**【2025】华东乐享江南双飞6日游（扬州进出）行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | HDWS1760946175L4 | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 扬州市 |
| **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** | 【游·纯玩】严格执行品质游：全程纯玩出行，0购物，0餐前茶，0消费压力，轻松游玩无顾虑！【住·讲究】携程三钻酒店：独家特别体验两晚水乡住宿，体验夜周庄独特的人间烟火气，特别升级一晚四钻酒店。【吃·精致】全程社会餐厅，拒绝团队餐厅，品当地特色菜肴：扬州美食首推皮包水早茶,乌镇升级江南特色八大碗有味道的旅行才能锦上添花。【玩·经典】景区非经典不去：烟花三月下扬州瘦西湖，中国园林巅峰之作特别赠送拙政园，江南水乡代表周庄、乌镇东栅，感受江南水乡的魅力【赠·体验】特别赠送周庄古镇6项沉浸式体验:1.汉服体验 2.旅拍打卡 3. 沾財气（沈万三聚宝盆）4.趣味投壶5.寄给未来的明信片 6.提灯走桥【享·服务】尽享四有服务：有文化，有组织，有温度，有意义全程双优服务0投诉优秀导游+优秀驾驶员，为您的五星豪华旅行保驾护航！ |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| D1 第一天：兰州-扬州 用餐：无 住宿：扬州或仪征兰州乘坐飞机出发前往扬州，抵达后入住酒店；客人出发的前一天，导游/接站师傅会通过短信/电话联系客人，请保持手机畅通接站温馨提示：1、因散客拼团，每批游客的火车/航班抵达时间不同，抵达后需要等候，请提前同游客做好解释工作，等待时间不超过2小时（如不愿等待的，我们可以提供有偿的接站服务：250元/趟-小轿车）；2、散客拼团，接站可能是司机，可能是导游，请客人配合导游安排；3、接送站为增值服务，不用不退；提住和延住不提供免费接送站服务，请自行前往；4、08：00-23：00提供免费接站服务，23：00之后落地需自行前往酒店或有偿接站服务；5、免费接站站点仅限：扬州机场、扬州高铁站。D2 第二天：扬州-无锡-乌镇 用餐：早餐 中餐 晚餐 住宿：乌镇或桐乡早上品尝扬州特色早茶，“早上皮包水，晚上水泡皮”这是鼎盛时期扬州最真实的写照。在扬州吃早茶，讲究的就是这份慢慢的"闲"。扬州早茶文化能够盛行，也是源于当年扬州盐商的闲情雅致，当年的扬州真是江南省最销魂的地方。手中一杯清茶，面前二三知己，那份闲情在这个"忙"的时代叫人怀念。游览国家5A级风景名胜区－【瘦西湖】（游览时间约60分钟)，瘦西湖是著名的湖上园林，自然景观旖旎多姿，长堤春柳，梅岭春深，四桥烟雨，诸多著名景致，吸引了无数帝王将相和文人骚客在此流连忘返，吟诗作画，留下了众多经典诗作和绘画作品，“两堤花柳全依水，一路楼台直到山”就是对此景的真实写照。“扬州好,高跨五亭桥,面面清波涵月镜,头头空洞过云桡,夜听玉人箫”恰是五亭桥，二十四桥景致的完美再现。更有“十五的月亮十六圆”“扬州八怪”等故事广为流传。后车赴无锡，游览【拈花湾】禅意小镇（景区交通40元/人，自愿乘坐费用自理）“一花一世界”、“芦花宿”、“云半间”、“一池荷叶”、“半窗疏影”，行走在小镇上，感受那种所特有的宁静安详与无处不在的禅意。车赴乌镇，游览原汁原味的江南水乡—【乌镇.东栅】（游览时间不低于90分钟）：古风犹存的东、西、南、北四条老街呈“十”字交叉，构成双棋盘式河街平行、水陆相邻的古镇格局。这里的民居宅屋傍河而筑，街道两旁保存有大量明清建筑，辅以河上石桥，体现了小桥、流水、古宅的江南古镇风韵。D3 第三天：杭州-周庄 用餐：早餐 住宿：周庄/苏州上午车赴浙江省会杭州，“生活品质之城、东方休闲之都”有着上有天堂下有苏杭的美誉；游览【西湖风景区】（游览时间约90分钟，乘船环湖游西湖，深度赏西湖之美，游船为景交，费用60元/人自理，儿童同成人价格，包含环湖游船以及导游讲解,。温馨提示：涉及黄金周，节假日，周末，西湖风景区大巴车禁止进入，客人需要换乘景区接驳车20元/人，具体当天以现场安排为准，敬请谅解！）杭州被誉为“休闲之都”，最经典当属西湖，美景自当慢慢游，为此我们不走常规线，让大家深度游湖，或泛舟湖上、或漫步湖畔、或环湖骑行，不受跟团限制；下午推荐游览【宋城千古情】景区并欣赏大型演出——《宋城千古情》（观看表演及自由活动约120分钟），《宋城千古情》是杭州宋城景区的灵魂，用先进声、光、电的科技手段和舞台机械，以出其不意的呈现方式演绎了良渚古人的艰辛，宋皇宫的辉煌，岳家军的惨烈，梁祝和白蛇许仙的千古绝唱，把丝绸、茶叶和烟雨江南表现得淋漓尽致，极具视觉体验和心灵震撼。【宋城景区以及千古情演出均为自费项目，套票320元/人，该自费遵循客人自愿自费的原则选择参加，不强制消费，1.2以下儿童可免费随家长一同观赏，但是演出没有座位提供，敬请谅解！】车赴周庄，桨声灯影夜游【周庄】 （温馨提示：由于周庄受古迹保护，周庄大桥禁止大巴车通过，需要换乘景区电瓶车或者摆渡船驶入，电瓶车20元/人或环镇水上游游船80元/人，敬请费用自理！）：夜晚的周庄是一场光与影show。在一场光、水、影共舞的“蚬江渔唱”中，就像是打开了夜周庄美丽画卷的序幕，也似开启了夜周庄千年的水乡时光。周庄的夜色是灵动的，周庄是水做的，周庄的魅力都摇曳在这灵动的水中，水面上闪烁着岸边的灯火和船上的丽影，一格格的美景，随着手摇船的晃动，扑面而来。提个灯走个桥，拍个照留个影……特别赠送周庄古镇6项沉浸式体验:1.汉服体验  2.双桥旅拍打卡  3. 沾財气（沈万三聚宝盆）4.趣味投壶5.寄给未来的明信片 6.提灯走桥D4 第四天：周庄-苏州-上海 用餐：早餐 住宿：上海早餐后，车赴苏州【拙政园】，苏州最大的古典园林代表作品，与北京颐和园、承德避暑山庄、苏州留园一起被誉为中国四大名园。全园以水为中心，山水萦绕，厅榭精美，花木繁茂，充满诗情画意，具有浓郁的江南水乡特色。花园分为东、中、西三部分，东花园开阔疏朗，中花园是全园精华所在，西花园建筑精美，各具特色。园南为住宅区，体现典型江南民居多进的格局。注：特别赠送拙政园景点，如遇拙政园预约不上则改为参观【留园】（门票差价及优惠证件老年票不退）推荐游览【苏州古运河游船】（苏州古运河游船为自费项目，费用150元/人，该自费遵循客人自愿自费的原则选择参加，不强制消费】车赴国际化大都市——上海（路程约160公里），游览【小吃汇·城隍庙商城】庙会中最大的特色要数城隍庙小吃了，城隍庙小吃是由明朝永历年间，这里的小吃讲究精巧细致，量不多，价不贵，正应了上海人“少吃一点，多吃几样”的风格。游览南京路步行街长约1200米，两侧商店林立，一眼望去，现代建筑夹杂着欧式老楼，竖挂的店铺灯箱连绵不绝，尤其夜幕之下霓虹灯光闪烁，别有风情。还可以坐一回像缩小版旧式电车的“铛铛车”，找找老上海的味道。步行街西起西藏中路（人民广场东侧），东至河南中路，两端各有一块暗红色的大理石碑。走在步行街上，随处可见富有创意的城市雕塑，以及别致的路灯、花坛、电话亭，低头能看到不少窨井盖上刻有不同的城市建筑图案，街中央还有大量椅子供游客小坐。南京路步行街是上海繁华的商业街之一，早在20世纪初就已是百货公司的聚集地，在这里逛逛一定会收获颇丰。如今这里既有永安百货、华联商厦、丝绸商厦等老牌百货公司，又有新世界城、百联世贸国际广场、置地广场、恒基名人购物中心、宏伊广场等大型购物中心，在这里你差不多可以买到任何商品。推荐游览登【金茂大厦】，乘坐【黄浦江游船】畅游黄浦江，俯瞰上海璀璨夜景和黄浦江两岸独具欧陆风情的外滩万国建筑群以及散发着浓浓现代气息的浦东建筑群，饱览夜上海美景。（游览间约2小时）【上海金茂大厦、黄浦江游船均为自费项目，费用320元/人；该自费遵循客人自愿自费的原则选择参加，不强制消费】※ 住宿推荐：维也纳或同级D5 第五天：上海-南京-扬州 用餐：早餐 住宿：扬州或仪征从上海跟车前往“六朝古都”——【南京夫子庙商业街】(非上海进出的客人早餐后到夫子庙商业街自由活动等候上海过来的或者在南京接站的导游，敬请谅解！)。始建于宋代，位于秦淮河北岸的贡院街旁，原是祀奉孔子的地方，后多次遭毁并重建。它与北京孔庙、曲阜孔庙、吉林文庙并称为中国四大文庙，也是夫子庙秦淮河风光带主要的景点。每年春节至元宵节期间夫子庙都会举行春节灯会（又称秦淮灯会、金陵灯会），尤其元宵节时万灯齐明，游人如海。自行品鸭血粉丝等各种小吃。游览【中山陵风景区】（景区交通20元/人，自愿乘坐费用自理，游览时间不少于1小时，免费参观，周一陵门以上关闭，仅能参观陵门以下景点，敬请谅解），位于南京东郊的钟山风景区内，东毗灵谷寺，西邻明孝陵。整个建筑群依山势而建，包括博爱坊、墓道、陵门、碑亭、祭堂和墓室等，由南往北排列在一条中轴线上，体现了中国传统建筑的风格，墓地全局呈“警钟”图案，被誉为“中国近代建筑史上的第一陵”。之后乘车赴扬州或仪征，入住酒店。D6：根据航班时间送站返回兰州，结束愉快旅途【温馨提示】：返程送站：扬州1、早上酒店集合送站/送机。2、散客拼团，我们仅提供一次免费送站服务，客人可能会出现2-3个小时的候车或候机时间，请客人理解并配合。3、免费送站地点仅限为：火车站和机场，其他地点暂不提供服务！4、送站不一定是导游，需客人自行办理登机牌。返程送站：扬州【温馨提示】：※ 行程说明：以上行程所列时间为大概参考时间，旅游旺季出现景区堵车、餐厅拥挤排队、高速堵车、天气等特殊情况时，当团导游会根据实际情况适当调整行程游览顺序及时间，请游客理解并予以配合！ |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 交通：往返大交通（跟团期间的车费，按照实际参团人数安排交通车辆，具体以报名时选择为准），当地空调旅游车（5-65座，按实际人数安排，座位次序为随机分配，不分先后，确保1人1正座，自由活动期间不包含用车） 。住宿：成人每晚一个床位，不提供自然单间，不指定酒店地理位置，个别城市不提供洗漱用品需自备。用餐：行程中含5餐酒店内早餐，两顿正餐，正餐50元/人，十人一桌八菜一汤（若不足10人一桌，则相应减少菜量）；行程中所附菜单会根据季节、时令等因素有部分调整。门票：行程中景点首道门票以及备注所含的项目门票，不包含行程中未含的或其它个人消费。不含景区电瓶车和景区内交通工具；在保证不减少景点的前提下游览顺序以导游安排为准；特价线路无门票费用可退。导游：专业地陪导游讲解服务（当地中文导游服务，接驳期间或自由活动期间不含导游服务）。儿童：1.2米以下小童：含当地车位、含半价正餐，不占床位、不含早餐、不含门票，超高自理。保险：旅行社责任保险，建议客人自愿投保旅游意外伤害保险（组团社办理）。 |
| **费用不包含** | 1、行程中未包含的用餐、及其他需要另行付费的项目、个人购物、娱乐等消费。2、部分景区设立的缆车、游船、电瓶车、索道等景区内交通工具，并非景区游览必须项目。（中山陵景区交通20元，拈花湾景区交通40元，周庄景区交通20元，西湖接驳车20元，西湖游船60元）3、儿童的“旅游费用包含”内容以外的所有费用。例如产生超高餐费、门票等需要客人另付！4、因交通延误、天气、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用，及个人所产生的费用等。5、因旅游者违约、自身过错、自身疾病，导致的人身财产损失而额外支付的费用。6、旅游意外险。建议出游时投保旅游人身意外伤害险（旅行社报名时办理）。 |

**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，【 2025】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 |
| **保险信息** | 旅行社意外伤害险 |
| **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)：                     日期：   年   月   日              |