**【海洋奇遇记】亲子游-大连+山东双飞7日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | BD17183325896X | **出发地** | 甘肃省 | **目的地** | 辽宁省-大连市-山东省-青岛市-烟台市-威海市 |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | MU6756 兰州-济南 MU9964 大连-兰州 |
| **产品亮点** | 零购物，零自费，零必消！一价全含！ |
| **产品介绍** | 超经典超人气景点 ‖ 5A景区--大明湖风景区|5A景区--大连老虎滩极地海洋公园 | 5A景区--八仙渡景区 |5A景区- -华夏城景区| 5A--那香海布鲁威斯号沉船|潍坊风筝博物馆 甄选酒店 ‖ 全程入住精选商务酒店 | 升级一晚海边酒店+2晚四钻酒店 舌尖美食 ‖ 胶东本帮菜| 威海大鱼宴| 鲁菜本帮菜 蓬莱仙境缥缈宴 | 大连铁锅炖|八珍饺子煲 独家安排 ‖ 1、东北二人转表演 2、金石滩汉服体验 特别安排 ‖ 大连后花园—5A景区金石滩度假区一日游 超值赠送 ‖【海上嘉年华】价值360元【帆船出海】价值160元【沙滩BBQ】价值158元 【水上亲子运动-浆板玩家】+【赶海拾贝】+【沙滩篝火】+【出海捕捞】价值168元 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **兰州-济南-潍坊**兰州乘飞机赴泉城--济南（参考航班：MU6756（7:30/9:35），抵达后游览5A【大明湖风景区】：是泉水汇流而成的天然湖泊，素有“泉城 明珠” 美誉。湖水色澄碧，堤柳夹岸，莲荷叠翠，亭榭点缀其间，南面千佛山倒映湖中，形成一幅天然画卷，有历下亭、铁公祠、南丰祠、汇波楼、北极庙等多处名胜。沿途欣赏泉城广场、芙蓉街、千佛山省城美景！游览四大名泉之一的【黑虎泉】为天下第一泉国家AAAAA级旅游景区三大泉群之一。后乘车赴潍坊，游览【潍坊风筝博物馆】总占地面积1.3万平方米，总建筑面积8100平方米，馆内共有大小展厅12个，馆藏风筝展品1300余件，为全国第一座风筝艺术类专业博物馆，全面展示了风筝的历史文化、现代文化、国际文化及延伸文化。后入住酒店交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 潍坊酒店 |
| **D2** |
| **行程详情** | **潍坊-青岛-海阳**早餐后乘车赴青岛，抵达后游览青岛标志—【五四广场】 (约30分钟)【奥帆主题公园】 (约30分钟) 与北京“鸟巢”“水立方”并称为奥运标志建筑，这里被世界奥委会副主席何振梁 先生称为世界上最好最先进的奥帆基地。【百年栈桥】 (约40分钟) 青岛第一大盛景。这座我们现在所看到的海上码头，被喻为“长虹远引”的青岛百年标 志，看似平凡，却见证了青岛从一个小渔村到现代化都市的发展历程。见证了青岛的荣辱岁月。陪伴了这里一代又 一代人的成长。【网红打卡地.青岛天主教堂】 (外景) (约30分钟) 本名圣弥厄尔教堂 ，教堂始建于1932年， 由德国设计师毕娄 哈依据哥德式和罗马式风格而设计。来到这个地方呀！是最考验人拍照计术啦~~拍照技术好可以拍出欧洲街头的 感觉哦！【网红街-上街里●银鱼巷】是以青岛市南区宁阳路和寿康路交汇组成的百年老街区。其中 ，南北向的宁阳路长255 米 ，街宽7米。东西向的寿康路长70米 ，街宽5米。街区内 ，保存着多处青岛特色传统里院建筑。是德国殖民统治 时期最早开发的街区之一，街区紧邻青岛老火车站和港口，是记录青岛特殊历史时期商埠口岸历史与文化信息的重要样本。在此自由活动可以打卡银鱼巷里一些热门打卡地。后乘车赴海阳（2小时）晚赠送【沙滩篝火晚会. 尽情嗨歌 】在这里，你完全可以卸下平日沉重的盔甲，抛却城市的喧嚣和纷扰，沉浸在海洋，音乐中，享受纯粹的自然和清新，您可以自由畅游，自由呐喊，让您全身心的放松，尽情享受沙滩，海浪带给您的惬意！！！（因室外活动受天气影响较大，如遇台风、下雨等恶劣天气，此项目取消赠送，不退不换。温暖和难忘的体验，让人们感受到海阳的独特魅力。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 海阳酒店 |
| **D3** |
| **行程详情** | **海阳-威海**早餐后，乘车赴那香海景区（1.5小时）游览4A景区【那香海●钻石沙滩】那香海斥资打造的钻石沙滩浴场全长约2500米，拥有网红地标沙滩无边界泳池，让您尽享海天一线的极致美景。绵长的海岸、湛蓝的大海、细软的银沙、标志性的滨海风车，使那香海·钻石沙滩浴场成为威海最具代表性的名片级海滨浴场。【布鲁威斯号沉船+ 特色“非遗”●海草房】火出圈的新晋网红打卡地，拍照极度出片，海草房是世界上具有代表性的生态民居之一。2006年，海草房技艺被列入省级“非遗”名录，并成为今年公布的山东省第三次文物普查“十二大新发现”之一。游览5A景区【华夏城风景区】：素有“绿水映青山，红花染龙谷 ”之称的中国生态环保第一城，参观胶东特色民俗文化馆-夏园，体验胶 东特色民俗风情。感受国家人民防空教育基地-未来战争馆，文化谷，华夏始祖尧舜禹历史时期文化的殿堂- 禹王宫，体会矿山小寨以及矿山遗址。参观观看我国首个三面寿星高山仙雾显圣表演，祈福华夏，祈福家人。 更有龙山花谷，赏千亩花海，百花齐放。体验【出海捕捞+现煮现吃】：这里的牧场没有牛羊，有的是山东半岛及辽东半岛最好的贻贝和牡蛎，是山东著名商标。由当地渔民开船带客人到海上万亩的养殖区，参观海上养殖基地，到达养殖区后您可亲自动手或协助船老大从海里打捞贻贝或牡蛎，捞上来以后在渔民的指导下取出、洗净，所得归客人所有并免费为您加工，品尝以贝类为主的海鲜,途中观赏海龟岛——小石岛刺参原种基地（国家级刺参种苗培育基地，胶东半岛最大最优良的海参养殖基地）这里可是最新鲜最放心的美味吆！晚上可自费欣赏：会跑的实景演艺《神游传奇》秀，是世界首部360度全方位真山真水的实景演出，观众坐在可以360度旋转的船上看演出。射日的坚忍不拔，嫦娥奔月的美轮美奂，大禹治水时山洪暴发、火山喷发的雄伟壮观，世外桃源的碧波荡漾、小桥流水，龙腾虎跃的宏大气势，太平禅寺前的盛世繁荣，一幕幕实景大戏浩瀚拉开，观众坐不离席就可以欣赏到水、陆、空全方位360度环绕的跨越时空的精彩演艺。（自理，249元起）交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 威海酒店 |
| **D4** |
| **行程详情** | **威海-蓬莱-烟台**早餐后游览【八仙雕塑广场】-八仙雕塑在和平广场对面，濒临大海，是蓬莱的标志。游览5A景区【蓬莱八仙渡海】。这里是神话传说中八仙过海的地方 ，景区内以“八仙过海”的传说为主题，建有仿古亭阁与园 林 ，你可以在此拜仙祈福、感受浓郁的道教文化氛围 ，也可以随处都能欣赏海景。【蓬莱八仙海水浴场】（海边戏水60分钟）海边尽情玩海！！中餐后车赴烟台--（1.5 小时）4A 级【金沙滩海滨公园】万米海水浴场，北方第一滩，是北方最大的沙滩，玻璃婚礼礼堂打卡拍照。 游览网红景点[孤独的鲸】,也叫做掩浅的鲸。坐落在烟台的金沙滩海滨公园，铜质的巨鲸雕像带着一种孤独与伟大的美出现在这宽阔的沙滩上。 一鲸落，万物生,鲸鱼大概几十米高，每一个慕名而来的人都会和鲸鱼来三张合影：鲸鱼头，鲸鱼尾，站在鲸鱼中间。背后是蔚蓝的渤海，坩添了几分静谧与深沉！【烟台之夜--鲁菜故事镇】沉浸式演绎体验场所，以烟台开埠文化为基础，融合民国、现在、未来的时代元素，以新鲁菜和烟台民俗文化为线索的沉浸式体验地，适合拍照打卡！【烟台▪东炮台】（游览30分钟）古炮台占地10万平方米，由德国技师设计督造，耗银达100万两，炮台建筑风格中西合璧、结构严谨、气势雄伟，为我国保存最完整的海防设施之一，是烟台近代有国主义和国防教育基地【烟台▪月亮湾】（游览30分钟）月亮湾是烟台城市魅力的象征，也是情侣们公认的浪漫圣地。来到月亮老人的雕像前，留下幸福温存的记忆。来过月亮湾的人，都对这里的景色流连忘返。【烟台▪渔人码头】（游览30分钟）一座文化旅游胜地的探索之旅~您可以看到许多具有浓郁渔家风情的建筑，如渔家小屋、渔船码头等，还有一些具有艺术气息的景观，如“渔家妇女”、“渔夫”等雕塑。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 烟台酒店 |
| **D5** |
| **行程详情** | **烟台-大连**早餐后参加【帆船出海】：摇曳在海上，可亲近大海，伸出出手脚与大海接触，体验驾驶帆船畅游奥帆之都的奇妙感觉！乘船扬帆出海 ，感受大海的磅礴气势，亲手驾驶帆船，迎着太阳杨帆吧！乘车赴烟台金沙滩海滨浴场—中国北方国家级黄金海岸，浪漫烟台万米金沙滩浴场；参加水上亲子运动—【浆板玩家】桨板（SUP）又名直立单桨冲浪，是一项源于美国夏威夷的运动，由一桨一板组成，设备简单，易于上手，适合各种水域环境，玩法多样，参与者可以站着、坐着或躺着划桨。 在我们浆板教练带领下组成家庭组合大比拼，尽情感受海上娱乐的快乐！打卡，拍照，夏日清凉大作战..... 欢乐小鬼头— 【沙滩寻宝】 沙滩玩法，运动中阳光自信，迸发出欢声笑语。和孩子一起挖沙，堆砌城堡。参与到 乐趣盎然的寻宝活动 ，拾贝寻宝中收获高质量亲子陪伴。赶海初体验—【赶海拾贝】 大海不负赶海人，赶海的乐趣在于一切都是未知的惊喜，每一个小收获都能让您开心半天，您可以亲自尝试赶海的乐趣，说不定有大惊喜哦！畅玩【海上嘉年华】 (约3小时)【海上浆板、双人皮划艇、海上魔毯、无动力香蕉船、海上蹦蹦床、海上滚轮、海上跷跷板】等多种海上娱乐项目，激情澎湃的智勇水上项目，其乐无穷嬉水乐园，带你激情一夏，下了水，你 就知道有多嗨！ (注明：仅含海上动力香蕉船一次体验) (若因天气原因 ，景区不开，则换成华夏城+环保车 ，赠送景点无费用退还)特色晚餐【沙滩BBQ--自烤烤肉+自助炸鸡】沙滩、帐篷、音乐、日落，光这几个词都能感受到其中的美好，和好友、家人坐在小椅子上，听着音乐，感受夏天的晚风，享受惬意度假氛围， 什么烦恼都没有啦~ 主菜：厚切五花肉、美味培根、爆汁烤肠、海鲜丸子拼盘、大海虾、原切土豆片、金针菇、紫苏叶、生菜、主食：黄金嬷嬷头、（自助：薯条、鱿鱼圈、洋葱圈、黑胶上校鸡块）饮品： 自助可乐、雪碧备注：品类可能会随时令肉蔬菜果市场调整晚乘船赴大连（ 6-8人间）交通：旅游大巴、轮渡船 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 轮渡船上 |
| **D6** |
| **行程详情** | **大连市内**早船抵大连，早餐后游览【星海湾广场】——大连新八景之一“星海听涛”和“城雕赏月”的美丽寄托。【星海湾跨海大桥】近观 星海湾大桥跨于黄海之上 ，与滨海路、 星海湾、凌水湾一起成为大连西南部滨海的主要景观。看夕阳西下 ，落霞映海 ，秋水与长天一色 ，顿觉心旷神怡。【“鹿”野仙踪】车游滨海路“山情海趣一路牵”——滨海路东起海之韵广场 ，西至星海广场 ，全长 32 公里。驱车行驶在这条公路上，一边是长满针阔叶混交林的山峦，一边是烟波浩淼的大海和千姿百态的礁石岛屿，沿途奇景叠出，美不胜收。游览 5A 级景区【老虎滩极地海洋公园】海洋文化、海洋生灵、海洋景观，中国唯一、世界最大的极地馆就在这里。(五馆联票 ，任何一馆不去不退门票)1【珊瑚馆】--亚洲目前规模最大的珊瑚馆，馆里布满各种奇异的 ，色彩斑斓 的珊瑚礁和五颜六色的热带鱼，走进珊瑚馆就像走进一个五彩缤纷的万花筒和传说中的童话世界。2【极地馆】极地是我们这个地球唯一还没有大规模开发的区域，对我们充满了神秘和诱惑，成了来大连必看的景点。极地爱斯基摩人-表演大厅--360 度的水中广场--北极熊--企鹅--海豹-白鲸-海獭.. 3【欢乐剧场】海狮、海象爆笑情景剧。你从未见过的另类幽默爆笑上演，如遇特殊天气停演，敬请谅解4【海兽馆】全方位向您展示海洋动物自然状态下生息百态的场馆5【鸟语林】全国最大的半自然状态人工鸟笼 ，高中低 空全方位的鸟类滑翔视觉展示。【邂逅大连—渔人码头】这里的建筑风格秉承了北美滨海小镇的精髓，是一种带有维多利亚式风格以及北美海滨建 筑风格的多文化遗迹建筑 ，在这里一家三口可以躺在海边的小码头上 ，在暖暖阳光和柔柔海风的陪伴中共享天伦之乐；【东方威尼斯水城】以威尼斯城为蓝本，“贡多拉”游走于欧式城堡间 ，置身其中 ，恍如来到异国他乡。只见独具 风情的布鲁日墙体 ，运河两岸错落着多座欧洲风格的城堡建筑 ，它们各具风姿倒映在水城河面上。微风习习、树影 婆娑 ，蜿蜒的水巷 ，流动的清波 ，沉醉在碧波荡漾的梦中 ，滨城的诗情画意 ，大连的浪漫这里是最深的渲染。在这里 ，你可以一边体验异域风情 ，一边书写属于你自己的水城故事。【海底大峡谷】公园风光秀丽 ，景色旖旎 ，海岸 线长达1200余米 ，是山峰、森林、碧海、草地等为主要自然景观的海滨公园。7.6公里长的游览路线上有两处精彩 景点：一是左右盘旋跨山过岭的十八盘 ，景观奇特，居高临下，路面似银带飘向海滨，素有“海底大峡谷”之称 园 内有无数怪异的图腾 ，鸟嘴人形、怀抱大蜥蜴、头站啄木鸟 ，仿佛进入了一个远古的世界 ，人与自然完美融合。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 大连酒店 |
| **D7** |
| **行程详情** | **大连金石滩度假区-兰州**早餐后乘车赴大连后花园—5A【金石滩国家旅游区】这里有一流的阳光海滩、垂钓岛礁、度假酒店别墅，这里有顶级的高尔夫球场、国际游艇俱乐部和狩猎场，这里空气清新，海水纯净，主要环境指标均优于国家一类标准。金石滩可以欣赏13华里的海上奇石景区，其中的龟裂石，闻名中外，是6亿年前的震旦纪形成的沉积环境地质标本，亦是世界上发现的块体最大、断面结构最清晰的天下奇石。【一帆风顺广场】一艘仿古帆船名为“金石号”。大船下面是飞溅起的浪花，远看就像正在巨浪中航行寓意金石滩正扬帆起航奔向未来，同时祝愿来到此处的游人人生旅途一帆风顺。【十里黄金海岸】漫步中国十六大优质海滨浴场之一，这里避风朝阳，滩上细砂匀布，平缓洁净，海水清澈，波高适宜，弓形滩面被两侧突入海面的岬角抱住，地理环境得天独厚。【盛唐岚山】从远处望去，一间间船屋仿佛漂浮于大海之上，在两山一海之间，享受天赋神奇的观海视角，更能近距离感受第一缕阳光的温暖，欣赏绝美的海上日出之境。在这样美景包围的环境之中，无论清晨、黄昏还是夜晚，都能领略到不同魅力的浪漫大海，细细品味慢生活的精彩。【独家赠送汉服体验】在古香古色的的街景之中，可以在指定的服装区域选择一套自己喜欢的唐装汉服，专业的摄影师可以在这里给你拍一套唯美的古风大片，梦回大唐，不枉此行。【最美彩虹路】号称中国的耶路撒冷，是打卡拍照的不二选择，七彩多姿的“彩虹路”，心形的玻璃观景台，独处而立的“心形树”，清澈的海滨风光。随便手机一拍都是妥妥的大片既视感。晚乘飞机返兰州，结束愉快旅程。 参考航班：MU9964（21:05/23:50）交通：旅游大巴、飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 【旅游交通】兰州-济南、大连-兰州往返飞机，全程豪华空调旅游专用巴士（确保每人一个正车位）；烟台—大连船6-8人间；【住宿标准】全程入住精选商务酒店，特别安排1晚海边精选酒店+升级2晚携程四钻酒店特注：大连、山东段酒店硬件设施与北方城市相比有差距，敬请谅解。以上酒店为仅供参考范围内酒店。【景点门票】行程所标景点首道门票（不含景区内另行收取的费用），所有赠送项目均为特色友情赠送，因任何原因不参加赠送项目，费用一律不退，也不换等价项目，特别告知。【用餐标准】全程5早7正餐，正餐餐标30元，含当地特色餐：八仙缥缈宴、胶东餐、鲁菜本帮菜、大连铁锅炖、八珍饺子煲【导游服务】持有导游证的优秀导游讲解服务，【儿童标准】身高1.2米以下的2-12岁儿童含机票、旅游大巴车位、导服、正餐的半餐（不含早餐）、儿童；不含赠送项目，其他费用自理。 |
| **费用不包含** | 【单房差】单人不能拼房或客人要求改住单人间，需加收差价；【浮动费用】景点门票政策性调整差价；因会议等及其他特殊原因造成房费浮动差价；机场建设费、燃油费政策性调整差价；航空公司取消免费行李托运服务产生的行李托运费；旅游期间一切私人性质的消费；【其他费用】因个人原因滞留产生的一切费用；因不可抗力原因导致航班、渡轮取消/延误等，导致客人滞留所产生的一切费用；“费用包含”中未提及的其他一切费用。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 1、旅游景点门口和景区里面常有很多小的私人商贩尾随兜售，各种商品鱼龙混杂，请贵宾慎重选择；不需要购买时请不要还价，避免和商贩发生冲突。随生携带的物品请注意保管，提防扒手。2、请客人注意保管好自己的财物，身份证件及贵重物品随身携带，请勿交给他人或留在车上、房间内，发生丢失旅行社概不负责。在自由活动期间，请客人注意自己的人身和财产安全。3、在酒店入住后，请一定注意防滑，如出现意外，第一时间通知导游，我社会尽力协助，但责任及费用由客人自负。4、山东酒店从2011年4月1日开始推行环保，不再准备一次行洗漱用品，请客人提前准备。5、若在旅游旺季或周末节假日，游客较多，团队用餐时间又比较集中，南北方口味也有差异，所以有可能会出现用餐等候或餐食不合口味的情况！路边的小吃没有卫生保证，旅行途中食物不要吃得太杂，用餐地点请尽量选择干净卫生的。6、在参加活动时，一定要听从号令指挥，排位、坐落等有序进行，预留有足够安全空间，避免拥挤或推搡发生挤压、拉伤、跌伤、落水、坠落等意外事件，注意保持安全间距。不要过于留恋景点或购物点而导致掉队或拖延，听从导游和团队领导的指挥和安排，按时到达指定地点集合，按时上车，请勿单独行动，避免耽误行程。7、去风景名胜地旅游时，必需遵守参观地点旅游规定，禁止吸烟、随地吐痰、乱扔垃圾和随意进入非参观游览区内拍照等不良行为；与游客和当地居民交际时，注意文明礼貌，尊重当地习俗；攀爬高处，既要防止跌落受伤，同时也要预防脚被尖锐物扎伤或被山区蛇虫咬伤；经过高处或钢索栈道时，必需扶好栏杆或钢索；不要 拥挤追逐，小心踏空；经过台阶和狭窄、路滑地段，谨防跌倒；如经过有正在施工地段，需保持安全距离，走安全通道，不要随意进入施工现场，防止跌落、扎伤、 触电、坍塌等事故。10、旅游过程中应遵守公民良好的道德文明规范（如尊老爱幼，排队候车/购物/就餐，不乱扔纸屑果皮壳，爱护公共财物，不随地吐痰/口香胶，公共场所不要高 声喧哗或打闹，不讲脏话/粗口等），避免与他人发生口角或冲突；始终注意维护烟台亚琦（海阳入世通）和个人良好形象。其他外出必需注意安全事项（如遇恶劣 天气必须注意预防暴雨山洪暴发、雷电伤害、山体滑坡、泥石流等）。11、我社不建议客人下海游泳，如果客人下海游泳出现意外由客人自行负责。12、我社以团友当地自填意见书为处理投诉依据，请客人一定在当地如实填写！恕不受理团友因虚填或不填以及逾期投诉而产生的后续争议。敬请谅解！13、为了确保旅游顺利出行，有下列情况禁止参加旅游：a、传染性疾病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人；b、心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗塞等病人；c、脑血管疾病患者，如脑血栓、脑出血、脑肿瘤等病人；d、呼吸刺痛疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人；e、精神病患者，如癫痫及各种精神病人；f、严重贫血病患者，如血红蛋白水平在50克/升以下的病人；g、大中型手术的恢复期患者；h、身体极度虚弱者。请各位游客配合，属于以上情况仍报名参加旅游的客人，其产生的一切后果敬请自行负责，因此产生的相关损失也由客人承担，并且在旅游前或旅游途中发现游客有以上情况，本社有强制终止合同的权利，由此产生的所有损失由游客自行承担。 |
| **保险信息** | 旅行者责任险、旅行社意外险 |
| **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              |