石佛寺村 (製作油香饊子、學唱花兒)

📍 青銅峽 108 塔

是中國現存的大型古塔群之一，位於銀川市南 60 公里的青銅峽水庫西岸崖壁下，佛教的紀念塔，佛教認為人有 108 種煩惱，為了去掉人生眾多的煩惱，善男信女要戴 108 顆貫珠，念 108 遍經。據說，來這裏遊覽的人們，只要拜了塔，便可消除人生一切煩惱。



📍 石佛寺村

(以前稱東塔民俗村) 位於吳忠市利通區東塔寺鄉境內，有居民 60 多戶，300 多人，均系回族。建有清真寺、女子經文學校、民俗小遊園、回族民俗博物館等。2007 年被授予國家級非物質文化遺產代表作名錄傳承保護點。

📍 寧夏賀蘭安漠酒店

一座集葡萄種植、紅酒釀造、星空研學於一體的度假酒店。



早餐：酒店內早餐
午餐：農家風味RMB 100
晚餐：德鼎逸品 RMB150



銀川凱賓斯基飯店 或同級酒店

DAY 6

🚌 銀川 (車程約50km2h) → 賀蘭山岩畫 (含電瓶車) → 西夏陵 (含電瓶車+西夏博物館+3D 電影) → 鎮北堡西部影城

| 景點簡介

📍 賀蘭山岩畫

是中國游牧民族的藝術畫廊，在南北長 200 多公里的賀蘭山腹地，就有 20 多處遺存岩畫，其中最具有代表性的是賀蘭口岩畫，約有千餘幅個體圖形的岩畫分佈在溝穀兩側綿延 600 多米的山岩壁上。

📍 西夏陵

位於寧夏回族自治區銀川市西約 30 公里的賀蘭山東麓。是西夏王朝的皇家陵寢，在方圓53平方公里的陵區內，分佈著九座帝陵，253 座陪葬墓，是中國現存規模最大、地面遺址最完整的帝王陵園之一。1988 年被國務院公佈為全國重點文物保護單位、國家重點風景名勝區。被世人譽為“神秘的奇跡”、“東方金字塔”。

📍 鎮北堡西部影視城

位於寧夏回族自治區銀川市，是集觀光、娛樂、休閒、餐飲、購物於一體的國家 AAAAA 級旅遊景區。由作家張賢亮於 1993 年 9 月 21 日創辦的鎮北堡西部影城以其古樸、原始、粗獷、荒涼、民間化為特色，主要景點有明城、清城、老銀川一條街等多處影視拍攝景觀組成。




早餐：酒店內早餐
午餐：手抓羊羔肉RMB 100
晚餐：酒店特色餐 RMB268



銀川凱賓斯基飯店 或同級酒店

DAY 7

 銀川（車程約100km3h）→ 水洞溝遺址旅遊景區（藏兵洞+電瓶車+駝車+馬車+觀光車）→ 張裕龍諭酒莊（含品酒）

| 景點簡介



📍 水洞溝

國家 AAAAA 級旅遊景區，位於寧夏靈武市臨河鎮境內，占地面積 5.6 平方公里，是中國最早發掘的舊石器時代文化遺址，被譽為“中國史前考古的發祥地”和“中西方文化交流的歷史見證”。1988 年被國務院公佈為全國重點文物保護單位。



📍 張裕龍諭酒莊

占地面積約 1300 畝，主體建築呈拜占庭風格，建築面積 1.3 萬平方米，國家 AAAA級旅遊景區，龍諭酒莊是張裕旗下的高端酒莊品牌，位於寧夏賀蘭山東麓，是中國葡萄酒產業的核心產區之一。這是一個被國際酒評家傑絲斯·羅賓遜盛讚為“中國最具潛力的葡萄酒產區”的地方。



早餐：酒店內早餐

午餐：見山喜山莊RMB 100

晚餐：塞北花兒歌舞宴 RMB268



銀川JW萬豪酒店 或同級酒店

DAY 8

銀川 → 香港 → 桃園國際機場

| 懷著充實的回憶前往機場，帶著依依不捨的心情，結束此次難忘的鄭州之旅
金莎假期，期待再次與您相見。



早餐：酒店內早餐

午餐：機上簡餐

晚餐：甜蜜的家



甜蜜的家

*以上行程如有變動時，以當地旅行社安排為主，但行程點不變。