**海南海口进出-2025钟情亚特-双飞5晚6日游行程单**

中国海南三亚南山6日5晚跟团游蜈支洲岛 5A、南山文化苑 5A、亚龙湾热带天堂森林公园 4A

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 15937 | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 三亚市 |
| **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** | □ 行程特色：零购物，海南亲子游倾力力作，用最勇敢的童心，一路直冲云霄，狂欢水世界；俯瞰清新的山海画卷，狂欢水世界十余项刺激玩乐项目，老少皆宜；蜈支洲岛尽情玩海，打卡优质大牌景区，品鉴海南美食。□ 精选酒店：多款酒店任您选择，舒适睡眠，旅途更轻松。□ 精选景区：蜈支洲岛 5A、南山文化苑 5A、亚龙湾热带天堂森林公园 4A、玫瑰谷、文笔峰、海南博物馆赠送“直升机低空观光”、赠送亚特兰蒂斯水世界狂欢。□ 美味餐食：品尝本土特色美食，社会小炒、海鲜火锅餐、养生素斋。□ 贴心赠送：全程品牌矿泉水、旅行社责任险（保额 20 万元/人）。□ 品质保障：精选专业优秀导游、耐心解说、贴心细致服务；免费机场-酒店接送服务；海南地接指定高一级 GPS 安全监控系统空调旅游巴士。□ 接待承诺: ①不增加行程外购物店（景购和免税店不属于购物店范畴）；②不更换景点、不压缩游览时间。 |
| **产品介绍** | □ 行程特色：零购物，海南亲子游倾力力作，用最勇敢的童心，一路直冲云霄，狂欢水世界；俯瞰清新的山海画卷，狂欢水世界十余项刺激玩乐项目，老少皆宜；蜈支洲岛尽情玩海，打卡优质大牌景区，品鉴海南美食。□ 精选酒店：多款酒店任您选择，舒适睡眠，旅途更轻松。□ 精选景区：蜈支洲岛 5A、南山文化苑 5A、亚龙湾热带天堂森林公园 4A、玫瑰谷、文笔峰、海南博物馆赠送“直升机低空观光”、赠送亚特兰蒂斯水世界狂欢。□ 美味餐食：品尝本土特色美食，社会小炒、海鲜火锅餐、养生素斋。□ 贴心赠送：全程品牌矿泉水、旅行社责任险（保额 20 万元/人）。□ 品质保障：精选专业优秀导游、耐心解说、贴心细致服务；免费机场-酒店接送服务；海南地接指定高一级 GPS 安全监控系统空调旅游巴士。□ 接待承诺: ①不增加行程外购物店（景购和免税店不属于购物店范畴）；②不更换景点、不压缩游览时间。 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **兰州-海口**乘机抵达“国际旅游岛”，接机员已提前在此恭候您到来，随后前往下榻酒店，沿途您可欣赏到椰城-海口美丽的景色。交通：飞机到达城市：海口市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 海口指定酒店 |
| **D2** |
| **行程详情** | **海口-三亚**◎ 酒店用早餐后，开启一整日份的玩海模式◎ 开启玩海一整天计划：【蜈支洲岛嗨玩/不少于 3 小时，含上下岛时间】：冯小刚贺岁喜剧《私人订制》外景拍摄地，被称为“中国的马尔代夫”！座落于三亚市北部的海棠湾内，这里沙滩、阳光、碧水，绿树构成一幅美丽的滨海风光，其海岸线蜿蜒绵长，零污染的海水清澈见底，能见度达 27 米！◎ 随后体验赠送项目：开启一段令人兴奋的空中旅程【直升机观光体验/1 分钟】，360°无死角的直升机低空观光体验，感受不一样的三亚视角，打破常规观光方式，换个视角体验高空美景，享受上帝视角的辽阔视野，俯瞰海岸美景，与直升机合影，拍炫爆朋友圈的高级美图大片；◎ 行程结束后自由活动，在这里您可感受到夜幕下的魅力三亚。备注：以上赠送体验项目（直升机观光）,1、由于游客自身身体原因，未能参与此项目，费用不退；2、如遇不可抗力因素或天气原因取消，则替换为赠送凤凰岭景区（含索道）。交通：大巴车到达城市：三亚市 |
| **用餐** | 早餐：酒店已含 午餐：X 晚餐：团餐  |
| **住宿** | 三亚指定酒店 |
| **D3** |
| **行程详情** | **三亚一地**◎ 酒店用早餐◎ 参观游览以“美丽·浪漫·爱”为主题的【亚龙湾国际玫瑰谷/不少于 90 分钟】（含观光车30 元/人）徜徉在玫瑰花海之中，奔赴一场浪漫的玫瑰之约；◎ 接着前往亚特兰蒂斯，狂欢水无止趣无尽的水上乐园【亚特兰蒂斯水世界】体多项刺激玩水项目，①海神塔：海神之跃（85 米高约 6 层楼高，近乎垂直 3 秒入水，刺激好玩）|放手一搏 | 章鱼竞速 | 鲨鱼穿越；②公主塔：骇浪骑士 | 飓风之眼 | 霹雳风暴 | 霹雳炫风|怒海过山车 | 海洋帝国/嬉水童趣 | 极速漂流何 | 冲浪少年 | 热带风暴等，水世界全年开放，为全家老小带来无穷乐趣及难忘回忆。水世界系按照国际领先标准建造而成。体验反重力水滑梯项目，感受惊喜刺激；或探索园区湍急的水道和神秘的水下河流隧道。此外，您亦可在“热带风暴”和“冲浪少年”两处玩儿极速冲浪。对于亚特兰蒂斯的小小客人及父母而言，“嬉水童趣”无疑是个好去处。那里的翻斗（容量 1,600 加仑）会在您意想不到的时刻将水倾盆倒下，让所有人顿时乐翻天！备注：（1）70 周岁（含）以上的长者（须出示身份证）；（2）儿童与长者需至少 1 名 18-69 岁成人陪同入园（按照 1 名成年人最多监护 2名儿童或长者的比例）。 注：“水世界”门票需提前预定，因游客自身原因临时取消费用不退。 温馨提示：园区内的浴巾是收费的，建议自带浴巾（园区内收费 30 元/条消毒浴巾）；2、更衣柜为有偿使用价格为小柜子 30 元/个，大 柜子 50 元一个；◎ 行程结束后自由活动，在这里您可感受到夜幕下的魅力三亚。交通：大巴车到达城市：三亚市 |
| **用餐** | 早餐：酒店已含 午餐：团餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 三亚指定酒店 |
| **D4** |
| **行程详情** | **三亚-海口**◎ 酒店用早餐◎ 游览国家 5A 级景区——【南山文化苑/不少于 120 分钟】参观“世界第一”的南海观音圣像，在这片佛教圣地、梵天净土中找回返璞归真、回归自然的亲身感；◎ 随后前往离城市最近的天然氧吧【亚龙湾热带天堂森林公园/不少于 120 分钟】，走进大自然，探秘热带雨林奇观，打卡《非诚勿扰Ⅱ》《亲爱的热爱的》《妻子的浪漫旅行》等影视综艺取景地，或直奔山顶，远看蔚蓝的南中国海、近看《非 II》电影木屋别墅群——星罗棋布的鸟巢，一览“天下第一湾”美景，饱览惊艳海天仙境；◎ 行程结束后返回海口。交通：大巴车到达城市：海口市 |
| **用餐** | 早餐：酒店已含 午餐：团餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 海口指定酒店 |
| **D5** |
| **行程详情** | **海口一地**◎ 酒店用早餐，前往游览天人合一、山水意境的 4A 级景区—【文笔峰盘古文化旅游区/不少于 60 分钟】◎ 前往【海南博物馆/不少于 90 分钟】是海南省内一座综合性博物馆，也是国家一级博物馆。该馆自 2008 年开馆以来，已成为海南省社会科学界联合会的科普基地，并获得国家 4A 级旅游景区的称号。馆内藏品丰富，包括黎族龙被、《琼黎风俗图》等珍贵文物，展示了海南的地理、资源、文史、风俗、非遗和海洋文明等内容。备注：该馆周一闭馆，则替换为海口骑楼老街。◎ 行程结束后自由活动，感受让您意犹未尽的魅力海口夜景。交通：大巴车到达城市：海口市 |
| **用餐** | 早餐：酒店已含 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 海口指定酒店 |
| **D6** |
| **行程详情** | **海口-返程**◎ 酒店用早餐，根据航班时间前往海口美兰机场，结束本次愉快的“国际旅游岛”之行。交通：飞机到达城市：兰州市 |
| **用餐** | 早餐：酒店已含 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 旅游交通 海南当地空调 VIP 旅游车，保证每人一正座（海南正规 26 座以下的车型均无行李箱）。住宿标准 多款酒店任您选择，舒适睡眠，旅途更轻松。景点门票 报价包含景点首道门票（不含景区内设自费项目，另有约定除外）。保险服务 旅行社责任险（保额 20 万元/人）。用餐标准 全程含 3 正 5 早，早餐:酒店围桌或自助早；正餐:围桌或自助 40 元/正(含社会小炒、海鲜火锅餐、养生素斋)旅游购物 购物随客意（部分景区或酒店内设有购物场所，属于其自行商业行为）。导游服务 持证专业优秀导游讲解服务。散客产品不足 8 人，安排司机兼导游儿童费用 儿童报价只含餐（不含早餐）、车，不含门票和床位，如小孩超高，需另增加门票费用。 ● 酒店说明地 区 优选酒店 满房或无房情况下入住以下酒店A四钻近海版海口佳捷精品、腾鹏酒店、锦江之星、城市便捷华盛温泉、格林豪泰、龙泉花园、龙泉酒店、宇海温泉、华盛温泉、雅斯特国际、汉庭酒店、美苑假日、崇华商务、北辰酒店、如家精选、金桂恒酒店、禧福源、丽华酒店、自游岛酒店三亚君锦酒店、新城酒店、宝宏酒店、戴斯精选温德姆酒店丽思酒店、亚太酒店、文豪酒店、碧海金沙、龙兴莱蔓、玉海国际、君然海景、三亚凯瑞莱、艺龙瑞云酒店（原盛德双鑫）、正扬酒店、晟月酒店、海虹酒店B五钻红树林海口明光国际、金银龙酒店、天艺东环、橙季酒店香江国际、宜尚酒店、宝丰国际、宝发胜意、皇马假日海口龙华驿曌博物馆酒店、五指山国际、维也纳酒店三亚三亚湾红树林 金贸花园、润德湿地C五钻海景版海口明光国际、金银龙酒店、天艺东环、橙季酒店香江国际、宜尚酒店、宝丰国际、宝发胜意、皇马假日海口龙华驿曌博物馆酒店、五指山国际、维也纳酒店三亚四季海庭-游艇海湾、玛瑞纳-海景、海湾维景-高海尚海华庭-海景房、凯瑞莱-豪海、南中国-雅海、绿地君澜-山海景观、半山海景-豪海、帆船港-豪海、亚太-海景备注：如遇酒店房满或接待大型会议或政府临时征用等特殊情况，我社有权调整或升级至备选酒店 |
| **费用不包含** | 费用包含外一律不包含 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、65 岁-74 岁，另收附加费 100 元/人；75 岁以上原则上恕不接待！如客户承担一切后果，加收 500 元/人 附加费并且需有年轻直系家属（30 岁-55 岁之间）陪同。以上年龄客人都需提供客人签字免责书，医院开具的健 康证明，拍照回传，谢谢！2、通知：各大航空公司最新规定，国家最高人民法院发布失信人不得乘飞机，如游客属失信人，请勿报团出行！如游客属失信人，请报名前一定要向旅行社说清楚，如未提前说明，机票一旦付全款之后，失信人的机票全损，所有损失客人自行承担！ |
| **温馨提示** | 1、海南酒店标准可能会比内地偏低，敬请谅解；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，全程不提供自然单间，如出现单男单女或单人，请补齐单房差或加床（注：加床原则为钢丝床）；酒店退房时间为中午 12:00 时，返程为晚班机的游客可把行李寄存在酒店前台后自由活动或自行开钟点房休息。2、由于海南海岛特点，为保障游客旅游体验，行程游览会视天气、车程、游客密集情况对景区游览顺序进行调整，但绝不压缩各景区游览时间。3、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。4、①我社承诺“绝不增加行程外购物店”；②在法律允许范围内，最终解释权归海南地接旅行社所有。5、折扣机票，不可退票、改签，请成人（16 周岁以上）带好有效证件（身份证），儿童请带好户口本；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。6、自费娱乐项目：红色娘子军表演 260 元/人、三亚千古情表演 300 元/人、夜游三亚湾 220 元/人、潜水 480 元/人起。(以上为海南其它精彩景点，非夜间自费娱乐项目价格参考，实际执行价格以运营商公布为准；7、海南用餐口味较清淡，且普通团队餐厅菜式比较雷同，建议旅游者可自带些咸菜或辣椒酱等佐餐。8、全程不指定购物和随意增加自费项目，如需购物或参加另行付费的旅游项目须双方协商一致，同时在当地补签自愿去购物店和参加另行付费旅游项目的相关合同，购物随客意，敬请理性消费，并索要小票。9、部份景区内设的购物商店，属于景区自行商业行为，不属于旅行社安排的购物商店，旅行社不承担相关责任，游客可自主选择。10、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不再享受门票减免或其它优惠退费。11、蜈支洲岛景区因集中上岛游客较多，团队上岛可能会造成排队等候时间过长；蜈支洲岛景区规定 60 岁以上及行动不便游客（包括孕妇）需填写景区的免责声明方可登船上岛；70 周岁以上老年人出于安全考虑，景区不予安排上岛参观（我社按团队采购成本价格予以退费）。12、请如实填写当地《游客意见书》，游客的投诉诉求以在海南当地，旅游者自行填写的意见单为主要依据。不填或虚填填写，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，请在海南当地解决，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。13、因本线路较为特色，如当日参团人数不足 8 人，我社为您提供选择方案：免费升级相关同类产品（不低于原线路成本价值）；如有异议，请慎重选择！敬请理解，非常感谢。 |
| **退改规则** | 团队折扣机票，一经出票不退不改不签；任何证件都不享受优惠政策；产品为一价全含打包产品，不用不退； |
| **报名材料** | 身份证原件照片 |
| **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。 |