**日本MU名名8-嗨玩日本-本州三古都半自助（迪士尼）（西安机场起止）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | RB1750672153Pt | **出发地** | 西安市 | **目的地** | 日本 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 参考行程第一天 ：西安-名古屋 参考航班： MU2025 13:15 - 18:15于指定时间在机场集合，搭乘国际航班前往名古屋中部国际机场，抵达后入住酒店休息早餐：X 午餐：√（飞机餐） 晚餐：X 住宿：中部地区酒店 第二天：名古屋 名古屋行程三选一：名古屋3 选 1: 线路一：热田神宫+ 21世纪绿洲+长岛奥特莱斯「热田神宫」是日本古老的神社之一，相传自公元2世纪所建，至今已有1900年的历史。热田神宫大殿供奉武尊和宫箦媛、以及天照大神、素盏鸣尊、见稻种命5位神明，在日本历代都受重视，在民间更是有着很高的威严。日本历代的当权者都以各种形式表达对热田神宫的尊敬，丰臣秀吉和德川家康亦有大修神社之举。「21世纪绿洲」是名古屋市中心的一个公园，兼具有公共汽车站、商铺、餐厅等，是一个颇有人气的开放式公共区域。远远望去，水之宇宙船就像是漂浮在空中的飞船，在14米高的玻璃屋顶上水流荡漾，夜晚配上斑斓的灯光，格外耀眼。在屋顶的外围铺设有环形小路，绕着走一圈可以欣赏不同方位的名古屋市区街景。四周就是绿之大地，这里是本地市民和游客都非常喜欢的悠闲去处，你可以坐在草坪边的长椅上吹吹风，也可在绿茵上席地而坐，享受大自然的惬意。「奥特莱斯」是一个大型购物中心拥有众多国际品牌的折扣店。这里环境宽敞舒适，提供时尚服饰家居用品等多种商品。游客还可以在餐厅和咖啡厅中休息品尝美食。长岛奥特莱斯是购物和休闲的理想之地，吸引了众多游客。 线路二：长岛游乐园(门票自理)/乐高乐园(门票自理) 「长岛游乐园」(门票自理) 日本最大的游乐园，世界规模的超级过山车，拥有日本最多过山车数量的游乐园，里面还有专供儿童的游乐设施。 「乐高乐园(门票自理) 是一所2至12岁儿童及其家人可以尽情在此游玩一整天的主题乐园。全家人可以一起乘坐各种游乐项目,玩赏和堆建乐高®模型...以乐高积木的世界观为主题的诸多互动式冒险型游乐设施等你来发现。40多种游乐设施及表演；全家人可以尽情玩乐一整天的主题公园。 线路三：「三河湾海滨沙滩」(自备泳衣泳帽，注意人身安全) 此片海域接连太平洋，沙质细腻，周边风景优美； 可漫步在三河湾海滨沙滩，感受赤脚踩沙玩水的乐趣以及夏日海滨的浪漫，游泳爱好者也可换上泳衣泳帽，感受海水的清凉！ 您也可海边捉蟹挖贝壳(酒店可提供工具，租完为止。押金5000日币，使用费用 1000 日币/小时·海鲜可回酒店加工，酒店收费标准 1500 日币/盘。早餐：酒店内 午餐：X 晚餐：温泉料理 住宿：中部地区酒店 第三天：中部-镰仓-东京「镰仓高校前（车览）」镰仓高校前站是一由江之岛电铁（江之电）所经营的铁路车站，位于日本神奈川县镰仓市境内，是江之岛电铁线沿线的一个无人车站。由于车站仅与七里滨的海岸线隔着国道134号相望，因此站在月台上即能眺望海边的风光。本站在1903年初设站时，原名日阪，并在1953年时根据紧邻的神奈川县立镰仓高等学校，改名为镰仓高校前。1997年时，因为车站所在地可以见到海景的优美风情，而成为首批入选“关东车站百选”的其中一个车站。「鹤岗八幡宫」（20分钟）供奉着武士守护神——八幡神，是日本三大八幡宫之一， 镰仓的标志.「小町通」（30分钟）镰仓小町通是镰仓知名的一条特色街，集中了当地特产和料理店。这里不仅有正宗的日本小吃、料理，更有好看的小饰品、纪念品，是年轻人来日本镰仓必逛的一条商业街。在小町通商业街，你可以尽情感受当地人友好且具有特色的服务。「湘南海岸」（车览）是日本知名的海岸线之一，天气晴朗的时候可以远眺富士山。湘南海岸的沙滩是黑色的，夕阳下的海岸线很美，是情侣约会的好去处，也是冲浪者的天堂。这里是日本知名动漫《灌篮高手》中流川枫上学的路，也是许多海边场景的取景地。早餐：酒店内 午餐： √ 晚餐：X 住宿：东京周边酒店第四天：东京东京行程二选一线路一：「东京迪斯尼乐园」(门票自理，含车接送) 开幕于 1983 年，完全仿照美国迪斯尼而兴建，是一座以灰姑娘城堡为中心，占地广达 46 万平 方公尺的童话世界，将大家带领到那魔幻与欢乐的王国。 东京迪斯尼乐园园内的舞台以及广场上定时会有丰富 多彩的化装表演和富趣味性的游行活动。线路二：未来科学馆/东京塔（不登塔）/涩谷「日本科学未来馆」（门票自理，遇每周2闭馆则放弃）是一座汇集日本的智慧与技术、令人大开眼界的设施。地上8层地下2层的建筑物，总面积达8881平方米。这里既有关于地球的自然知识科普，也有人类新科技文明的展示，还有很多环保相关的展览内容。展馆主题该馆以“地球环境与新拓疆域”、“技术革新与未来”、“信息科学技术与社会”、“生命科学与人类”4个主题为基础，向游人介绍先进科学技术，如用显微镜观察DNA、从航天飞机上观察地球的虚拟旅行等多种体验型展示，令人充分体味生命的神奇与新技术的巧妙。「东京塔」（不登塔）也叫东京铁塔，是东京观光人气景点，红白色相间的铁塔以巴黎埃菲尔铁塔为范本而建造，高达333米。1958年竣工后一直是东京的城市标志之一，它的形象和名字也频繁出现在各种艺术作品中。「(涩谷」是涩谷站附近的商业娱乐区，与新宿、池袋并列为东京三大副中心，是东京繁华的街区之一。在涩谷逛街，推荐从热闹的涩谷十字路（网红打卡地）口出发，途径繁忙的步行区中心街、西班牙坡道，逛累了就到绿地广阔的代代木公园来休息休息。这条线路能领略到涩谷典型的年轻人氛围。早餐：酒店内 午餐： X 晚餐 X 住宿：东京周边酒店第五天：东京-富士山「浅草寺」(约30分钟)，创建于公元628年，是日本观音寺总堂，门前挂着『雷门』字样的大红灯笼，就是寺庙的大招牌，来到此地，您将会感受到日本人虔诚的民间信仰，您可在此为子女求一份学业为父母求一份健康或为自己求一份姻缘。「皇居·二重桥」(约30分钟)，是日本天皇的起居之地，由德川幕府第一代将军德川家康修筑。天皇被日本宪法规定为日本的象征是日本人眼中的神。但日本皇室一向十分保守皇室的一切绝不对外公开，皇居因而更能引起人们的关注和兴趣。「秋叶原街」(约60分钟)，是东京著名的“电子城”和动漫二次元圣地一条街， 有各种新型的电脑、相机、 电视机、手机、家用电器等，品种相当齐 全。遍地都是动画、漫画、 电玩、手办商店，还有很多偶像系店铺、 动漫咖啡馆、女仆咖啡馆等，常能看到Cosplay 的少男少女，是御宅 族和动漫迷的喜爱之地。「银座」（60分钟）是日本东京中央区的一个主要商业区，号称“亚洲最昂贵的地方” ，象征着日本的繁荣，以高级购物商店闻名。这里汇聚着世界各地的名牌商品，街道两旁巨型商场林立，时尚、个性的 服饰随处可见，算得上是一个购物者的天堂。「台场海滨公园」(约40分钟)：是东京最新的娱乐场所集中地，受到人们，尤其是年轻人的青睐。台场的取名有这样一段来由:1853年，美国人佩里率船队来到日本，当时东京还称江户，由于防卫上的紧急需要，匆忙赶制了海上炮台设置在此御敌，从此这里便称为台场。自由女神像：这里是一处可供游人饱享东京海岸线景致的人工海滨公园。眺望彩虹桥彼岸街道等美丽景色。还可以观赏到“台场公园”中的江户时代的遗迹以及“潮风公园”美丽的喷泉。来自巴黎的自由女神像；相信一定会给您留下终生难忘的美好回忆。早餐：酒店内 午餐：X 晚餐：√住宿：富士山酒店第六天：富士山-中部 「富士山五合目」(约30分钟)是日本国内的最高峰，也是日本三大名山之一，更是日本重要的象征，被日本人视为圣山。五合目位于富士山山腰位置，是大巴车能上去的最高点。2013年6月22日，富士山正式被登录为世界文化遗产（如因天气原因不能上五合目，改为一合目）。「地震体验馆」(约 50 分钟) 日本防灾教育在全世界独树一帜,让参观者身临其境体验地震感受，深受游 客们的喜爱。馆内商场还有各式各样的日本商品，可供您选购。「河口湖.大石公园」（约40分钟）大石公园位于河口湖北岸的大石地区，是一座面向河口湖畔的公园。与南岸的八木崎公园一样因薰衣草而出名，也是河口湖薰衣草祭的第二会场。6月下旬薰衣草开始开放，直到7月中旬都可以欣赏一望无际的薰衣草的美景，因此这里也是拍摄以“富士山与花”为主题照片的摄影家经常到访的圣地。园内有河口湖自然生活馆、能看到富士山的咖啡店、大石釉传统工艺馆等场馆，在欣赏自然美景的同时也可以来这些场馆内看看，相信一定会有所收获。「忍野八海」（约30分钟）忍野八海是日本山梨县山中湖和河口湖之间忍野村的涌泉群。因为错落有致地散布着八个清泉，“忍野八海”故而得名且名扬四方。据说忍野八海在1200年前就有了，是富士山融化的雪水经流经地层过滤而成的八个清澈的淡泉水：御釜池、底无池、铫子池、浊池、涌池、镜池、菖蒲池和出口池。忍野八海的平均水温约摄氏13度，水质清冽甘甜，被誉为“日本九寨沟”，是忍野地区指定的国家自然风景区，1985年入选“日本名水百选”。为国家指定天然记念物、名水百选、新富岳百景之一早餐：酒店内 午餐：√ 晚餐：√ 住宿：中部地区酒店第七天：中部-奈良-大阪「奈良神鹿公园」 (约 50 分钟) ，奈良公园占地 660 公顷、面积广大， 日本著名的东大寺 (中国唐代高僧鉴真和尚曾在这里设坛授戒) 、春 日大社都位于公园中。奈良公园以其庞大的鹿群而闻名，你可以购买 鹿饼，与小鹿亲密接触并投喂他们。绿树、草坪、小鹿，共同形成「大 佛与绿与鹿」为代表的奈良公园。在奈良公园周边的街道和小吃摊上， 你还可以品尝到当地特色的美食。「春日大社」(约 15 分钟) ，是于 768 年依照孝谦天皇的指示建造的。 此处的春日大社日本全国各处的春日大社的总部， 与伊势神宫、石清 水八幡宫一起被称为日本的三大神社。从公元 9 世纪起，春日大社禁 止采伐树木，原始林得以保护，并作为与春日大社不可分离的景观和 春日大社一起被列入联合国科教文组织的《世界遗产名录》。「综合免税店」(约 60 分钟) 日本政府指定免税店，经营的商品有高级化妆品，健康食品，电器产品， 珠宝手表，日本产各种科技产品，土产杂货等多种商品，在这里您可以以最优惠的价格购买到各种您心意 的商品或日本人气产品免税专门店, 客人可自由选购各种日本国民之健康流行食品及各种日本手信！「大阪城公园」（约40分钟），是每个游客来到大阪必打卡的地点之一。大阪城天守阁矗立于正中，内部保存有丰臣秀吉的木像及他使用过的武器和绘画等，是大阪无可代替的象征。动漫《名侦探柯南》很多场景也取景于此。「心斋桥+道顿堀」（约60分钟），心斋桥是以带有拱廊设施的心斋桥筋商店街为中心发展起来的，作为大阪最大的购物区，大型百货店、百年老铺、各种小店铺鳞次栉比，集中了许多精品屋和专卖店，从早到晚熙熙攘攘，到处是市民和游客的人流。道顿堀—大阪美食的代表地点。在这里各种美食的招牌每天都招徕川流不息的人潮，金龙拉面、章鱼烧、回转寿司、河豚肉等在这都可以吃到，最有名的大螃蟹招牌更是道顿崛美食街的标志。早餐：酒店内 午餐：X 晚餐：X住宿：关西地区酒店第八天：京都-名古屋-西安 参考航班： MU2026 19:15 - 22:50 「金阁寺」 (约40 分钟) ，因其寺内核心建筑“舍利殿”的外墙全是以金箔装饰，所以又称为“金阁寺”。是《聪明的一休取景地》之一， 被联合国教科文组织指定为世界文化遗产的重要历史建筑。「平安神宫」(约30 分钟) 平安神宫的建筑是模仿平安时代皇宫的部分建筑修建的，只有原建筑物三分之二的规模。整座神宫包括大鸟居、神宫道、应天门、大极殿及神苑等部分，受到唐代洛阳皇宫紫微城的影响深远， 有着明显的唐代中国建筑的风格。「茶道体验」（约 20 分钟）日本茶道是在日本一种仪式化的、为客人奉茶之事，原称为“茶汤”，是一种以品茶为主而发展出来的特殊文化。茶道历史可以追溯到13 世纪，最初是僧侣用茶来集中自己的思想，后来才成为分享茶食的仪式。现在的日本茶道分为抹茶道与煎茶道两种，游客在茶道师傅的带领下体验抹茶道，从而走入日本人内心的和静寂。「珍珠文化馆」(60分钟)在日本又叫真珠，在国际珍珠市场享有盛誉。世界上第一颗人工培育圆形珍珠于 1905 年由日本御木本幸成功培育，日本有全世界独一无二的粉珠，真珍文化馆是日本当地极具人气的一家专营珠宝免税店。日本知名珠宝店，店内珍珠饰品设计经典，工艺精湛，可自由选购。适时前往名古屋中部国际机场，在领队的带领下统一办理出关以及登机手续！早餐：酒店内 午餐：X 晚餐：X住宿：回到温馨的家！说明：本行程为参考旅游行程，旅行社有权根据航空公司出票时的航班时间及出入港口，对行程游览的先后顺序做出合理调整，但不影响原定的标准及游览景点。具体安排（包括航班酒店调整）以出发前发放的出团通知为准！（如遇交通堵塞、罢工、天气原因、塌方、航班延误、车辆故障等原因））因集客不足造成无法发团时，优先以优惠价调配团期,不愿意调配的客人按旅游相关规定赔付。请您知晓！行程标准：1.团费已含：国际往返机票、旅游团签证、机场税、行程以内的用车、用餐、景点第一道大门票、旅行社旅游责任险、双人标准间住宿（如旺季期间所安排酒店标间爆满，会自动提升全单间）2. 团费不含：护照费、单房差2500元/人全程，出入境行李海关税、酒店内收费电视、电话、饮品、烟酒等个人消费税、境外个人消费费用自理、个人旅游意外险。3. 儿童团费/老人收费： 7岁以下小童不占床减300元，占床大小同价，7岁以上含7岁小童按酒店规定必须占床，与成人同价。2岁以下婴儿价格打9折。4. 以上报价仅适用于中国护照持有者，港澳护照须加收400元/人、台湾护照及其它国家护照须加收1200元/人。自备签证减￥200/位，自备签证/免签等客人出入境事务（包括登机手续）须自行办理，如发生任何出入境问题，我司费用不退；旅游签客人如因自身原因未能入境，我司不承担责任及不退任何费用。5. 因客人自身原因造成领事馆拒签或终止签证，需收取的签证损失费和机票定金损失费合计￥1000元/人（机票一旦出票，便不可退票、不可签转，不可更改日期/航班/舱位。因此，客人同时需承担机票或酒店取消费）。6. 团队签证不得离团。如客人在日本期间需取消行程内所含项目（景点、酒店和用餐等），视同放弃，我社不退任何费用。参加日本团队客人须随团旅游，团进团出，不可探亲访友、商务等其他目的，不得离团，如若离团移民局将会在当地检查团队情况，客人擅自或者强行离团或延迟回国将会被遣送回国，发生此类情况一切后果请客人自负！自备个人日本签证或免签客人或紧急事情需一定要离团的，请与领队协商，并签定相关离团协议及需缴纳每人每天人民币500，客人离团期间的一切行为与旅行社无关 ,离团期间旅行社的原行程所有费用不退。7. 住宿说明：日本酒店没有挂星制度，所以评核酒店星级基本以房间装修为标准。日本酒店一般大堂、房间较小,装饰简洁，（旺季期间所有团队酒店都会有标准间、大床房、单人间等房型。我公司会按酒店房间情况进行分配，如有造成不便之处敬请谅解。夫妻可以在不影响总数的前提下尽量安排同一间房，若出现单男单女房，导游领队有权安排调整，若客人坚持须由客人补偿单间差500/人/晚。 日本旅游注意事项健康与药物：出外旅游，个别游客可能会因水土不服而令身体感到不适，所以客人应自备晕车药及常用的药品，以备不时之需；若您长期服用某类药品，必须带足药物，以防万一。托运（国际段免费行李额度）：①每人可托运2件行李每件不超过23公斤，每件长宽高之和≤158CM；②手提一件每件不超过8公斤,每件长宽高之和≤115CM。海关：①每位旅客出入海关时，膏状物体、液态物体及金属物品须全部托运，水果等违禁物品不能随身携带及托运。中国海关规定：每位客人可携带2万人民币或20万日元（或等值外币）。入境时，每位客人可携带烈酒1瓶，烟400支，严禁携带违禁物品。②日本新入境审查手续于2007年11月20日起实施，前往日本旅客(各入境口岸)入境时；需提供本人指纹和拍摄脸部照片并接受入境审查官之审查，拒绝配合者将不获准入境，敬请谅解。天气： 日本国土狭长，纵贯热带、温带和寒带3个气候带，加之受大陆和海洋气候的双重影响，气候变化较大，四季分明。北海道气候区（夏凉冬寒，降水少，受梅雨、台风影响小）、日本海沿岸气候区（冬雪夏晴）、内陆气候区（受季风影响，降水少，夏冬及昼夜温差大）、太平洋沿岸气候区（受海洋影响，夏多雨、酷热、多雾，冬暖，多受台风影响）、濑户内海气候区（四周多山，丽日少雨）、西南群岛气候区（高温无霜雪）。日本天气多变，请各位带好应时衣服。日本靠海，雨伞您也应该随身携带。货币： 日本流通货币为日元，货币单位是元（￥），人民币、美元无法在日本使用。日本境内可广泛使用一般信用卡：VISA、EXPRESS、MASTER等；银联卡在很多地方也可使用。文明礼节: 观光游览景点的过程中请注意保持当地的清洁卫生，不乱扔垃圾，不随地吐痰；不要大声喧哗； 乘坐滚梯时应靠左站立，将右侧让给赶路的人。禁止在新干线车厢内接打手机，如必须接打请到车厢与车厢之间的走廊处接打。禁止边走路边吸烟，必须在有烟灰缸的地方才能吸烟；禁止厕所吸烟以及把烟头扔入马桶。时差：日本时间比我国早1小时，请注意调整时差。如北京时间上午9点为日本时间上午10点。电压：日本电压多为110伏特，部分饭店的电压设备,可以兼用110至240伏特之间的电器用具。客人出行前需检查下本人需要充电的设备（如手机等）是否支持110伏~220伏区间，如本人设备不支持，需要携带转换插头。交通：①日本车辆全部靠左行驶，过马路时要严守交通信号，以保证安全。②根据日本陆运局最新规定，旅游巴士司机每日工作时间不得超过10小时，每天车程不得超过300公里，敬请客人理解与配合。语言：日语为行政用语，酒店和大型商场可用英语交流。饮水：日本的自来水可以直接饮用。电话：往国内拨打电话可使用国际长途卡（可向导游咨询）或本人手机。日本各地区号分别为东京03,大阪06,名古屋052,京都075,横滨045,成田0476。饭店房间内拨打国际电话,费用较高。饮食：团队用餐分中华料理和日本料理，日本料理讲究保持食物的原味，不提倡加入过多调料，以清淡为主。酒店入住须知：A，日本饭店中一般都备有电热水壶，在室内冰箱饮料是自费的，拿出后即自动收费（不管是否饮用），一般是外面同类物品的三至五倍。饭店中有拖鞋、洗手液、淋浴液等，请自备牙刷、毛巾等个人用品。为保证充分休息和放松，部分温泉酒店不设外线，住温泉酒店当天几乎与外界处于隔绝状态。请各位团员加以注意。如离开酒店外出逛街，请携带酒店名片以备迷路时使用。B，日本饭店内有“有料电视”频道，如需要可到酒店楼层之间的自动贩卖机购买卡或前台开通，费用自理。C，日式温泉说明：日式温泉一般分为男汤和女汤。各种温泉对治疗肌肉酸痛，背痛等疾病及美容都极为有效。温泉温度都很高，一次不宜泡过长时间，15分钟左右为宜。酒后及有心脏病，身体虚弱者禁止入浴，否则后果自负！在日本洗温泉时，请勿穿着任何衣物或持毛巾进入温泉池；进入温泉池前须先淋浴将身体洗净，不能在温泉池里使用香皂及浴液等。泡温泉时禁止吸烟；D，在温泉饭店住宿之后千万不要把温泉酒店的睡袍带走，请知晓！E, 在日式温泉饭店，须将鞋子脱在房间玄关处或酒店大堂玄关处。F，日本酒店分为禁烟房和吸烟房，在禁烟房间是绝对禁止吸烟的，吸烟房内可以吸烟，但请注意安全。 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1.团费已含：国际往返机票、旅游团签证、机场税、行程以内的用车、用餐、景点第一道大门票、旅行社旅游责任险、双人标准间住宿（如旺季期间所安排酒店标间爆满，会自动提升全单间） | | |
| **费用不包含** | 2. 团费不含：护照费、单房差2500元/人全程，出入境行李海关税、酒店内收费电视、电话、饮品、烟酒等个人消费税、境外个人消费费用自理、个人旅游意外险。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **温馨提示** | 特别说明：【失信被执行人】（查询网址：http://shixin.court.gov.cn/）被限制出票及乘机的人需要注意，目前航空团队系统均为先支付后出票，且只有在支付后，点击出票时，才提示是否为【失信被执行人】，因【失信被执行人】问题导致机票支付后，无法出票而产生的损失，由【失信被执行人】自行承担。 |
| **保险信息** | 黄河财险兰州市中心支公司 |
| **保险信息** | 承诺人姓名： 身 份 证号：法定监护人：住 址： 联 系电 话：根据《中华人民共和国旅游法》及相关法律法规之规定，本人报名参加编号为 《境内旅游合同》中列明的旅游团，该团定于【 】年【 】月【 】日出发，【 2015】年【 】月【 】日返回，行程共计【 】日。依据诚实守信原则，现就行程中的个人健康注意事项贵司工作人员已如实详尽地向本人告知，本人完全理解，特向贵司郑重承诺如下：1、本人清楚知悉自已的身体健康状况，出发前对本次旅游行程已经做过综合分析判断与充分的了解，认为自身身体健康状况能完成承担本次旅行所带了的健康风险。2、本人承诺适合参加本次旅游团行程全部活动，本人能够完成旅游全部行程并随团返回。3、本人身体健康，本人已将旅游行程前自身健康状况如实告知旅行社，如本人隐瞒个人疾病和身体状况，坚持参加禁止性、限制性、高风险活动、与本次旅游团不相适宜的游览活动导致意外发生，本人自愿承担因自身行为而造成的生命、健康风险，由此产生的全部法律责任以及发生的全部费用，由本人自行承担。同时承担因本人行为给公司造成损害赔偿责任。4、本人自愿放弃在旅游行程中，相应景点或相应活动（包括但不限于过山车、驾驶摩托艇、潜水、划水、滑雪、跳伞、攀岩、赛车、探险、赛马、滑翔、探险性漂流、热气球、蹦极、冲浪等具有刺激性、危险性的旅游活动项目）禁止儿童、老年人、心脏病、高血压、孕妇等不适宜参加此活动的项目，因本人自愿放弃参加的项目旅游团费不退；对儿童、老年人、心脏病、高血压、孕妇等不适宜参加此禁止性、限制性等活动项目的，本人根据自身健康遵守相关制度、规定，若因本人坚持参加禁止性、限制性活动项目所发生的全部后果与法律责任均由本人自行承担。5、在旅游过程中，本人因身体健康不适或其他原因导致本人不能全部完成旅游行程，或需贵司协助提前返回国内，本人自愿承担全部风险与责任。因自身原因中途退出旅游行程的团费不退，因提前结束行程产生的全部费用由本人自行承担。6、本人承诺无不适宜参加旅游团行程以及项目的慢性疾病，本人承诺在旅游过程中因自身突发疾病或患有慢性疾病导致的一切损害后果，由本人自行全部承担。均与旅行社无关。7、本人承诺在旅游过程中做好自我健康监测，如出现发热、干咳、乏力、咽痛、呕吐、腹泻、肌肉酸痛、头痛、头晕等症状，及时进行检测，并密切监测健康状况；出现症状加重时，及时向导游请求援助，在导游或旅行社工作人员协助下到二级合格或者二级合格以上医院就诊，费用由本人支付。本人隐瞒自身健康状况不能真实、及时向导游反溃的，由此造成的自身生命、健康风险由本人自行承担。8、本人承诺清楚明确新型冠状病毒感染由“乙类甲管”调整为“乙类乙管”，并自觉遵守执行国家规定的政策。旅行过程中因新冠感冒所引起的身体不适和突发疾病所造成的后果和费用由本人自行承担，与旅行社无关。9、本人承诺本次旅游行程出发前无新冠感冒所引发的发热、干咳、乏力、咽痛、呕吐、腹泻、肌肉酸痛、头痛、头晕等症状，至参加本次旅游团之日已治愈 天。本人核酸检测或抗源检测为阴性，对参加本次旅游团行程自身健康无任何障碍。因本人虚假承诺造成旅游行程中自身健康、生命风险的，本人自愿依据民法典对自甘风险的规定，承担全部法律风险与责任。10、本人承诺在出发前已经足额购买了旅游意外保险。本人个人身体健康承诺：贵司对上述所有条款给予本人清楚明确的解释与说明，本人作为成年人对健康承诺书所承担、面临的法律风险与后果清楚、明确，本人已阅读并完全理解各项条款的含义以及所要承担的法律责任。如产生纠纷，以本承诺函中本人的承诺为准。承诺人（签字）： 年 月 日法定监护人： 年 月 日 |