**2025（暑期）（黑龙江·吉林）【云顶天宫】双飞7日游行程单**

【盗墓笔记十周年】长春-哈尔滨-延吉-镜泊湖

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | JL1753105381O5 | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 长春市-延吉市-哈尔滨市 |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 【森系秘镜，清肺吸氧】森系度假小镇听松涛：二道白河原始森系度假小镇，长白山下第一奇松，妩媚的美人松羞花闭月中朝界山巍巍长白： 登顶长白山，俯瞰天池，环望十六峰，池在云之上，云在峰之巅镜泊百里长湖水平如镜： 山中有水，水中有山。山水相依相恋，山上平湖水上山，北国风光胜江南摩登都市欧陆风情：延边自治州首府网红小城延吉，热情好客东方小巴黎尔滨【十年再聚，稻米归来】稻米驿站，赴十年之约：驿站宛如从《盗墓笔记》的书页中走出，静静等待着每一位稻米的到来解锁稻米专属的奇幻市集： 众多稻米们齐聚于此，共同赴一场十年之约，感受那份属于他们的青春与热血。书迷专属音乐狂欢盛宴：光影水幕秀水幕，全息投影激光表演融合，神秘的云顶天宫、巍峨的青铜门 【私藏臻选，高度格调】 携程钻级标尺：全程携程三/四钻酒店按需选择一场真真真的不带钱包的旅行：门票全含+景交全含+自费全含品质服务细节决定一切：24小时接送机 优秀导游微笑服务 独家赠送格瓦斯、鹿茸片、马迭尔冰棍、网红冰箱贴 【网红打卡，多彩体验】 摩登网红延吉火遍全网：不是韩国去不起而是延吉更有性价比，打卡延边大学网红墙 森林橡皮艇水中畅游林海：一路欣赏沿岸林海风光，急流缓滩，丛林峭壁，野花幽香，绿树成荫 视听盛宴沉浸体验朝鲜风情：品味美味同时观看朝鲜文化表演，餐桌旁即置身朝鲜艺术殿堂 朝鲜民俗村换装民族服饰自拍：走进特色朝鲜村落，做客朝鲜族人家，换装朝鲜服饰自由拍照 镜泊湖香蕉船游湖：乘坐香蕉船游览镜泊湖，畅享水上激情，动感飞驰，驭浪狂欢。 横道河子水墨古镇：东北藏着一座火车拉来的“小俄罗斯”，曾经登上美国国家地理杂志！ 冰城独特的冰雕艺术：晶莹剔透的冰雕、美轮美奂的灯光电效果定让您迷醉在这冰雪的皇宫中 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **兰州-长春**今日主题：初见东北、开启愉快的纵横东北之旅【24小时免费接送机/站、出行无忧】【吉林省省会长春、北国春城】我们会根据实际乘坐人数，调整接站车型，会等待临近航班/车次抵达的客人抵达酒店后提名字办理入住.为即将开启的东北之旅做好充分准备【温馨提示】1.长春龙嘉国际机场—长春市区（单程约45km，车程约50h）；2.请您保持手机畅通，收到短信请回复，让导游知道你已收到短信！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 长春 |
| **D2** |
| **行程详情** | **长春-二道白河**今日主题 森呼吸漫步在4A度假小镇，走进长白山独有美人松林，空中廊桥听松涛 二道白河原始森系度假小镇，长白山下第一奇松，妩媚的美人松羞花闭月，空中栈道从远处看就像一条腾飞的巨龙，高空中玻璃观景平台俯瞰美人松。奔赴长白山稻米驿站，赴十年之约，一场情怀与冒险的交融，赴十年之约在长白山的脚下，长白万巷商业步行街中，有一处稻米们的梦幻之地——长白山稻米驿站，它宛如从《盗墓笔记》的书页中走出，静静等待着每一位稻米的到来。踏入驿站，首先映入眼帘的是张起灵的等身塑像，那熟悉的身影，仿佛瞬间将我们拉回了书中的世界，让人心潮澎湃。店内“桃李春风一杯酒，江湖夜雨十年灯”的楹联，更是勾起了稻米们对书中人物深厚情谊的回忆。长白之巅，云顶为幕｜解锁稻米专属的奇幻市集，盗迷必打卡的奇幻江湖在长白山脚下的长白万巷商业步行街，有一处充满魅力的地方——云顶市集，它是长白山旅游的夜游打卡新地标，也是游客们感受人间烟火与文化魅力的绝佳去处。云顶市集仿若一幅鲜活的生活长卷，特色摊位与民俗灯笼相互映衬，每一处角落皆为打卡佳处。对于《盗墓笔记》的粉丝“稻米”们来说，云顶市集更是有着特殊的意义。在这里，你可以与《盗墓笔记》主题雕像合影，也可以拍摄热闹的集市场景，定格的瞬间尽是浓郁的东北气息与人间烟火气。盗墓笔记书迷专属音乐狂欢盛宴，水雾激光投影形成的云顶天宫、青铜门、铁三角，小哥!我们来接你了… （此为政府免费安排的公益表演，如因天气或其他原因取消无任何退费）踏入森林舞台，三万负氧离子将你温柔包裹 ，每一口呼吸都是自然的馈赠。当夜幕降临，星光点点，舞台亮起，一场音乐盛宴拉开帷幕。别错过每晚的光影水幕秀，水幕、全息投影、激光表演融合，神秘的云顶天宫、巍峨的青铜门，还有长白山的壮美山河在眼前徐徐展开，每半小时一次的奇幻演出，是视觉与听觉的双重震撼。秘制玩法：乘坐森林橡皮艇畅游长白山原始森林坐上皮筏，一路乘风破浪，尽情体验“中流击水，浪遏飞舟”的感觉。感受长白山原始森林的大自然景观设计的最佳漂流段，一路欣赏沿岸风光，急流缓滩，丛林峭壁，野花幽香，绿树成荫【温馨提示】长春—二道白河（高速约420km，车程约5h）交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：统一安排团餐  |
| **住宿** | 二道白河 |
| **D3** |
| **行程详情** | **二道白河-长白山-延吉/龙井/安图/敦化**今日主题 探秘曾被封禁200多年的关东圣山、绿渊潭、聚龙温泉群、长白瀑布、温泉煮鸡蛋等景点长白山是座休眠的火山（需换乘环线车35+环保车85进山已含），因其独特的地理构造，造就了其绮丽迷人的景观。长白飞瀑68米落差，形似蛟龙倒海，势如万马奔腾，绿渊潭其潭水极为碧绿清澈，一侧有瀑布顺山崖而下，为潭水增添色彩，景致优雅。聚龙泉是长白山温泉群中水量较大、分布较广、水温较高的温泉，欣赏这五颜六色的温泉带，还可品尝用温泉水煮的鲜嫩鸡蛋。神秘天池——登顶长白山，俯瞰天池，环望十六峰，池在云之上，云在峰之巅中朝界湖，世界上最高、最大、最深的火山口湖，乘坐到站车80元/人，越过72道弯到达天池主峰，一览天池圣境美景！ 延吉走进延边自治州首府，不是韩国去不起而是延吉更有性价比，打卡延边大学网红墙打卡延边朝鲜族自治州首府，延边是中国唯一的朝鲜族自治州和最大的朝鲜族聚居地区，一半韩流，一半东北，打卡小首尔-------网红墙，延边大学网红墙，双语的牌匾颇具韩范，拿上一杯奶茶背上帆布包妥妥的韩剧女主，快去get网红同款ins风照片吧！（可自行预约自己喜欢的旅拍团队，导游会为您留下充足的旅拍时间）秘制玩法：走进特色朝鲜村落，做客朝鲜族人家， 朝鲜服饰美拍，体验民族风情跟着村里的鲜族人在村里转上一转，可荡秋千、压跷跷板、观看打糕制作等体验纯正朝鲜族生活细节，到朝鲜族人家坐在大炕上唠唠聊聊风情浓郁的鲜族民俗。朝鲜表演餐，一场味蕾与文化的奇幻之旅诚邀您一同踏入朝鲜表演餐的魅力世界，开启一场别具一格的感官盛宴。舞台灯光聚焦，演员们用精湛技艺与诚挚热情，将朝鲜文化画卷徐徐展开，您无需远行，餐桌旁即置身朝鲜艺术殿堂。【温馨提示】1.长白山—延吉（高速+非高速单程200km，车程约3h）。2.旺季长白山客流量大，自由活动期间注意安全，如遇困难请拨打景区咨询和救援电话0433-5742286,3.朝鲜民俗村为赠送项目因任何问题未能参观游览不退费用，换装拍照服装免费提供需要客人自己拍照交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：统一安排团餐 晚餐：统一安排团餐  |
| **住宿** | 延吉/龙井/安图/敦化 |
| **D4** |
| **行程详情** | **镜泊湖-哈尔滨**今日主题 镜泊湖百里长湖、世界上最大火山熔岩堰塞湖 镜泊湖国家AAAAA级景区，处于群山环抱之中，乘景区内环保车（景区交通，30元/人已含）进入景区山重水复、蜿蜒连绵，时而水平如镜，时而微波荡漾 吊水楼瀑布，世界上最大的玄武岩瀑布，神秘黑龙潭，天然回音壁位于百里长湖北端，波涛翻滚，飞流直下，声震如雷，景色壮观。位于百里长湖北端，波涛翻滚，飞流直下，声震如雷，景色壮观。一个俄式风情犹存的百年小镇，简直就是一幅遗落在路边的水墨画，让人回到上个世纪初的镜头里老房子的今昔，在蓝天的映照下别有风情，在电影《萧红》、电视剧《悬崖》里，见到过它的身影，外观全国唯一的木制约金斯克教堂、大白楼（让你知道“维大罗”“布拉吉”“玛达母”等是什么意思）一饱眼福——俄罗斯画家村---油画展馆，这些收获是你计划之外的邂逅，意外的惊喜更具魅力，更加弥足珍贵。就是这样一次“得来全不费功夫”的偶遇。秘制玩法： 乘坐香蕉船游览镜泊湖，畅享水上激情在镜泊湖面上，有一抹亮丽色彩正乘风破浪而来，它就是香蕉船。香蕉船，如其名般俏皮可爱，以亮黄、翠绿等鲜艳色彩勾勒出修长且微微弯曲的独特外形，仿若一根刚从热带丛林摘下的巨型香蕉悠然漂浮水上。水上娱乐的人气巨星，承载着无尽欢笑与心跳加速的刺激体验。（预计6月20号之后营业，具体营业时间以景区为准，赠送项目未能参观不退不换）【温馨提示】1.镜泊湖—俄式水墨古镇（高速150km，车程约2h）—哈尔滨（高速单程250km，车程约2.5h）。2.镜泊湖景区实行封闭式管理，不允许旅游车进入景区，需换乘景区环保车。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：统一安排团餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 哈尔滨 |
| **D5** |
| **行程详情** | **哈尔滨风情之旅**今日主题 哈尔滨 · citywalk：中央大街涵盖了西方建筑艺术的百年精华、圣索菲亚大教堂广场、防洪纪念塔、松花江畔 滨洲铁路桥见证哈尔滨的百年荣辱沧桑圣•索菲亚教堂广场有着“帐篷顶、洋葱头”造型的是拜占庭造的一座罗马纪念馆，气势恢弘，独具异国情调的人文景观和城市风情。 中央大街记录了这座城市的历史，穿梭期中，就像走在一条艺术长廊一般，是哈尔滨乃至全国最具特色的步行街之一，防洪纪念塔哈尔滨的标志性建筑，是为了纪念哈尔滨人民战胜1957年特大洪水而建造，这座塔已成为英雄城市哈尔滨的象征。滨洲铁路桥它自1901年落成至今，经历了一百多年的风风雨雨，犹如一位耄耋老人，静静的伫立在松花江上，见证着哈尔滨这座城市的历史变迁。俄罗斯巧克力制作工坊，欣赏国内唯一一幕“巧克力瀑布”，亚洲最大的巧克力瀑布作为中国对俄贸易中心城市，此工坊的设立旨在宣传俄罗斯本土巧克力文化，了解俄罗斯巧克力的制作过程，品尝俄罗斯风味手工巧克力，体验异域的甜美风情。 哈尔滨游客服务展示中心，在东北土特产及俄罗斯工艺品平价超市为亲朋好友选购小礼品参观大美龙江映像展示，该中心汇聚了黑龙江及俄罗斯品类正宗、性价比高、质量有保障的名优特产。秘制玩法：室内冰灯展一年四季都能看见我们冰城独特的冰雕艺术馆内设有道冰滑梯等娱乐项目，让您感受高处滑下，风驰电掣般的快感，不但可以欣赏冰雪艺术，还有更多的冰雪运动等您体验。晶莹剔透的冰雕、美轮美奂的灯光电效果定让您迷醉在这冰雪的皇宫中交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：统一安排团餐 晚餐：X  |
| **住宿** | 哈尔滨 |
| **D6** |
| **行程详情** | **哈尔滨文化之旅**今日主题 历史无声 · 震耳欲聋：侵华日军731部队罪证陈列馆，一砖一瓦都诉说着历史的沉重侵华日军第七三一部队旧址，保存相对完整，保护区面积24.8万平方米，是世界历史上规模最大的细菌武器研究、实验及制造基地，是日本军国主义违背国际公约，用活人进行冻伤、细菌感染、毒气实验的大本营，是发动细菌战争的策源地，是日本对外侵略扩张、掠夺资源、践踏主权的重要罪证。侵华日军第七三一部队旧址是爱国主义、世界反法西斯战争教育的重要阵地，是开展和平教育、国防教育的重要阵地，也是记录历史、警示世人的重要阵地，更是落实中央确定的“牢记历史、不忘过去、珍爱和平、开创未来”精神的重要历史遗址。（建议游客确定出行后自行预约，团体预约通道比较紧张，如未能预约成功改为游览冰雪文化博物馆）生态系旅行 · 漫步江中岛，走进国家5A级风景区太阳岛，打卡松鼠岛、天鹅湖与大自然森接触太阳岛风景区坐落于黑龙江省哈尔滨市松花江北岸，是中国国内的沿江生态区，景区正门前的太阳石是一块天然奇石。相传太阳石为太上老君炼丹时遗落的仙丹。松鼠岛占地面积约2.4万平方米，位于太阳岛风景区围堤内北部，四面环水、地势起伏，由三个小岛组成，小岛之间以仿木栈桥连接，周边设置了防止松鼠逃逸的玻璃围墙。岛内树木丰茂，一些树上搭建木制的松鼠窝，遍于松鼠栖息。天鹅湖位于太阳岛公园北部，湖面占地1.2公顷 ，散养着黑天鹅、大天鹅、小天鹅、鸳鸯、绿头鸭、鸿雁、灰雁等游禽。【走进鹿苑·亲近灵鹿】（此为赠送项目如遇下雨或景区原因鹿苑关闭不退任何费用）树深时见鹿，溪午不闻钟婉转动听的鸟鸣，轻盈奔跑的鹿群，这是大自然最初的面貌，可以感受到生命最真实的美好。不用千里迢迢飞去奈良， 太阳岛鹿苑放养着数头小鹿，可近距离喂食，更可拍美美的照片。走进哈工大，感受硬核国防装备，宇宙级浪漫中国航天，星辰浩瀚航天梦，科技商学工大魂哈尔滨工业大学占地约156公顷的哈尔滨工业大学有中国“工科大学之母”“工程师摇篮”之称，在中国工业发展史上有不可动摇的地位，是“踏实”的第一批顶尖学校，【卧震苍穹广场】上的【长征一号运载火箭】足够吸睛，长征一号运载火箭是为发射我国第一颗人造地球卫星东方红一号而研制的三级运载火箭，火箭全长29.46m，最大直径2.25m，起飞质量81.5t，近地轨道运载能力300kg。1970年4月24日，长征一号运载火箭将东方红一号卫星成功送入轨道，哈工大实物呈现长征一号运载火箭及【东风二号弹道导弹】【温馨提示】1.731部队罪证陈列馆作为爱国教育展馆暑期参观人数大幅度增加，排队时间可能很长需耐心等待2.731或哈工大如遇政府行为无法参观，无任何费用可退。交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：酒店含早 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 哈尔滨 |
| **D7** |
| **行程详情** | **哈尔滨-兰州**今日主题：返程早餐后，根据航班时间送机返程，结束愉快的东北之旅。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 【旅游费用包含】：（请仔细阅读注意事项，进一步了解东北住宿条件以及餐饮口味）携程三钻酒店参考酒店 长春参考酒店：温拿酒店、百利宾馆、宜尚商务、中长大厦、长白四季、君怡等或同级延吉/敦化/安图参考酒店：鑫立、韩城、德铭、清风半舍、同悦居、临江花园、雅舍、金矿、华府等或同级二道白河参考酒店：那山假日、永旭、美人松宾馆、伯爵世家、禾笙、地中海、运动员之家、井邑别墅等或同级哈尔滨参考酒店：松悦，地玖公馆、智选假日、华谊东方、悦宾、雪阅、隆逸、龙运宾馆等或同级2.用餐：6早5正 ，早餐酒店免费提供不吃不退。30餐标不吃不退，十人一桌，十菜一汤，不含酒水，不足十人菜品酌减。 (旅行社团队餐安排以当地口味为主，景区资源有限，餐饮质量请不要给予超高的期望值；若不足十人一桌按标准团餐餐标安排，菜量种类相应减少或协商退费,散客餐不用不退）3.用车：当地空调旅游车，根据团队实际人数安排车型，保证每人一正座（不提供座次要求）。行程内所有自由活动期间及行程外均不含用车。4.门票：全程含景区大门票+景区交通 优免现退 60-64周岁现退：80元/人 65周岁以上现退：180元/人 5.导游：当地持证导游服务，游客人数少于8人，司机兼导游；6.保险：含旅行社当地责任险；7.儿童：含旅游大巴车位、导服、半餐。其他均自理8.购物：全程无指定购物店，仅一个东北特产超市。 |
| **费用不包含** | 【旅游费用不含】1、不含人身意外保险！ 2、报价不含个人消费！3、散客利薄，不含发票！ 4、视当时情况在不变更接待标准的前提下有权调整接待行程！5、如遇人力不可抗拒因素，（如大雾、风雪、飞机延误等）导致的游览变化和景点减少赠送项目不退费，产生其他费用须客人自理（如汽车改为火车，火车票费用）。 6、团友收费中含每人每天一床位，团队出现单男单女时，请补足房差，请团友配合及听从导游安排、协调住房，东北地区接待标准与其他地区有一定差距，请团友予以谅解！7、因交通延阻、罢工、天气、飞机故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因导致的额外费用；因滞留造成的食宿费用，增加的返航费用；旅游期间一切私人性质的消费等。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 旅游健康承诺书承诺人姓名：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 |
| **温馨提示** | 旅游途中游客从事爬山、滑雪、骑马、漂流、游泳、攀岩等具有人身危险性的活动和自由活动时一定要根据自身的健康状况来自主决定，老人和孩子应有家人陪同不能单独活动；游客在活动期间不遵守规定、自身过错、自由活动期间内的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负，旅行社不承担责任。 |
| **退改规则** | 若自愿离团，不退任何费用。离团期间安全问题由客人负责，并在离团前签订离团证明，如有问题我社将协助处理。 |
| **报名材料** | 身份信息联系电话 |
| **保险信息** | 含旅行社责任险 |
| **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)： 旅游社（签章）：日期： 年 月 日 日期： 年 月 日 |