

秦俑城阙雄，汉唐长安城-西安六日疗休养

品味汉唐中国盛世文化、见证中华历史演变、观赏关中美景

一、疗休养主题：寻帝都文脉,看丝路锦绣,醉美山水西安

二、最佳疗休养月份：4月-11月

(建议避开日期：5/11-5/17 西洽会、9/15-9/27 十四届运动会、10/22-10/29 残疾人运动会)

三、疗休养目的地简介：西安地处关中平原中部、北濒渭河、南依秦岭，八水润长安，是联合国教科文组织于1981年确定的“世界历史名城”，是中华文明和中华民族重要发祥地之一，丝绸之路的起点，历史上先后有十多个王朝在此建都，丰镐都城、秦阿房宫、兵马俑，汉未央宫、长乐宫，隋大兴城，唐大明宫、兴庆宫等勾勒出“长安情结”西安是中国最佳旅游目的地、中国国际形象最佳城市之一

四、当地气候特征：西安属暖温带半湿润大陆性季风气候，冷暖干湿四季分明。春季温暖、干燥、多风、气候多变；夏季炎热多雨，伏旱突出，多雷雨大风；秋季凉爽，气温速降，秋淋明显。冬季寒冷、风小、多雾、少雨雪；年平均气温 13. 0℃~ 13. 7℃，年降水量 522. 4~ 719. 5 毫米。

五、当地饮食特征：西安的饮食文化洋溢着浓郁的西北风情，品尝西安众多的风味小吃是游西安的一大乐事。肉夹馍、羊肉泡馍、凉皮、荞面饅饅、葫芦头、烤肉、粉汤羊血等等，都是很多人耳熟能详的当地名吃。陕西的饮食文化和全国各大菜系比较，文化味更强、更厚重。全国很多地方的一些传统吃食、民族小吃，都随着时代的发展而消失了。而陕西的大多数吃食都很完整地保留了下来。比如“羊肉泡”，有人说秦代就有，是秦朝的礼饌，

行程安排：

DAY1	上海-西安	餐：晚	宿：西安
------	-------	-----	------

青浦出发赴上海机场，乘坐航班飞往西安（飞行约 2.5 小时），导游接机后，乘车赴西安市内（50KM 约 1 小时），用晚餐，后入住酒店休息。



DAY2	西安事变纪念馆、小雁塔、芙蓉园	餐：早中晚	宿：西安
------	-----------------	-------	------

酒店睡到自然醒、或前往早餐厅用餐（早餐供应时间 07:00-10:00）

10:30-酒店大厅集合。前往参观革命教育基地—【西安事变纪念馆】（约 1 小时）是以“西安事变”重要旧址张学良公

电话：021—59731999

地址：上海市青浦区浦仓路 500 弄 12 号

邮编：201700

馆、杨虎城止园别墅为基础而建立的遗址性博物馆。

12:00-安排用午餐

13:00-前往【小雁塔】，观赏长安八景之一的晨钟暮鼓，参观西安博物院，（约1小时）；西安博物院是西安市的一座集博物馆、名胜古迹、城市园林为一体的博物馆。

15:00-参观皇家园林--【大唐芙蓉园】，大唐芙蓉园是西北地区最大的文化主题公园

18:00-安排用晚餐

19:00-返回酒店入住休息。



DAY3

华清宫、兵马俑

餐: 早中晚

宿: 西安

08:00-酒店叫早，用早餐。（早餐供应时间 07:00-10:00）

全天自由活动或参加自费景点：

09:00-乘车赴西安市临潼区（50KM 约1小时）

10:00-抵达后，参观演绎唐明皇与杨贵妃的千古爱情绝唱之地【华清宫风景区】120【自费参观】（游览约2小时），亲自感受诗人口中的“春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂”的别样韵味；

12:00-安排用午餐

13:00-参观1987年被联合国教科文组织批准列入《世界遗产名录》的世界第八大奇迹【秦始皇兵马俑博物院】120【自费参观】（参观约3小时），真正感受到秦始皇“秦王扫六合，虎视何雄哉”的气魄；

16:00-乘车返回西安市内（50KM 约1小时）

17:30-安排用晚餐

19:00-返回酒店入住休息。



DAY4

袁家村、法门寺

餐: 早中晚

宿: 西安

08:00-酒店叫早，用早餐。（早餐供应时间 07:00-10:00）

09:00-集合出发乘车赴礼泉县烟霞镇（70KM 约1.5小时）

10:30-参观--【袁家村】，目前在全省乃至全国最受欢迎的乡村旅游胜地。集中展示了关中农村从明清至今的农村生活文化的演变。以突出关中民间生活形态和传统特色作坊为主流，重现了童济公、五丰堂、永泰和、同顺堂、五味斋、影艺堂、天一阁、卢记豆腐等有传统特色的老店，在此您可充分领略关中风情。

12:00-安排用午餐 下午**自由活动或参加自费景点：**

13:00-乘车前往宝鸡扶风（75KM 约1.5小时）

14:30-参观始建于东汉末年，发迹于北魏，起兴于隋，鼎盛于唐，被誉为“皇家寺庙”的【法门寺】100【自费参观】（约2小时）。因安置释迦牟尼佛指骨舍利而成为举国仰望的佛教圣地的，领略148米的合十舍利塔，瞻仰佛祖

电话：021—59731999

地址：上海市青浦区浦仓路500弄12号

邮编：201700

唯一指骨舍利，再现盛世佛教雄风；

16:30-乘车返回西安市内（140KM 约 2.5 小时）

19:00-抵达餐厅，享用晚餐。

20:00-返回酒店入住休息。



DAY5 **明城墙、回民街、钟鼓楼广场** **餐：早中晚** **宿：西安**

酒店睡到自然醒、或前往早餐厅用餐（早餐供应时间 07:00-10:00）

12:30-前往餐厅，享用午餐。

下午自由活动或参加自费景点：

13:30-参观世界上保存最完整的古代城池防御工程【**明城墙**】【**自费参观**】54（约 1 小时）；

14:30-逛西安市中心标志性文化广场【**钟鼓楼广场**】（约 1 小时），感受地道老陕的热情好客；漫步【**回民坊风情街**】（约 1 小时），让您尝遍西安美食，感受不一样的民族风情；

18:00-抵达餐厅，享用晚餐

19:00-入住酒店休息。



DAY6 **西安-上海** **餐：早中**

酒店睡到自然醒、或前往早餐厅用餐后自由活动（早餐供应时间 07:00-10:00）

酒店大厅集合，统一安排退房。根据航班时间，适时送往西安咸阳国际机场返回上海（50KM 约 1 小时）

供应项目及标准

- 1、交通：往返上海/西安（经济舱，以实际名单申请为准）
当地空调旅游车（含青浦至机场来回接送）
- 2、餐费：5 早 10 正
- 3、住宿：四星标准双标间（含自助双早，宿 5 晚）
- 4、导游：全陪+地陪导游服务
- 5、保险：航空保险+旅游意外险

参考报价：5000 元/人

上海京申国际旅行社有限公司

电话：021—59731999

地址：上海市青浦区浦仓路 500 弄 12 号

邮编：201700