

行程:D1山东各地—西宁(火车);D2西宁—拉萨(火车);D3拉萨;D4拉萨—卡定沟—林芝;D5林芝—苯日神山;D6八一/米林—朗县—泽当;D7泽当—桑耶寺—羊湖—拉萨;D8圣城一日游;D9拉萨—徐州/北京(火车和飞机两种方式返回)