

山川河流



西藏羊措雍

■水上公园 游瘦西湖水上森林公园

瘦西湖景区有冶春园、绿杨村、叶园、长春岭、琴室、木樨书屋、棋室、月观、梅岭春深、湖上草堂、绿荫馆、吹台、二十四桥景区等景点。在瘦西湖“L”形狭长河道的顶点上，是观景最佳处。由历代挖湖后的泥堆积成岭，登高极目，全湖景色尽收眼底。文人雅士看中此地，构堂叠石代有增添，至清代成为瘦西湖最引人处，有“湖上蓬莱”之称。

李中水上森林公园是我国唯一的一座水上森林公园。公园采用林垛沟鱼的立体模式，水杉、池杉参天，树梢益鸟欢聚，沟内鱼儿跳跃，林内一片生机。乘坐景区内木筏漂流李中水上森林领略林中有水——水杉、池杉参天、鱼儿跳跃；林中有鸟——树梢、益鸟欢聚、百鸟歌唱的水乡美景，感受生态雅趣。

中国国旅推出诗画扬州、慢游泰州高铁专列三日游，游瘦西湖、东关街、李中水上森林公园、泰州老街、溱湖湿地赏千垛油菜花。团期4月5日，1680元。

■高原赏花 相约最美林芝寻梦桃花源

西藏的春天是从林芝开始的，雄浑的藏地因花瓣的飘忽，凸显了几分柔情与绚烂，林芝路上看桃花点点，十里芳华春色满园。

林芝桃花飘红，西藏春天来临，此时桃花如粉黛纷飞，漫山遍野地争红斗艳，春回大地，花为信使，去西藏邂逅一个粉色的春天。

青岛铁路国旅推出空调火车赴西宁，乘高原有氧火车进西藏，藏地最美的景色都串联起来，桃花沟、大昭寺、巴松措、苯日神山、雅鲁藏布大峡谷、羊卓雍措……带着一颗虔诚的心去布达拉宫，去那个信仰主宰着精神的佛国世界，看看它究竟有多令人震撼！团期4月10日、15日，价格3480元起。

■链接 春游正当时要选品质旅行社

如今，旅行的队伍中，多数是中老年人，中老年人跟团旅游要注意些什么呢？

选择可靠的旅行社。跟团旅游，决定旅游品质的关键性因素便是旅行社的组织。因此，在旅行社的选择上，显得尤为重要。小的、杂的旅行社一般不要选择。零团费、负团费的吆喝千万不能信。出行一定要选择可靠的、市场口碑好的大牌旅行社。

选择合适的旅游产品。看准合适的旅行社以后，在旅游产品的选择上不可偷懒。选好适合的目的地和行程。关键是要清楚自己的需求。比如主要是为了看自然风景的，可以选择风光路线，为了人文历史的，则选择人文路线；如果身体素质不是特别强，那么行程里有爬山大川的产品避开，高原易缺氧地区避开，天寒地冻的地方避开，尽量选择地形平坦、气温适宜的目的地。还可以根据需求选择私人定制。选择航班时也要注意，不要选择红眼航班。

出发前要做好信息搜集。目的地的天气情况是必须要关注的，根据天气准备好衣物。如果目的地气候特殊的，比如相对干燥、紫外线相对强的地区，那么还要另外准备一些装备，比如防晒霜、保湿喷雾、水杯之类。如果自身有特殊疾病或者免疫力低下的，比如哮喘、过敏性鼻炎、心脏病等，一定要明确告知旅行社及带团导游，自己和导游都备好相应药品及辅助装备。



扫描二维码可详询行程

青岛铁路国际旅行社

夕阳红大型包船五星涉外游轮畅游新三峡 3880元起

重庆 恩施大峡谷 长江三峡全景 三峡大坝 白帝城 黄鹤楼 单高单卧/飞7日游
纯玩无购物 独立成团 含全陪 321公里黄金水路畅游 瞿塘峡 巫峡 西陵峡
皇家盛世乾隆号:3月28日(售罄)、4月2日加开一班(3月25日前报名优惠200元/人) 4月27日、5月7、17、27日
皇家公主仙婷号:4月15日(少量余位)、25日、30日 电话:82891169

西部专线

探秘西藏 云端上的桃花源三卧11天/卧飞9天 4月15、23日 3480元起
布达拉宫 大昭寺八角街 巴松措 桃花沟 雅鲁藏布大峡谷 苯日神山 措木及日 卡定沟 羊卓雍措 藏民家访
尊享甘青·大环线10日 3月22、29日 4月5、19、26日 双卧十日3580元/双卧8日3880元
卓尔山 七彩丹霞山 嘉峪关城楼 鸣沙山 莫高窟 翡翠湖 茶卡盐湖 塔尔寺 青海湖

青岛独立成团 电话: 0532-82897452 82872177 82977977

湖北神农架武当山恩施双卧9日全景游 2990元起
纯玩无购物 纯玩0自费 4月17日/5月7、20日/6月18日
襄阳古隆中 武当山 神农架 土司城 女儿城 恩施 清江画廊 红楼 黄鹤楼

贵州全景梵净山+黄小西+马岭河+万峰林卧飞8-10日游 2990元起
4月19日/5月3日 镇远古城 青龙洞古建筑群 荔波小七孔 水上森林 西江千户苗寨 黄果树大瀑布 马岭河大峡谷 兴义万峰林

湘黔传奇:张家界 韶山 梵净山 特惠:2890元起
铁旅自组团 全程陪同 4月9日/5月13日
长沙 韶山 毛泽东故居 张家界 袁家界 天子山 凤凰古城 梵净山双卧7日

郭亮万仙山/云台山 特价1150元起 双卧4日 每周五铁发
万仙山 挂壁公路 南坪/八里沟/云台山红石峡 山水踏青游

双城记:水墨扬州·慢游泰州首趟动车专列——畅享千垛花海三日游

4月5日出发 4月7日返程 纯玩 一价全含: 1680元/人起

诗画扬州瘦西湖 东关街 兴化千垛油菜花(含游船)
李中水上森林公园 泰州老街 溱湖湿地风景区(含游船)

中国铁路济南局集团公司首趟动车旅游专列

自组精品小团 82891169 82875166 82867708 82897452 82872177

宇宙旅行社

北京宇宙旅行社有限公司-青岛分公司

本社所有线路均为中老年人自组团,全程导游,线玩购物,当地不推自费(景区除外)高品质出游

贵州全景:毕节百里杜鹃(遵义会议、息烽集中营)、黄果树、陡坡塘、天星桥、织金洞、马岭河大峡谷、万峰林小七孔、大七孔、凯里、西江千户苗寨、青岩古镇、龙宫、贵阳双卧10日 3月中旬-4月中旬为毕节百里杜鹃花期 3月22日/4月10、20日 60岁以上:3490元/人

浙东南精华游:海宁、盐官古镇、钱塘江观潮公园、海神庙、王国维故居、杭州湾跨海大桥、水乡乌镇、善化溪、雪窦山、妙高台、奇秀雁荡山、祈福普陀山、舟山连岛大桥、宁波天一阁、水城绍兴、鲁迅故居双卧9日 3月23日/4月14日 70岁以上:2950元/人

湖北精华游:武当山、恩施、土司城、女儿城、恩施大峡谷、云龙河地缝、七星寨、利川、腾龙洞、神农架、神农顶、神农祭坛、天生桥、水上公路、三峡大瀑布双卧9日 4月11、19日 70岁以上:3070元/人

湖南全景 玩转湘西:长沙、韶山、凤凰古城九大景、沱江泛舟、墨戎苗寨长龙宴、夜宿芙蓉镇、张家界、袁家界、天子山、十里画廊、金鞭溪大峡谷、宝峰湖、天门山、玻璃栈道、天门洞、长沙橘子洲双卧10日游 4月9、21日 70岁以上:2690元/人

陕西全景:西安、乾陵、法门寺、延安、黄帝陵、壶口、杨家岭、枣园、华清宫、骊山、兵马俑、华山、水陆庵、明城墙、大雁塔双卧9日游 4月11、21日 65岁以上:2450元/人

广东-珠三角澳大桥:越秀公园、佛山、黄飞鸿纪念馆、肇庆七星岩、鼎湖山、自力村碉楼群、铭石楼、珠海、澳门环岛游、圆明新园、深圳、中英街、广州双卧9日游 4月10日 70岁以上:3080元/人

安徽全景:九华山、太平湖、黄山、宏村、西递、三河古镇、黎阳印象街区、徽州古城、新安山水画廊、唐模、潜口民宅、棠樾牌坊、鲍家花园、花山谜窟、屯溪老街、包公祠、合肥单高单卧9日游 3月24日/4月9日 65岁以上:2760元/人

黄河神韵 晋陕奇观:太原、悬空村、万年冰洞、波浪谷、黄河乾坤湾、东寨、杨家沟、李白成行宫、绥德、清水湾、甘泉、下寺湾、雨岔大峡谷、永宁古寨、靖边龙洲丹霞、红石峡、榆林古城双卧7日 4月21日/5月9日 70岁以上:2480元/人

广西全景:桂林、漓江风光、阳朔西街、普洲象鼻山、刘三姐大观园、银子岩、少数民族村寨、明仕田园、寿乡巴马、百鸟岩、田州古城、母鸡山、天路大瀑布、北海银滩、冠头岭、贝雕博物馆双卧12日 4月8日 3490元/人起

山西全景:五台山、大同、云冈石窟、悬空寺、应县木塔、解州关帝庙、鹳雀楼、黄河大铁牛、晋教寺、乔家大院、王家大院、平遥古城、绵山、大槐树、晋祠、壶口瀑布双高8日/双卧9日 4月10、20日 65岁以上:1850元/人

福建精华游:永定高北土楼、承启楼、侨楼、厦门鼓浪屿、南普陀寺、曾厝垵、胡里山炮台、莆田、瀛洲岛、福州、三坊七巷、武夷山、天游峰、虎啸岩、大红袍景区双高7日/单卧双高8日 4月13日 3350元/人起

河南·走进中原:少林寺、龙门石窟、清明上河园、白马寺、牡丹园、云台山、茱萸峰、万仙山、郭亮村、开封府、包公祠双卧8日 4月7、14日 70岁以上:1880元/人

新浙东精华游:莫干山、中国大竹海、富春江、戴笠密宅、江郎山、廿八都、诸葛八卦村、金华双龙洞、诸暨五泄双卧9日游 4月13日 70岁以上:3090元/人

云南-腾冲、瑞丽:昆明、大理、诺邓、千年白族村、云龙太极图、和顺侨乡、腾冲热海、北海湿地、龙江特大桥、姐告、一国两寨、独树成林、瑞丽、莫里瀑布、中缅友谊桥、勐焕大金塔、勐巴娜西珍奇园、芒市、弄人古镇、楚雄双卧12日游 5月11日 70岁以上:4030元/人

K5云南摄影线:昆明、罗东川红土地、宗师、罗平螺丝田、九龙瀑布、金鸡峰丛、普者黑、广南坝美、坝达梯田、元阳老龙嘴、建水文庙、朝阳楼外景、西门古井双卧13日游 4月16日 70岁以上:4730元/人起

新疆北疆全景游:西域明珠乌鲁木齐、乌鲁木齐魔鬼城、喀纳斯、月亮湾、禾木、五彩滩、独山子大峡谷、赛里木湖、薰衣草博物馆、那拉提草原、巩乃斯牧场、花海一班禅沟、吐鲁番、坎儿井、葡萄庄园、天山天池双卧14日 5月8日 70岁以上:3680元/人起(4月8日前报名优惠150元)

江西全景:九江、浔阳楼、庐山、景德镇、龙宫洞、鄱阳湖、婺源(江岭油菜花、李坑、江湾)、三清山、龙虎山(不爬山)、井冈山、黄洋界、南昌、滕王阁双卧9日游 3月为油菜花花期,4月井冈山杜鹃花期 3月23日/4月15日 70岁以上:2630元/人

华东8市:南京:中山陵、夫子庙、玄武湖 扬州:瘦西湖 镇江:金山寺 无锡:灵山大佛、拈花湾 常熟:沙家浜 上海:外滩、城隍庙 杭州:西湖 苏州:四大园林、平江路 苏州4个园林——沧浪亭(宋)、狮子林(元)、拙政园(明)、留园(清) 双水乡:西塘、乌镇 去程高铁回程卧铺8日游 一价全含 4月12日 70岁以上:2780元/人

城阳、即墨地区报名参团可上门签合同! 咨询电话:0532-80919200

胶州报名地址:胶州市常州路685号 尚游国际旅行社 联系电话:18953296788
平度地址:平度市李园街道办事处南京路105号 山东国旅平度南京路营业厅 电话:0532-86636686
胶南报名地址:胶南双珠路1630号 胶南裕之源旅行社 联系电话:88101470 86175500