**贵州—【奔赴梵净】双飞6日游行程单**

贵州—【奔赴梵净】双飞6日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GZ1717666569Y | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 贵州省-贵阳市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 精选贵州最核心景区，一次玩转，不留遗憾，打卡天空之城、网红梵净山精选高性价比商务型住宿，入住镇远，赏镇远迷人夜景，看万家灯火24小时管家服务，及时高效解决各类所问所需，出行无忧；精选贵州特色餐【古法秘制长桌宴】享苗家高山流水敬酒礼赠送品牌矿泉水每人每天1瓶赠送24小时接站服务，无缝衔接，风里雨里我在贵州等你 |
| **产品介绍** | 【黄果树景区】—— 国家5A景区，亚洲第一大瀑布群，飞流直下，气势磅礴，中国最美瀑乡！【小七孔景区】——  国家5A景区，贵州第一个世界自然遗产，誉为镶嵌在地球腰带上绿宝石！【西江苗寨】—— 国家4A景区，世界最大苗族聚居村，苗族露天博物馆，璀璨夜景震撼人心！【梵净山景区】—— 国家5A景区，世界遗产名录，中国第五大佛教名山，中国最美天空之城【镇远古镇】——国家5A级景区，世界遗产名录，两千多年悠久历史的古城，东方威尼斯 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **兰州—贵阳**乘坐飞机前往到达森林覆盖率31.6%的“森林之城”贵阳市； 根据航班时间接站入住酒店。来到这个休闲的城市，你需要带上一个好心情和一把雨伞，到贵阳市区的南明河畔或中华路，体验一下这个慵懒的城市，慢节奏的生活。体验贵州风味小吃，感受“酸、辣”美食文化的魅力。 贵阳市区推荐的景点有黔灵山公园（门票5元自理）、甲秀楼等。参观甲秀楼（自由活动）甲秀楼是贵阳的文化地标,楼门两侧的长联讲述了贵州的历史变迁，瞻仰楼内陈列的贵州文化名人。游览黔灵山公园（自由活动）为数不多的大型综合性城市公园之一。以明山、秀水、幽林、古寺、圣泉、灵猴而闻名遐迩。交通：飞机到达城市：贵阳市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳 |
| **D2** |
| **行程详情** | **贵阳—荔波小七孔—镇远古镇**早餐后，乘车（约4H）前往荔波，游览世界自然遗产地，国家级AAAAA景区，中国最美丽的地方【小七孔】（不含电瓶车40元/人，保险10元/人，必须消费敬请自理）在宽仅1公里、长12公里的狭长幽谷里，集洞、林、湖、瀑、石、水多种景观于一体，玲珑秀丽，有“超级盆景”的和镶嵌在地球腰带上的绿宝石美誉。游览景区名字由来地【小七孔古桥】。欣赏景区灵动多姿的各色瀑布：起迭着【68级跌水瀑布】,顺贽而下,奔泻而去；【拉雅瀑布】布精巧醉人,水珠飞溅；【卧龙潭瀑布】银丝泻地，潭水色彩斑斑斓绚丽；【翠谷瀑布】在群峰紧锁中苍翠欲滴。感受赤足湿身乐趣的【水上森林】，清澈的水流冲刷着青石,行走于其中,宛若身临琼瑶仙池；【鸳鸯湖泛舟】（不含鸳鸯湖游船30元/人，非必须消费项目，自愿消费）—寻找一份爱情；妩媚而迷人的【响水河】更是贯穿了整个风景区。游览后乘车前往太极图上的千年古镇【镇远古镇】（不含摆渡车20元/人）“九山抱一水，一水分两城”独特的太极图古城风貌，身处镇远古镇有一种宁静而致远的感觉，舞阳河蜿蜒穿城而过，如一条凝碧的玉带，叫人陶醉难忘，晚餐后可自行游览古镇，观赏夜景。交通：汽车景点：荔波小七孔到达城市：镇远县 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 镇远 |
| **D3** |
| **行程详情** | **镇远-梵净山-西江/凯里**早餐后乘车前往世界自然遗产，中国第五大佛教名山、弥勒菩萨道场——【梵净山】景区(备注：由于梵净山景区实行全网实名制购票且每日限购门票，旺季会出现部分游客未购买到票的情况，如出现未买到东门门票的游客，旅行社根据情况调整:1、西门（印江方向）爬山上山东门（江口方向）索道下山；2、置换为其他景区或退门票差价)（不含景区必消电瓶车20元/人、索道140元/人、保险10元/人）梵净山是贵州最独特的一个地标景区，也称黔东灵山，是一方净土，是一个返璞归真、怡养身心、令人遐思神往的人间仙景和天然氧吧！著名诗人王心鉴《过梵净山》一诗“近山褪俗念，唯有竹声喧。栖心皈净土，推云步梵天。禅雾入幽谷，佛光上苍岩。海内循道者，多来续仙缘。”即印证了梵净山风景优美，让人忘却尘世烦恼的魅力景色。【蘑菇石】其名字就如形象一样，上大下小，酷似蘑菇。高约十米，亭亭玉立，看似一触即倾，其实岿然不动（它已经在风霜雨雪中飘摇10亿年以上）。蘑菇石是造物主举世无双的一座魔幻现实主义经典雕塑，是许多画家、摄影家都以它为题材，创作出了数不胜数的艺术杰作。作为梵净山的形象大使，走向了全国，走向了世界；【奇峰经石】金顶高约90米，海拔2493米，中部裂缝名金刀峡，将金顶一分为二，上有天桥相连。金顶周围有万卷经书、蘑菇石、老鹰岩、“金盆洗手”栩栩如生。老金顶千姿百态，角峰相遂，百丈深渊的牛尾河谷太子石一峰挺立，堪称一绝；【红云金顶】山峰拔地而起，垂直高差达百米。上半部分一分为二，由天桥链接，两边各建一庙，一边供奉释迦佛，一边供奉弥勒佛。由此印证现代佛（释迦牟尼）向未来佛（弥勒佛）的交替。乘车前往【西江千户苗寨】（不含景区必消电瓶车20元/人、10元保险/人）参观。整个寨子商业街喧哗热闹和宁静而淳朴形成鲜明的对比。西江千户苗寨座落于贵州省黔东南苗族侗族自治州雷山县东北部的雷公山山麓，是中国最大、世界无双的天下第一大苗寨。由十余个依山而建的自然村寨相连成片，四面环山，重连叠嶂，梯田依山顺势直连云天，白水河穿寨而过，将西江苗寨一分为二。在半山建造独具特色的木结构吊脚楼，千余户吊脚楼随着地形的起伏变化，层峦叠嶂，鳞次栉比，蔚为壮观。西江千户苗寨是一座露天博物馆，展览着一部苗族发展史诗，成为观赏和研究苗族传统文化的大看台。交通：汽车景点：梵净山到达城市：西江/凯里 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 西江/凯里 |
| **D4** |
| **行程详情** | **西江/凯里-非遗博物馆-本寨**早餐后乘车发前往【少数民族非遗博物馆】参观（参观约间90分钟）。苗族银饰锻制技艺是我国第一批国家级非物质文化遗产代表。苗族的图腾崇拜，是银饰的重要造型。苗族图腾即与苗族有血缘关系的几种图像。后乘车前往【本寨】贵州本寨是始建于明代的汉族村落群云峰八寨的八寨之一，也是八寨的大本营，距今已有600多年历史。本寨“枕山、环水、面屏、向阳”的选址格局，极具有田园气息。顺着田园小道，走到本寨屯堡，没有商业的味道，只有明代的气息。村里还保存有善于防御工事的屯墙，街道，节点，寨门，相互交错，组成了一个严密的网络防御体系，石头的瓦盖、石头的房、石头的街道、石头的墙、石头的碾子、石头的磨。在石墙的包裹下，是浓浓的江淮余韵。结束景区游览，驱车前往入住酒店休息。交通：汽车景点：本寨到达城市：安顺市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 安顺 |
| **D5** |
| **行程详情** | **安顺—黄果树—贵阳/安顺**早餐后，乘车前往【综合展示中心AB馆】参观朱砂，南红，翡翠，特产，药材等。午餐后乘车出发前往游览5A景区【黄果树风景名胜区】（游览时间4小时左右；自理电瓶车50元/人+景区保险10元/人)。 前往安顺国家AAAAA景区——【黄果树风景名胜区】黄果树瀑布即黄果树大瀑布，是黄果树大瀑布景区的核心，古称白水河瀑布，亦名“黄葛墅”瀑布或“黄桷树”瀑布，因本地广泛分布着“黄葛榕”而得名。可选择乘坐黄果树大扶梯：单程30元/人，双程50元/人，费用自理。必游景点：【犀牛潭】、【天星桥风景区（上半程）】、【陡坡塘瀑布】［天星桥景区］天星桥景区是黄果树风景区中已全部开发的景区，景区规划面积7平方公里，开发游览面积4.5平方公里，分 为三个相连的片区，即：天星盆景区、天星洞景区和水上石林区。［陡坡塘景区］位于黄果树瀑布上游1公里处，瀑顶宽105米，高21米，是黄果树瀑布群中瀑顶最宽的瀑布。陡坡塘瀑布顶上是一个面积达1.5万平方的巨大溶潭，瀑布则是形成在逶迤100多米长的钙化滩坝上。结束游览驱车返回安顺/贵阳下榻酒店休息。交通：汽车景点：黄果树大瀑布到达城市：安顺/贵阳 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 安顺/贵阳 |
| **D6** |
| **行程详情** | **贵阳-兰州**交通：飞机到达城市：兰州 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 酒店：甄选3晚舒适品质酒店+升级1晚古镇客栈+一晚当地准五酒店（如产生单房差敬请自理）用餐：5早6正餐，（酒店含早，正餐餐标30元/人， 本行程用餐方式为10人/桌，10菜1汤，按行程所列正餐数和用餐标准操作，菜品数量根据用餐实际人数进行调整，时令蔬菜根据季节进行调整）交通：往返正规空调旅游车（车型不定，保证一人一座）。 兰州-贵阳往返经济舱门票：含黄果树门票，小七孔门票，西江苗寨门票， 梵净山门票， (备注：由于梵净山景区实行全网实名制购票且每日限购门票，旺季会出现部分游客未购买到票的情况，如出现未买到票的游客，旅行社根据情况调整为其他景区或退门票差价。)儿童：儿童报价含正餐半餐、车位，导服；不含门票、电瓶车、床位，如产生景区项目消费按实际收费标准自理。导游：持证中文导游服务，（接送站不是导游，为公司特意安排的接送站人员）。保险：包含旅行社责任险，不含旅游意外保险。（建议自行购买旅游意外险）。（2-14岁）只含车位、半餐，导服。 |
| **费用不包含** | 1. 景交330元/人，游客必须自理：（小七孔电瓶车40元/人+保险10元/人；镇远摆渡车20元/人；梵净山电瓶车20元/人+索道140元/人+保险10元/人；西江电瓶车20元/人+保险10元/人；黄果树电瓶车50元/人+保险10元/人）游客必须自理。2. 黄果树大扶梯往返50元/人单程30元/人，鸳鸯湖划船30元/人（自愿选择参加）。3. 交通延阻、罢工、天气、飞机、机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因导致的额外费用。4. 不含一切个人消费以及“费用包含”中未提及的任何费用。5. 单房差：不含自然单房差，如需单人入住一间房或携带异性儿童时，则需要补交单房差。酒店早餐、床位、门票、观光车、电瓶车、索道、游船费等。赠送项目如产生请按实际收费自理。景区内另行付费景点或娱乐项目，请根据喜好自愿选择。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 参团须知，请认真阅读：1.机场及高铁由专车师傅负责接，接站师傅会提前8小时以上给你短信或电话联系，手机请保持畅通（火车站接站固定人员小吴18776356173）。当天无导游，客人至酒店前台报自己的名字拿房，等候导游短信或电话通知第二天的出发时间。（7-8月份导游可能要在晚上21:00分左右才通知，请耐心等待）2.12岁以内儿童报价只含正餐半餐费（不含早餐）、车位费，不含门票（包括赠送景点）、不占床位，如产生费用需客人自理。（温馨提示：不占床位的游客，在酒店使用早餐时需另行付费，请直接向餐厅购买）3.建议客人不要于第二天早上才到贵阳参加此行程，如客人坚持要求第二天才至贵阳参加此行程的，必须强调由于晚点或其它原因导致赶不上行程的风险由客人自行承担。并且强调贵州地接社导游只能等到早上07:40分（7-8月份及国庆只等到早上07:00分），如超过时间客人未到导游不再等，并且需收取空位费300-500元/人，或者客人自行赶往与当团汇合继续参加行程。4.贵州酒店标准偏低，请旅游者提前做好心理准备。如遇旺季酒店资源紧张或政府临时征用等特殊情况，我社有权调整为同等级标准酒店。5.请成人带好有效的证件（身份证），儿童带好户口簿。6.如遇人力不可抗拒因素或政策性调整导致无法游览的景点（堵车、封路、塌方等），我社有权取消或更换为其它等价景点，赠送景点费用不退，并有权将景点及住宿顺序作相应调整；部分景区及酒店为方便旅游者有自设的商场提供旅游商品出售，这并不属于我社安排范畴，此类投诉恕我社无法受理，敬请留意。7.夜间或自由活动期间宜结伴同行并告知导游，记好导游手机号码备用，注意人身和财物安全。8.请配合导游如实填写当地《游客意见单》，请游客认真、如实填写旅游意见反馈表，作为处理意见和问题的主要参考依据。不填或虚填者归来后的投诉将无法受理，如在行程进行中对旅行社的服务标准有异议，请尽量在当地解决。如在旅游期间在当地解决不了，可在当地备案，提醒：旅游投诉时效为返回出发地起30天内有效。9.行程不含的其它当地特色旅游项目及告知内容，如有需求可与当团导游联系，合理安排时间，不给旅游留下遗憾。体验项目当地导游可根据体验的最佳时间进行合理安排。10.贵州地处云贵高原地区，山路较多，请穿轻便、柔软休闲鞋子；贵州素有天无三日晴之说，天气多雨，请自备雨伞；少数民族寄居地，请遵循当地风俗。 |
| **温馨提示** | 1、报团时请预留参团人姓名和联系电话，地接接站工作人员会提前 8小时以上给你短信或电话联系，接站司机或工作人员在站点接站送您到酒店，请在酒店前台报参团时预留名字和用房数量拿房入住；酒店房费只含双人早餐，超出自理（小孩超过 1.2米算成人）。2、行程当中约定景点等其它项目（非赠送、升级类），如遇不可抗力因素造成无法履行，仅按游客意愿替换或按团队采购成本价格退费；行程当中关于赠送、免费升级等项目，如遇不可抗力因素或因游客自身原因无法实现及自愿放弃的，均不退费、不更换。3、本产品为保证其服务质量，游客如需选择“额外精彩夜间娱乐项目”，必须自愿书面签字，导游方可安排。4、请成人带好有效证件，儿童带好户口本；航班抵达前 24小时以内取消合同的客人需收车位费 220元/人。5、旅游者如需新增购物或参加另行付费的旅游项目，需和地接社协商一致并在当地补签相关自愿合同或证明，敬请广大游客理性消费。6、贵州部分酒店标准相比内地偏低，如遇旺季酒店客房紧张或政府临时征用等特殊情况，我社有权调整为同等级标准酒店，全程不提供自然单间，单房差或加床费用须自理；酒店限 AM12:00时退房，晚航班返程者，建议行李寄存酒店前台，自由活动或自费钟点房休息。7、因报价已提供综合优惠，故持导游、军官、残疾、老人、教师、学生等优惠证件的客人均按行程所示退费标准减免或其它优惠退费。8、贵州属于高原山区，景点之间跨度较远、车程时间过长，部分景区中转交通车运力不足可能导致排队等候时间过长；请配合导游或景区工作人员的协调工作；60岁以上行动不便游客（包括孕妇）需填写景区的免责声明。9、请如实填写当地《游客意见书》，游客的投诉诉求以在贵州当地由游客自行填写的意见单为主要依据。不填或虚填，归来后的投诉将无法受理，如在行程进行中对旅行社的服务标准有异议，请在贵州当地解决，如旅游期间在当地解决不了，应在当地备案。温馨提醒：旅游投诉时效为返回出发地起 30天内有效 |
| **退改规则** | 自合同签订之日起生效，若因为客人自身原因退改行程所产生的损失由客人自己承担 |
| **报名材料** | 成人有效身份证70岁以上老年人需提供健康证明儿童有效户口本 |
| **保险信息** | 旅行社责任险 |
| **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费用和造成的损失由客人承担。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              |