



火车进藏一周年 见证实录

转眼,2006年7月1日通车的青藏铁路,已经一周岁了。一年过去,告别了通车伊始的喧嚣,这条承载着梦想的“天路”,是否依旧人潮汹涌?它又有什么新变化?现在坐火车进藏该怎么玩?在这个7月进藏旺季,我们特别为您一一介绍。

进藏火车新鲜播报——列车崭新 冲动依旧

对于许多人而言,搭火车进藏除了看风景以外,更重要的是亲身见证这个伟大的工程,况且火车票也还算经济,所以尽管有更灵活的自驾游,但搭火车进藏的热情并不会退潮。

买票——先说一下买票。想起去年火车开通时一票难求,今年买票方便多了。青藏铁路的火车是提前10天预售,不少订票点都能出票。进入7月份火车票又开始紧张,毕竟进藏旺季到了。现在回程票比去程票好买,因为好多人进藏会选择火车进飞机出,而且拉萨开往内地的火车班次也多;硬卧比软卧好买,因为整个列车,硬卧车有8节。

列车——不得不说,虽然列车已经跑了一年,但铮亮的面庞、宽敞的洗漱间、漂亮的藏式地毯,这一切还是显得崭新发亮。车窗玻璃是特别设计过的,能防紫外线,而车体的外涂层,能够保证车厢不被风沙侵蚀。

因为列车是全封闭式,所以在行驶中会感觉空气有点闷,想要呼吸新鲜空气,建议去卫生间,因为只有那里能通风。硬卧的行李箱有点小,许多人不得不将行李塞在下铺底下。

风景——踏上火车,感觉第一次进藏的人还是占大多数,所以一切新鲜。因为列车行驶速度快,所以许多景点,如果稍微不注意,就会一晃而过。

在火车上看风景,一定要“抓大放小”。主要是看山看湖看草原,玉珠峰、唐古拉山、可可西里的动物、羌塘大草原,都是能在列车上从容欣赏的景色。特别是在7月,是高原的春季,在羌塘大草原上欣赏“风吹草低现牛羊”的景色;过了羊八井,你能看到山谷中的油菜花和青稞田。至于一些小处,可能在你不留神中就擦肩而过,比如可可西里的索南达杰保护站,也不用遗憾,在列



车上并不会看得有多真切。毕竟,想要深入体验青藏高原风情,还是自驾。

西藏游玩播报——拉萨的变与不变

现在的拉萨更加熙熙攘攘。以前来拉萨的游客都是穿着冲锋衣的背包客,今年,到这儿都能发现跟着小旗走的旅游团队。按照当地人的说法,拉萨变化太大了。最直观的感觉,酒店如雨春笋般拔地而起,几个月不去,就会发现几家新的酒店。而且餐馆和酒吧越开越多,现在,你能发现到处都是卖小商品的商贩,不仅在著名的八角街,在北京路上的夜市也有许多。不知是火车拉近了拉萨与内地的距离,还是游人改变了拉萨,现在去拉萨,你会感受到许多变化。

布达拉宫售票变严了——来到西藏,不去布达拉宫,肯定是遗憾。布达拉宫一直对参观的人数有限制,现在的上限人数是2600人。7月以来,西藏旅游线路快速升温,继拉萨大昭寺对团队游客实行1小时限时参观后,西藏布达拉宫也宣布从7月开始限制团队游客的参观时间,时间上限同样为1小时。对于散客,必须凭本人的身份证,每天中午12点去买次日的票。

房价涨幅变缓了——在去年火车开通时,拉萨平时只卖200多元的三星级酒店,最高涨到700多元,翻了三倍多。今年住宿的涨幅终于变缓,在今年

的旺季,只比去年6月同期火车开通前的价格,上涨了50%。三星级酒店大概在300-400元左右。现在,拉萨又新开了3家五星级酒店,雅鲁藏布、神湖和新鼎,房价都在千元左右,但是一开业就生意火爆。而两三星的宾馆,床位还非常富余。

工艺品变贵了——西藏最特色的商品是天珠、绿松石、唐卡和蜜蜡。不得不说,火车开通后,工艺品变得太贵,基本上价格涨了一倍。如工艺比较细腻、使用天然颜料的唐卡,火车没开通前才卖2000多元,现在涨到了4000多元。普通天珠以前只要100多元,现在大概要200多元。成色好的松石,以前是20元一克,现在基本在40元左右。不过小纪念品的价格没有上涨,比如转经筒、藏刀基本没有上涨。

正规车变俏了——现在租车比去年好租多了,但正规车还是非常紧俏。去年租车费用上涨得最快,去年8月租一个越野车,每公里在5元左右。而今年租车,价格基本上是3.5元到4元之间。建议去正规旅游汽车公司租有手续的车,比如西藏旅游汽车公司和大地旅游汽车公司,在安全上有保障,一般要提前两个星期预定。

路变得好走了——现在从拉萨出发,去西藏各地,你会发现路变得更好走了。墨脱公路通了,去纳木错、林芝都是柏油路面了。而且通往珠峰大本营路面,尽管是有部分砂石路,也平整了许多。 吴明明

潇洒游西藏 必备小常识

游西藏,你准备好必备用品了吗?很多旅行者总想多带些装备来让自己变得更安全,其实不然。在高原上背负沉重的背包是一项很大的负担,携带物品的原则是轻便、实用。

在前往心中“纯洁的圣地”之前,我们为你们搜罗了有关西藏游方方面面的知识。

1. 背包:越“少”越好

在够用的前提下,到西藏旅行携带的行李背包越少越好。一般45升以下的背包就足以应付,如果参与一些野外徒步野营活动的,那么一大一小两个背包也就足够了。另外,防雨罩也是必备物之一,不仅用来防雨,更可防尘。

2. 服装:越“暖”越好

因为西藏气温很低,昼夜温差很大,所以羽绒服和保暖的绒衣必不可少。

如果去西藏徒步或登山,应该准备一套排汗内衣。在野外,有汗粘在身上是很不舒服的,而且它会迅速带走身上的热量,十分危险。另外要特别注意,西藏的七、八月,几乎天天要下雨,这就要求全身的装备都应具备防水性质。

3. 鞋:首选登山鞋

对远行或徒步者来说,一双透气、保暖和适合的旅游鞋是至关重要的。最佳选择是硬底高帮的登山鞋,不容易进沙子,过泥泞地不易脱落,隔水和保暖也比较好。

4. 旅行水壶:生命之源

西藏的水很纯净,有的可以直接饮用。高原上往往几十公里无人烟,经常“有上顿没下顿”,所以随身带个水壶很有用。

5. 太阳镜:不仅仅是酷

因海拔高、大气稀薄,西藏的太阳辐射强度很高,紫外线格外强烈,所以太阳镜是随身不可缺少的。要注意的是,并非所有的太阳镜都适合,要选择具有紫外线过滤功能的太阳镜,最好是选择100%防紫外线的太阳镜。

6. 防晒霜:避免脱皮必用

高原空气稀薄,太阳直射。防晒霜可以避免被晒得脱皮。

7. 睡袋:越“精”越好

七、八月份带一个1千克的羽绒睡袋就足够温暖的了。要买80%以上绒的,压缩后体积比大瓶可乐大不了多少。

信息周报

伊河漂流景区 “残疾人文体活动基地”挂牌

本报讯(记者 张森罗和顺)从一片苍翠幽深的森林中间穿流而过,眼前是优美恬静的田园风光,心中是刺激惊险的别样感觉,洛阳市的残疾人拥有了自己的“水上漂流乐园”。日前,“洛阳市残疾人文体活动基地”在洛阳市伊河漂流景区挂牌成立了。

授牌仪式当天,200多名来自洛阳市各地的残疾人乘坐漂流船,在洛阳市嵩县伊河漂流景区感受了一段难忘的水上漂流之旅。穿行在全

国独有的森林漂流区,大家在水上真情互动,酣畅淋漓。这次特别的水上之行让残疾人朋友体会到了久违的激情和刺激。参与者感慨:残疾人也同样可以享受漂流带来的无穷乐趣。

嵩县伊河漂流景区负责人告诉记者,残疾人坐在漂流艇上,享受到了伊河漂流的激情和快乐,这种公益性活动将每年举行一次,更是希望以此为起点,让他们今后都能坐在社会关爱构筑的“爱心之船”上。



田螺坑土楼 山野中的“真实童话”

每周一景

提起客家土楼,最为有名的要数福建永定土楼了,这朵民居建筑中的奇葩如今已广为人知,大放异彩。而漳州的田螺坑土楼虽然被世人发现的时间要晚于永定土楼,但其鲜明的特色和个性与之相比毫不逊色。

快乐旅游

旅游咨询



高耸陡峭的山峰,茂密的原始森林,缓缓的溪水,飞流直下的瀑布,风景如诗如画。远离城市的喧嚣,去哪里与灵山秀水相伴?《快乐旅游》开通了咨询热线,您若有旅游方面的问题,只要一个电话,我们将为您提供全方位的服务。

咨询电话:0371-67655533



旅游投诉

如果您出门旅游得不到承诺的服务,您对旅行社、导游、宾馆、饭店、景区的服务质量不满意,您的合法权益受到了侵害,请把您的不幸遭遇告诉我们,我们将维护您的旅游合法权益,对违规企业亮红灯,推动旅游企业诚信经营,为旅游消费者创造一个公平和谐的消费环境。

投诉电话:0371-67655533

旅游贴士

雷雨季节 旅客如何顺利乘机

进入雷雨多发季节,频繁而至的雷雨对机场航班起降造成一定影响,很多旅客不能按时成行。那么,如何在雷雨多发季节合理安排乘机,尽量减少雷雨带来的影响呢?航空业内人士在此为旅客支上几招。

出发前早查询。旅客在出发前如果正遇上雷雨天气,无法确定自己乘坐的航班是否受到影响,可提前拨打所乘坐飞机的航空公司的服务热线或者出发机场的航班查询电话,了解航班动态。

留意机场通知。如果航班延误、取消或临时更换登机口,都会通过机场航班显示屏反映出来。尤其在雷雨导致航班不正常,登机口、登

机时间等信息的临时调整会比较频繁,因此,旅客即使已经拿到登机牌,也要多留意机场的航班显示屏或向工作人员咨询,以便及时了解自己所乘航班的信息。最近,因雷雨造成机场航班变动大,不少办理了登机牌的旅客在候机楼内等候时,就因忽视了航班信息而误机。

注意机票限制。在各航空公司的促销中,很多旅客买到了三折、四折甚至更低折扣的机票,但这些便宜机票往往对旅客乘机有更多限制,比如不能签转、不能更改航班等。因此,购低价票的旅客一定要对自己的乘机限制了解清楚,以免造成不必要的损失。 陈冀

异域风光

七月到芬兰感受极昼奥妙



有“千湖之国”之称的芬兰在极昼艳阳下更能体现水国的浪漫。

●推荐理由:7月是芬兰最美的季节,可以感受极昼的奥妙。该线路还独家深入游览芬兰第三大城市——坦佩利,以及芬兰古都土库。那里的温度不冷不热,更适合避暑。

●推荐指数:★★★★ 线路简介:该线路为旅行社新推线路,行程12天,将游览芬兰、瑞典、挪威、丹麦等国的著名城市。

线路看点:7月的芬兰,日照时间特别长,北部的拉普兰,一年中有数星期太阳高挂不下,被称之为“极昼”,芬兰最北点——北角太阳高挂天空长达73日,被称为午夜太阳之乡。从广州搭乘芬兰航空豪华客机飞往芬兰的北部伊瓦洛,便可到达位于北纬71°10'21"的北角。你可以在北角邮局给亲友邮寄明信片,也可得到一张跨越北极圈的证书,更可以认识北极风情,学习拉普兰的文化及传统。如探访拉普兰土著萨米人的家,参观他们

的村落和驯鹿农场。

在那里你可以深夜还坐在湖畔,于艳阳下边边细读心爱的小说,一边感受午夜太阳光辉下芬兰的妩媚……芬兰人会毫无保留地以不同方式去享受北欧独有的不夜天,众多大城小镇都会欢度庆祝那没有黑暗的仲夏;其中“仲夏节”在芬兰有着非常悠久的历史,亦被芬兰人认为是最浪漫、喜庆的日子,因此有许多人专门选择这一天举行婚礼。

玩家点评:夏季的芬兰很安静,很荒凉,很本色,驴友说,在那里能让人从心底里流出一股孤单来,似乎已经走到天尽头,到了时间消逝的地方,不时可以看见三两只驯鹿自在的穿越马路。“芬兰人讲求自然,生活在纯粹的大自然中,是他们最大的幸福。”

旅游贴士:注意带御寒衣物。尝试一下当地的小马铃薯,非常优质。要吃吃驯鹿肉,回国后肯定很难再吃到。

鲍音瑛

《时尚休闲》旅游周三发布 规格:4.5x8cm/栏 传真:67655632 电话:67655533 67655217 67655263

郑州豫之旅海外国际旅行社 中国公民出境旅游特约组团社 河南省优秀旅行社

河南省中国青年旅行社 中国中青旅集团成员单位 河南省诚信旅游示范单位 国家特许出境组团社

您选择青旅的每一次旅游 都为希望工程捐赠了一元钱 监督电话:4008888888

5国11天 13800	法意瑞10天 13200
8国13天 12200	北欧4国8天 15800
11国14天 13200	俄罗斯7天 9000
南非 8天 10800	埃及 8天 8800
	澳新 12天 12000

出境专线:0371-65935222(昼夜) 地址:政一街7号

华东五市 双卧7日 980元
大小三峡 单卧5日 980元
九寨沟 双卧8日 1480元
西藏 双卧7日 3380元
大连 双卧6日 1180元
南北戴河 双卧5日 1180元
青岛日照 周末 248元

北京 双卧5日 780元
内蒙 双卧5日 1380元
桂林 双卧5日 1080元
黄山 双卧5日 780元
新疆 三卧8日 2080元
八里沟 1日 108元
白云山 2日 258元

纬二路门市部电话:65907285 65900267 66547713
地址:纬二路15号战友宾馆10楼 许可编号:L-HEN-GJ00004