**华东--双园记双卧8日游行程单**

双园记带迪士尼

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SH1717559348Qx | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 上海市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 七大产品亮点 【亮点一】：上海迪士尼乐园+第八大主题园区疯狂动物城+梦幻童话城堡，让我们一起开启奇妙童话之旅，上海迪士尼3D灯光幻影烟花秀，投影、激光和烟火交相辉映，将童话城堡渲染的如梦似幻；【亮点二】：有“东方侏罗纪”之称的中华恐龙园，以恐龙文化为主题的大型游乐园，园区现有七大主题区、五十多个极限游乐项目，每天各种风格的主题演出，带您回到古老、神秘的侏罗纪时代。【亮点三】：龙之梦动物世界是集野生动物展示、科学研究、保护教育和互动体验为一体的大型野生动物园，区别于传统动物园人与动物间隔开的游览模式,在龙之梦动物世界能感受到人与大自然的优质融入,人与动物的和谐共处。 【亮点四】： “东方剑桥”之称的浙江大学（Zhejiang University）位列首批“世界一流大学和一流学科”、“211工程”、“985工程”，带着您的孩子感受百年名校。【亮点五】：打卡【绍兴鲁迅故居】—走进语文课本中鲁迅先生的故乡，实地考察少年鲁迅少年时生活过的地方，感受书中真实存在的建筑场景！【亮点六】：全程40/人餐标，江南美食一网打尽， 特别赠送龙井一杯【特色七】：全程四钻精选品质酒店，更标准 更透明，带给您尊贵非凡的体验！ | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州-上海**  兰州乘坐火车赴上海，沿途欣赏祖国的大好山河。交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车上 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **抵达上海，上海接站。**  抵达上海，上海接站。上海14:00前为接站时间，根据抵达时间安排接站司机或者接站导游接站，下午15：00左右开始行程，游览【外滩风光带】（百年上海滩的标志和象征，万国建筑博览群、黄埔江风光）。【南京路步行街】（老上海十里洋场，中华五星商业街，数以千计的大中小型商场，汇集了中国非常全和非常时尚的商品，自由观光购物）。晚推荐自费项目《海、陆、空》“东方巴黎”之称的夜上海：推荐A：登上海标致性高楼金茂大厦88层观光厅，俯瞰大上海全市信息景，费用现收150元/人。推荐B：乘豪华游船畅游上海黄浦江，船游悠哉欣赏两岸迷人夜景风光，费用现收180元/人。推荐C：上海登金厦大茂88层观光厅+乘豪华游船游黄浦江，二个项目费用现收：320元/人。说明：（以上自费项目：含景点门票、船票、司机接送、导游服务费用，如您自行在其他平台渠道购买自费项目，则需现场补司机接送、导游服务费：50元/人一个项目，敬请知晓！） 接站提示：1、当天14：00前抵达上海的游客，我们为您免费安排接站服务，根据抵达时间安排工作人员接站，14：00后抵达请自行与团队汇合，车费自理！2、散客拼团，接站为拼车接站，需要相互等待，等待时间为1小时以内，请游客理解并配合接站工作人员的工作，敬请提前知晓！3、免费接站地点：上海火车站、上海虹桥高铁站，上海虹桥机场、上海浦东机场接机需另外加50元/人，接送站服务只能在当日提供，提住或延住无法提供接送站服务。4、如您无法在指定免费接站时间内到达，或者是时间宝贵不愿等候，我们也同时提供有偿的接送站服务：上海浦东机场200元/趟，7座以下； 上海高虹机场150元/趟，上海火车站或上海高铁站150元/趟，7座以下，请知晓。入住酒店参考：维纳斯野生动物园店、麟臻酒店、浦东机场博览中心丽呈睿轩酒店、瑞斯酒店、继磊国际、三甲港绿地铂派等同级酒店交通：火车-汽车景点：外南京路外滩自费项：晚推荐自费项目《海、陆、空》“东方巴黎”之称的夜上海：推荐A：登上海标致性高楼金茂大厦88层观光厅，俯瞰大上海全市信息景，费用现收150元/人。推荐B：乘豪华游船畅游上海黄浦江，船游悠哉欣赏两岸迷人夜景风光，费用现收180元/人。推荐C：上海登金厦大茂88层观光厅+乘豪华游船游黄浦江，二个项目费用现收：320元/人。 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 上海 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **上海迪士尼畅游一天**  早餐后乘坐酒店迪士尼专车前往迪士尼度假区，畅玩【上海迪士尼乐园】：是中国内地第一个迪士尼度假区，你可以在此亲历许多迪士尼乐园的经典项目，包括较大的迪士尼城堡、以海盗为主题的园区、较长的迪士尼花车巡游路线等，身临其境地感受神奇王国。分为八个各具特色的主题园区，包括“米奇大街”、“奇想花园”、“梦幻世界”、“迪士尼·皮克斯玩具总动员”、“探险岛”、“宝藏湾”、“明日世界”和“疯狂动物城”。无论男女老少都能在这里找到快乐的天地。【夜光幻影秀+梦幻烟花秀】童话城堡是上海迪士尼乐园中最高的建筑，当夜幕降临的时候，城堡外的复古路灯扮靓园区，绿色大树上的点点灯泡犹如点点星光，璀璨无比。晚上灯光在梦幻城堡上演投影、激光和烟火交相辉映，形成壮观的灯光秀，灯光也将童话城堡渲染的如梦似幻。乘坐酒店专车返回酒店休息。说明：（为确保游客能欣赏到梦幻烟花秀，我们在烟花结束后15分钟集合返回，如果由于天气等原因造成迪士尼烟花秀未演出，敬请谅解。上海迪士尼乐园内客人自由活动，导游一天不陪同）。入住酒店参考：维纳斯野生动物园店、麟臻酒店、浦东机场博览中心丽呈睿轩酒店、瑞斯酒店、继磊国际、三甲港绿地铂派等同级酒店交通：汽车景点：上海迪士尼 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 上海 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **上海→常州恐龙园→龙之梦度假区**  早餐后乘车赴常州（车程约3小时 ），参观【中华恐龙园】是一座以恐龙文化为主题的大型游乐园，是一座集科普、游乐、演艺、住宿、购物于一体的一站式旅游度假区。有“东方侏罗纪”之称。园区现有七大主题区域、五十多个极限游乐项目、每天各种风格的主题演出。带领游客回到古老、神秘的侏罗纪时代。【恐龙宫】作为中华恐龙园的标志性建筑物，中华恐龙馆的馆体外形充分运用仿生建筑手法，远远望去仿佛三头恐龙高昂着龙头在窃窃私语，一条丰盈巨硕的恐龙躯体呈现出大写意的造型，由此勾勒出恐龙馆的博览、娱乐及科普空间。其中主厅包括中庭、陈列厅、景观厅、观光厅和影视厅；辅助厅有入口大厅、贵宾接待厅、学术报告厅、备用展示厅及屋顶花园、纪念品售卖屋等空间。各厅通过逻辑路线，有发有合，互为关联。以生物演变史作为设计背景，重点突出恐龙从生存、繁衍、演化直至毁灭的构思主线，揭示了生命与环境相互依存，人类必须保护生态、保护环境的深刻主题。园内也有轻松休闲的项目，可以在中华恐龙馆中参观到多种中国系列的恐龙化石，在这里你会了解到恐龙文化。也可以参加不那么惊险的游乐项目，如“雷龙过山车”、“龙神古塔”等，让你在微紧张中寻求欢乐；在不同的场馆还可观看音乐剧、魔幻剧和真人特技表演等节目。乘车赴【太湖龙之梦度假区】（车程约1小时 ），太湖龙之梦乐园总投资251亿元，是一个集星级酒店群、养老公寓、太湖古镇、国际马戏城、动物世界等业态于一体的大型旅游目的地项目。入住酒店休息。入住酒店参考：龙之梦雅仕湖畔酒店或同级交通：汽车景点：常州恐龙园→龙之梦度假区 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 龙之梦旗下酒店 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **龙之梦龙之梦动物世界→乌镇西栅**  早餐后游览【龙之梦动物世界】（赠送景区特色小火车），来到太湖龙之梦乐园，当然是要到动物世界打卡啦！占地1600亩的龙之梦动物世界，分车行和步行两个区域，目前已经到位的动物有200余种，10000余头只。各类珍稀动物，精彩的科普大讲堂，近距离感受投喂小动物，道路全长6公里的步行区，动物展区星罗棋布，无法抵抗动物的魅力，专业的主持团队，大功率环绕声音响，豪华开阔舞台布景，动不动就是二三千个座位的开放环抱式观众席。与动物互动投喂点，一群长颈鹿在压马路，就在车窗边，锦鲤、非洲象、长颈鹿等开放出来的十几个互动投喂点，让您的旅途不枯燥，拥有更多乐趣！在白鸽广场的草坪上，让鸽子在你的头上，肩上，无拘无束的玩耍，震撼、开放、亲近、舒适，是来到龙之梦动物世界的感觉，区别于传统动物园人与动物间隔开的游览模式，在龙之梦动物世界能感受到人与大自然的优质融入，人与动物的和谐共处。乘车赴桐乡，游览中国最美的水乡古镇之一、世界级休闲度假小镇【乌镇·西栅景区】游览时间：西栅是乌镇的精华所在，虽与东栅同为主要景区，游览时间约2小时左右（晚自由逛小镇码头、渡船、小巷、小桥流水、青石板路、老电影、似水年华酒吧…如梦如幻，如诗如画）入住酒店参考：乌镇西栅内民宿，如逢重大节日、大型会议、周末，西栅内民宿无法正常安排，则安排乌镇外四钻酒店：南梵客栈、乌镇优屋美宿、乌镇冠峰度假酒店、桐乡瑞麒酒店 、桐乡嘉德酒店、桐乡艾克斯酒店、桐乡和平饭店等同级酒店交通：汽车景点：龙之梦龙之梦动物世界→乌镇西栅 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 乌镇/桐乡 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **乌镇→绍兴→杭州**  早餐后，乘车前往乘车赴绍兴，【鲁迅故里】是绍兴市内的一条历史街区，这里是文豪鲁迅先生少年时生活过的地方。景区内不仅保留了不少当年的老建筑，还恢复了先生笔下的土谷祠、寿家台门等景观，百草园、三味书屋等儿时课本中的场景，也能在这里找到。景区的主道两边粉墙黛瓦，您可以走进【鲁迅故居】参观先生诞生之地；还有屋后那曾是他儿时乐园的“百草园”；或是去“三味书屋”看一看少年鲁迅学习时用过的书桌；还可以去“咸亨酒店”，与“孔乙己”铜像合个影，吃吃茴香豆、来碗黄酒，品味一下绍兴式慢生活。景区内还可参观鲁迅祖辈们的世居大宅、鲁迅笔下的“风情园”、陈列鲁迅生平事迹的纪念馆。如果对鲁迅的著作有印象，还可去《阿Q正传》中提到的土谷祠和静修庵、《呐喊》中提到的当铺“恒济当”看看，感受一下作品中真实存在的建筑场景。这段街区不算长，却很有江南水乡古城的风貌。街两边有不少店铺，可以尝尝街边卖的绍兴臭豆腐、龙须糖；也可以坐上乌篷船穿梭于水巷之中，感受水乡的气息。乘车赴杭州，欣赏西湖美景，【漫步西湖】“半为西湖半为绸”（远观三潭印月、苏堤春晓、断桥残雪、远眺雷锋塔等美景）；游览西湖十景之一的【花港观鱼】（游览时间约20分钟，御碑、红鱼池等）。西湖是中国大陆主要的观赏性淡水湖泊之一，也是现今《世界遗产名录》中少数几个和中国唯一一个湖泊类文化遗产。西湖古称钱塘湖，又名西子湖，古代诗人苏轼就对它评价道：“欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”。【了解历史人文的西湖，听一听美丽历史传说、也可以挑战一下自己的古诗词水平】温馨提示：涉及黄金周，节假日，周末，西湖风景区大巴车禁止进入，客人需要换乘景区公交车，自理单趟2元/人，往返4元/人，如需包车200/趟，限乘50人，具体当天以景区安排为准，敬请谅解！另有畅游西湖：自愿乘游船环湖游西湖，深度赏西湖之美，55元/位，费用自理，儿童同成人价格，包含环湖游船以及导游讲解！游览【清河坊街或者南宋御街】这里有茶文化、药文化、食文化及众多的百年老字号商铺的文化和各种民间艺人及市井民俗的小摊，是一条充分体现市井民俗风情特色的老街自费项目：游览“清明上河图真实再现”的主题公园【宋城】，观赏五千万元打造的巨作“给我一天，还你千年——宋城千古情”大型歌舞表演（自愿参加：330-350元/人）。入住酒店参考：浙大启真水晶酒店：暗香瑞莱克斯大酒店：忆西溪酒店：拱墅假日酒店：机场开元名庭酒店：兰欧酒店等同级酒店交通：汽车景点：鲁迅故里-漫步西湖-清河坊街或者南宋御街自费项：自费项目：游览“清明上河图真实再现”的主题公园【宋城】，观赏五千万元打造的巨作“给我一天，还你千年——宋城千古情”大型歌舞表演（自愿参加：330-350元/人）。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 杭州 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **杭州或上海→返回温暖的家**  早餐后参观【浙江大学】：简称“浙大”，是中华人民共和国教育部直属的综合性全国重点大学，中央直管副部级建制，位列首批“世界一流大学和一流学科”、“211工程”、“985工程”，为九校联盟（C9）、环太平洋大学联盟、世界大学联盟、国际应用科技开发协作网、中国大学校长联谊会、新工科教育国际联盟、全球能源互联网大学联盟、CDIO工程教育联盟、医学“双一流”建设联盟成员，入选“珠峰计划”、“强基计划”。这里曾集聚了竺可桢、苏步青、陈建功等国内外颇具盛名的科学巨人，是全国众多学子欣然向往的学府。走进浙大校园，感受大、美、温馨的书香文化气息，了解浙大的前世今生，历经艰辛，筚路蓝缕，被英国著名学者李约瑟称誉为“东方剑桥”。（如遇浙江大学当天预约已满，则调整更改为参观杭州灵隐飞来峰（不含香花劵））。中午12：00集合，导游统一安排送站，结束愉快的旅程。说明：（如您的送站时间早于12：00，当日参观浙江大学只能自愿放弃，无任何费用可退，如需送站服务，送站费用另计）杭州送站提示：1、当天12：00结束愉快行程的游客，我们为您免费安排送站服务，12：00前或者12：00之后需要送站服务的游客，车费敬请自理！2、高铁或火车返程大交通时间建议在14：30以后，航班返程时间建议在16：30之后。3、免费送站地点：杭州东站、杭州火车站、杭州萧山机场、杭州西站需另外加50元/人，接送站服务只能在当日提供，提住或延住无法提供接送站服务。4、如您无法在指定免费送站时间内到达，或者是时间宝贵不愿等候，我们也同时提供有偿的送站服务：杭州萧山东机场、杭州西站200元/趟，7座以下，杭州火车站或杭州东站 150元/趟，7座以下，请知晓。5、如您的返程时间较晚，您可以选择下午自由活动，自行前往机场或火车站，行李寄存时间为：早10：00--晚19：00，请注意时间。6、如遇法定节假日或黄金周、暑假期间，返程大交通时间建议比平日延后1小时以上，以确保正常返程。上海送站提示：1、当天游客也可以随车返回上海，抵达上海时间约15：30左右。2、上海高铁或火车返程大交通时间建议在17：30以后，浦东机场返程大交通时间建议在18:30以后。3、免费送站地点：上海火车站、上海虹桥高铁站、上海虹桥机场，上海浦东机场接机需另外加50元/人，接送站服务只能在当日提供，提住或延住无法提供接送站服务。4、如遇法定节假日或黄金周、暑假期间，返程大交通时间建议比平日延后1小时以上，以确保正常返程。交通：汽车--火车返回景点：浙江大学 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车上 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **抵达温馨的家！**  抵达温馨的家，结束愉快的旅程！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 温暖的家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 住宿：全程携程四钻精选高品质酒店，一晚乌镇内民宿（如逢周末、节假日、会议除外）全程5晚单房差：700元一人，酒店房型以双标为主，如同现单男单女，需补足房费门票：行程中所含的景点首道大门票，不含景区内景交、观光车、缆车等费用。说明: 龙之梦动物世界安排赠送小火车，属于赠送服务项目，如因特殊情况或者等候时间过长，无法正常安排，无费用可退，敬请提前知晓！用餐：含5早3正餐；正餐按40元/人\*顿特别特色美食：苏州姑苏灶头、龙之梦太湖湖鲜宴、绍兴特色宴。备注：十人一桌，不含酒水，如因人数不足菜量有所减少，敬请理解。用车：当地空调旅游车，按成团人数调配车辆，保证每人一正座。导游：当地中文优秀导游，全程讲解服务。 | | |
| **费用不包含** | 费用包含以外的所有费用 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 杭州宋城 | 游览“清明上河图真实再现”的主题公园【宋城】，观赏五千万元打造的巨作“给我一天，还你千年——宋城千古情”大型歌舞表演（自愿参加：330-350元/人） | 120 分钟 | ¥ 350.00 |
| 上海夜景 | 晚推荐自费项目《海、陆、空》“东方巴黎”之称的夜上海：推荐A：登上海标致性高楼金茂大厦88层观光厅，俯瞰大上海全市信息景，费用现收150元/人。推荐B：乘豪华游船畅游上海黄浦江，船游悠哉欣赏两岸迷人夜景风光，费用现收180元/人。推荐C：上海登金厦大茂88层观光厅+乘豪华游船游黄浦江，二个项目费用现收：320元/人。 | 120 分钟 | ¥ 320.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **保险信息** | 旅行社意外险/责任险 |
| **保险信息** | 甘肃丝绸之路国际旅行社安全告知书为了确保此次旅行安全顺利的进行，旅行社就旅行中应注意的问题与安全事项，在您参加本次旅行团之前，特别向您进行提示与告知：尊敬的客人：感谢您选择甘肃丝绸之路国际旅行社的服务！为了确保此次旅行安全顺利的进行，旅行社就旅行中应注意的问题与安全事项，在您参加本次旅行团之前，特别向您进行提示与告知，请您在参团前仔细阅读。一、参团前准备事项：1．根据当地气候准备应时衣物用品⑴不同的景点气候多变，老年人易受凉感冒，所以衣服要带够，以便随时增减。穿旅游鞋，请酌情带防晒霜、太阳帽、晴雨伞、墨镜、雨鞋等；上年纪的人带上手杖；山区不宜打伞,请自备雨衣。安排好所需的行李，行李包中如果有易碎的东西请妥善保管；⑵某些娱乐项目只有穿长裤才适合，因此女游客不要仅带裙子，长袖衣裤都必不可少；⑶到野生动物保护区游览，应穿中性颜色的衣服，如棕色、米色和土黄色；白色和其他鲜艳的颜色会令动物不安。同时，尽量穿长袖衣裤，以防被丛林中的蚊虫叮咬；⑷因乘坐火车时需经常上下铺，尤其老年人会经常起夜，因此长时间乘坐火车时应准备一双拖鞋；⑸参加火车团或用不习惯酒店备的一次性洗漱用品者请自备好洗漱用品。2．提前检查身体，自备药品⑴在临行前的体检必不可少，参加旅行前要征得医生同意。如有体质较弱或者曾患病的游客必须坚持治疗，防止旧病复发。平时需要用药治疗者，出游时切不可遗忘服药；⑵为防止水土不服，还要带些急救用品及常用药品，如绷带、创可贴、伤湿止痛膏、感冒药、晕车药、止泻药、消炎药、黄连素、风油精、健胃药、抗过敏药等。有晕车史的要在乘车、乘船前半小时服药；⑶参加高原、野外、长途旅游，旅行社不建议年龄较大或有高血压、心脏病、糖尿病、身体残疾等不适宜旅游的客人参团旅游，如执意参加必须提前征得医生同意，备好药品，并征得家属子女同意，如因自身原因发生意外，责任自负。3．安排好家中相应事宜⑴如果出游时家中没有留人，请安排好您家的物品投送（如牛奶、报纸、邮件等）；将家中贵重的东西放入保险箱或其他安全的地方；关上自来水龙头、煤气开关，拔下家用电器的电源插头；如有宠物、托付他人代为照看；检查所有门窗的锁，拜托可靠的朋友或邻居不定时察看，自己一定要随身带好家门钥匙；⑵把旅行路线留给自己的家人或与你联系的人。检查是否带好了与家庭、单位和亲朋好友联系用的电话号码。4．出团时请带好证件，如老年证、身份证、军官证、学生证、残疾证、户口本等，提前向导游出示证件以便导游购买优惠门票，如购买门票后再向导游出示，则证件无效。二、出团注意事项：1．认真阅读出团通知并随身携带备用，记好旅行社通知的集合时间、地点、集合标志、联系人电话，要在规定的时间内到达指定的地点集合。带好自己的证件、车票、机票、船票。安排好从家中到车站、机场、码头的路线和交通工具；参飞机团请务必带好身份证原件，儿童带好户口本原件；如因自身原因造成无法办理出境手续或误机一切损失由客人自行承担，旅行社不承担责任。2．证件机票安全⑴护照是我们在国外唯一有效的身份证明，丢失护照将有很大麻烦。护照须由自己保管（到某些国家是由领队保管）。如客人自身原因丢失护照，由此产生的一切费用和造成的损失费用由客人承担。旅行社导游协助补办护照手续，但所发生费用和机票变更费用需由游客承担；⑵机票一旦丢失需自费补票。请注意在每次使用机票换登机牌时，查验清楚只撕了当次飞行段的机票联，如多撕或错撕，机票将无法在下一飞行段使用；⑶证件和贵重物品，如护照、身份证、机票、现金、支票、邀请函原件和复印件等，请务必随身携带，一定不要放在托运的行李中。3．在交通工具上注意事项⑴按照国际惯例，团队办理登机手续，是按客人姓氏的英文字母顺序发给登机牌。因此，如需调整座位，应在飞机起飞且平稳后商量调换，切不可挡住通道，影响其他客人行走；⑵飞机上用餐时应将座椅靠背调直，以免影响他人。飞机上用餐每人一份，饮料免费，可按需要索取。如有回民或吃素等特殊用餐要求请提前向乘务员声明。若需服务可按呼叫按钮，不可大呼小叫。飞机上应轻声交谈，以免影响他人休息；⑶出外旅游携带的行李要求轻便，旅行箱、包要坚固耐用，应尽量避免携带贵重物品，行李如需托运，切勿将现金及贵重物品放在托运行李中。大件行李在办理登机手续时交航空公司托运，托运的行李一定要包装结实并上锁；⑷请将随身行李放置在本人座位上方的行李舱内，放不下的请安置在自己前排座位下面；⑸搭乘飞机时扣好安全带，不要在飞机上使用手提移动电话等相关电子品,不要在飞机上随意走动。机舱内全面禁烟；⑹在车厢内行走，随时扶好把手，不要将手扶在门框上，以免行车时或突发紧急制动造成伤害；在火车上打水不宜过满，3/4处为宜，以免烫伤；不要在车厢内吸烟，行李要保管好，夜间防止被盗；睡觉时车窗要关闭，以免受凉；⑺在交通工具上禁止携带易燃易爆、管制刀具等危险物品。乘机、坐车、上船要注意扶梯，在台阶处站稳，乘车时注意颠簸路段及司机急刹车以免扭伤或摔伤身体，途中严禁追跑打闹。勿在车辆行驶过程中任意更换座位，头、脚勿伸出窗外，上下车时请注意来车方向以免发生危险；⑻乘车晕车者请提前跟导游打招呼，请将前方座位主动留给老、幼、晕车客人乘坐；⑼班机（火车）抵达目的地后，请您不要急于下飞机（火车）而遗忘物品，注意检查随身行李和物品；⑽旅行社接团人员会到机场、车站迎接各位，注意看管好自己的手提行李，请尽量和团队在一起，避免走失。4．酒店注意事项⑴入住酒店时请保管好房卡，检查房间内设施（卫浴设备、遥控器、烟缸、毛巾浴巾等）是否有损坏并及时告知酒店，以免退房时发生不必要的麻烦。染发的客人请自备一条毛巾、枕巾或是等发干了再入睡，以免染到酒店枕头上；⑵在使用房间内物品时，看清是否免费使用，如使用非免费物品请看清标价；⑶出入酒店房间请随手关门并把门窗锁好，不要随便开门或让陌生人进入房间以免上当受骗；⑷勿将洗完的湿衣物披在灯上烤干或在床上抽烟。相应证件、护照、现金等应寄存在酒店保险箱内或随身携带，切勿放在酒店房间内、寄存行李处或旅行车内；⑸沐浴时地面、浴缸容易打滑，一定要先把防滑垫放好以防滑倒摔伤；⑹自由活动期间最好结伴而行，去什么地方最好事先与领队和导游打招呼，并带上酒店名片以免迷路。如在自由活动期间发生意外，请首先与全陪和导游联系寻求帮助，旅行社不承担责任和由此产生的费用；⑺每次退房前，请检查您所携带的行李物品，特别注意您的证件和贵重物品。房间内配备的浴巾、毛巾、水杯、烟缸等物品不是免费赠送物品，均不可带出酒店。5．景区注意事项⑴抵达景区游览前，紧记导游交代的集中地点、时间、所乘游览车号，万一走失请于集中地点等候导游返回寻找；⑵团体旅行时不可擅自脱队，单独离队，如果要脱离团队请征得全陪、导游同意，并随身携带当地所住饭店地址、全陪电话及导游电话，以免发生意外。参加团队旅游，要听从领队或导游的指挥安排，不随意活动，以免发生离群、掉队、迷路等事件。要随时注意团队的去向，以免掉队。旅行期间，团友应互敬互谅，配合领队和导游工作，如有违法或者违规行为，领队和导游有权制止或采取相应措施；⑶行程中或自由活动时尽量不参加危险活动项目，如攀岩、高速摩托艇、水上飞机、高速游轮等项目。如执意要参加，要听从该处工作人员的安排，落实各项安全措施，切忌麻痹大意。携带儿童的游客，参加此类活动时应照顾好自己的孩子，不要让他们独自活动。身体状况不佳者请勿参加。患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压、恐高症者切忌从事水上、高空活动。如有意外发生，我社不承担责任；⑷因无法预测海啸、台风，避免受到海蜇、鲨鱼袭击，防止溺水等意外发生，旅行社不组织游客参加游泳、潜水等水上或下水项目，如游客执意下水也需根据自身情况仔细斟酌后再下水，不熟悉水性者，切勿独自下水，儿童一定要有家长陪同一起游玩。如有意外发生，我社不承担责任；⑸搭乘快艇，漂流木筏，参加水上活动，请按规定穿着救生衣，并遵照工作人员的指导。如有晕水、晕船者请勿游玩水上项目；⑹游客在乘坐缆车或其它高空项目时，一定要注意安全，系好安全带；⑺游客在旅游行程中如出现乏力、多汗、头晕、眼花、心悸等症状时，应及时休息，不可勉强坚持。患有心血管病的老年人，更要加强自我监护。老人易疲劳且不易恢复，旅游中要有充足的休息和睡眠。若感到体力不支，可休息几天或中止旅行。在长时间步行游览时应随时坐下小憩并且随时与全陪、导游联系以便在第一时间得到救护；⑻在走山路时靠内侧行走，要注意脚下，切记“走路不看景，看景不走路”，紧跟导游避开危险路线，照相时不要拥挤，以免发生意外；⑼不同的景点气候多变，要随时增减衣服，携带上雨具。行走出汗时不要马上脱衣敞怀。昼夜温差大的地区，睡前要盖好被毯；⑽出游时，老人最好有亲朋好友陪伴，以免生病或发生意外时无人照顾。为防止老年人跌跤发生伤害，最好佐以手杖；在乘车时，最好选择中间位置及舒适座位，以防晕车引起恶心、呕吐等。自觉维护景区内卫生，不乱扔废物，不在禁烟区抽烟，不要投食喂动物，不往河道湖泊里扔垃圾。⑾到少数民族地区请注意民族禁忌，尊重当地民俗。⑿我社郑重提醒旅游者谨慎参加赛车、骑马、攀岩、滑翔、探险、漂流、潜水、游泳、滑雪、滑冰、滑板、跳伞、热气球、蹦极、冲浪等高风险自选活动，若由此造成的人身伤亡或财产损失，我社不承担责任，不负责赔偿；⒀在自由行过程中您自愿参加的一切活动项目，请充分了解活动的内容并严格遵守活动项目的安全规定。建议您主动购买相关保险。我社对您在此过程中发生的意外不承担任何责任；⒁参加西藏等高原类旅行，请你在出发前将自己的身体健康状况如实告知，严重心脏病、高血压、肺和血液系统疾病患者不宜进藏或上雪山。我社建议您前往高原前最好去正规医院进行体检，对自己的身体健康状况负责，如隐瞒身体情况发生的问题我社不承担任何责任。请旅游者带上必要的应急药品和其它物品，不宜剧烈运动，不宜饮酒，多食蔬菜、水果，以防发生高原反应；⒂参加海边旅游，请您不要在非游泳区游泳、不要在水中过分嬉戏，防止呛水。水性一般的人最好不要往深水区走，海和游泳池不同，海有涨落潮之分，一旦涨潮，你离海边距离变远，体力消耗过大极其危险。忌剧烈运动后游泳，忌长时间曝晒游泳、忌游泳后马上进食、忌游泳时间过久、忌高血压患者游泳、忌心脏病患者游泳、忌中耳炎患者游泳、忌急性眼结膜炎患者游泳。6．饮食注意事项⑴旅游中不光顾路边无牌照摊档，不吃不洁和生冷食品，防止病毒性肝炎、痢疾、伤寒等肠道传染病经口进入。在外面私自食用不洁食品和海鲜引起的肠胃病旅行社不承担责任；⑵重视饮食卫生，严防“病从口入”。对各地的风味小吃、土特产食品应以品尝为主，一次不宜吃得太多，更不能暴饮暴食，以免引起消化不良等；⑶多吃些新鲜蔬菜和水果，少食油腻和辛辣生冷食物，最好少饮或不饮酒；⑷饮食有特殊要求的提前跟导游打招呼，以便导游更好的给您安排饮食；⑸海边吃海鲜应选择新鲜的海鲜，吃海鲜不宜饮啤酒、不宜与某些水果同吃，且吃海鲜后不要马上去游泳。如果旅游者自行购买海鲜发生问题（非旅行社安排的用餐），我社不承担任何责任。7．购物注意事项⑴切勿在公共场所露财，购物时勿当众清数钞票。⑵购买商品时请向商店索取完整的发票和购买证明。⑶在小摊位购买物品时，看好后再与商贩讨价，如无意购买切勿与商贩多做讨价，以免发生争吵。以上内容请仔细阅读后签字确认，谢谢您的合作，在此代表旅行社祝您身体健康，旅途愉快！（本附件一式两份，双方各持一份）本人已阅读上述旅游安全须知及风险提示，并对自己的人身及财物安全负责。                                              客人（签字)：                     日期：   年   月   日 |