**云南纯玩超有范昆大丽版双飞双动8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | YN1713255681t7 | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 昆明市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 日期行程安排D1起始地乘机→昆明长水国际机场→昆明市区 今日，贵宾请根据出发航班时间，提前赴当地机场候机。航班抵达昆明长水国际机场后，我社安排礼宾人员欢迎您的到来！接待人员为贵宾办理好签到手续后，安排接机车辆送达入住酒店。今日无任何行程安排，待办理完酒店入住手续，贵宾尽可自由安排今日剩余时间。温馨提示：1、贵宾乘机抵达昆明长水国际机场，待取完托运行李后，请根据本社发放的接机流程与接机人员接洽。2、抵达下榻酒店并办理完入住手续后，贵宾如有自由出行需求，请赴酒店前台领取酒店信息名片。自由出行期间请保持预留手机通信畅通，如遇特殊情况或发生意外，请及时联系本社工作人员，或拨打当地紧急救助电话。 早餐X中餐X晚餐X 住宿：昆明酒店 D2滇池大坝→西山风景区→茶马花街→楚雄：彝乡恋歌+祭火大典 酒店享用早餐后，游览昆明名胜景点、国家AAAA景区➱西山风景区（游玩约90分钟，含景区索道、电瓶车）景色秀丽的西山是昆明当代“十六景”中最独具魅力的景致。它传载着昆明最有吸引力的传说——西山睡美人，西山的魅力就如同李祚忠诗词中所说：“忙趁春晴到此游，寺阁巍丽璧途幽。立身高在龙门上，百里滇池一览收！”。午间将安排游览➱西山茶马花街，贵宾可自行选择品尝昆明特色小吃！短短的一条茶马花街，兼顾了众多云南特色小吃，满口回忆杀的吹灰点心、云南十九怪的倘塘黄豆腐、风靡于80年代的油糍粑、出镜《舌尖上的中国》的牛奶鸡蛋醪糟……数百种的民间小吃让你的嘴从街头到街尾一刻不停歇。之后乘车赴楚雄彝族自治州，在热情似火的彝乡，体验彝族人用歌声和舞姿为每一位来客献上的彝族文化盛典➱彝乡恋歌和彝族美食汇➱彝族长街宴（全程约90分钟，含用餐时间）。晚间，参加楚雄彝族最热情的狂欢➱祭火大典。活动结束后入住酒店休息，养精蓄锐，等待更精彩的明天！温馨提示：1、西山森林公园景区人流大，游玩时请注意安排，乘坐缆车、电瓶车时请遵守秩序排队。2、茶马花街自由活动期间，请保管好个人随身财物，并留意导游告知集合时间，以免耽误行程。3、晚间参加楚雄活动体验时，请听从导游及工作人员安排，勿过于靠近或擅自接触火源。 早餐√中餐X晚餐√ 住宿：楚雄酒店 D3大理：理想邦拍照打卡→网红洱海生态廊道→苍洱秘境→户外BBQ→大理古城 享用早餐后乘车赴大理白族自治州，游览网红打卡地➱理想邦（游玩约60分钟）中国的圣托里尼，这里依山而建，建筑外观很像城堡，还有各种热带植物横行，街道诗意蜿蜒，走在其中，如梦如幻，将洱海尽收眼底，无尽享受。午餐后，乘坐吉普车至➱洱海生态廊道，沿途欣赏苍山洱海边的田园风光。大理网红点，游客自由拍照（以家庭为单位，每个家庭提供3张电子照片），沿途欣赏苍山洱海美景，在洱海生态廊道上，享受着“最大理”的惬意生活。结束后前往➱苍洱秘境，欣赏白族一步一景，自然风光与白族建筑完美结合的园林风光，大理的云游的很慢，花开的够长，连落日的余晖都充盈着无限遐想。从城市忙碌的生活中脱离出来，享受植物、鲜花、园艺的完美结合和大理最悠闲的时光。晚间安排特色体验➱夕阳户外BBQ，可以边吃烤肉边看落日，夕阳下吹着晚风，吃着烤肉，好不惬意~~晚餐后自行游览历史文化名城、国家AAAA景区➱【大理古城】（游玩约120分钟），位于风光秀丽的苍山脚下，是古代南诏国和大理国的都城，每一块斑驳的墙砖和石板上，都深藏着诉不尽的故事与传说，此地的生活节奏很慢，阳光明媚，温度也十分适宜，在古城里逛逛小店，看看古建筑，听听白族歌手唱歌，非常惬意。结束后入住酒店休息，等待开启精彩的丽江之行！温馨提示：1. 大理古城内有许多手鼓、工艺品商店，如有需求购买，请事前询问好价格！ 早餐√中餐√晚餐√ 住宿：大理/鹤庆酒店 D4新华小镇→丽江：默认A方案：玉龙雪山风景区→云杉坪→蓝月谷B方案：拉市海→拉市海骑马（自费）→丽江古城 酒店享用早餐后，前往参观➱新华小镇，一个集田园风光、民居、民俗和民族手工艺品生产加工为一体的白族村寨。这个白族村寨因其“家家有手艺，户户是工厂，一村一业，一户一品”而美名远扬。境内居住多个民族，组成了特有的民族风俗“大观园”。请出团前选定好方案：默认A、玉龙雪山线方案B、拉市海线方案，出行以后不便更改默认A方案乘车赴丽江市，游览中国森林氧吧、国家AAAAA景区玉龙雪山（游玩约150分钟，不含羽绒服租赁、氧气瓶和蓝月谷电瓶车。）➱玉龙雪山风景区：云杉坪一段纳西传说，造就了一处美不胜收的雪域美景。在雪山最美的草甸-云杉坪，欣赏壮丽的雪山主峰扇子陡。聆听纳西族最凄美的爱情故事，寻找传说中的玉龙第三国。（告知！出团前如有需求，可付费补差价升级游览冰川公园）之后前往➱蓝月谷（每组客人赠送一组旅拍提供4张电子照片，电瓶车费用自理），也叫“白水河”。在晴天时，水的颜色是蓝色的，而且山谷呈月牙形，远看就像一轮蓝色的月亮镶嵌在玉龙雪山脚下，所以名叫蓝月谷。蓝月谷中的河水在流淌过程中因受山体阻挡，形成了四个较大的水面，人称“玉液”湖、“镜潭”湖、“蓝月”湖和“听涛湖。B方案乘车赴丽江市，游览➱拉市海，是茶马古道的重要驿站，如今是丽江的后花园，这里有大量的草海，冬天是候鸟的避风港和栖息地。这里有人工建造的摄影基地，有自然的草原、森林和美丽的花海，人工建造的纱幔屋，是拍照的圣地。（自费项目：拉市海骑马，骑马费用自理：260元/人，游玩时间约1小时。）ps：不参加自费的客人在可以在拉市海体验完旅拍后自由活动，但山上的茶马古道仅针对参加自费的客人开放知晓。今日无晚餐安排，贵宾游览世界文化遗产、国家AAAAA景区➱丽江古城时，可根据个人喜好选择美食。（丽江古城游览结束后，贵宾可根据个人需求付费参加《丽江千古情》或《丽水金沙》等丽江著名表演娱乐节目，如有参加需求请提前报至随团导游）。温馨提示：1、玉龙雪山景区氧气瓶￥60元/瓶；羽绒服租赁￥50元/件。2、《丽江千古情》自费价格￥300/人、《丽水金沙》自费价格￥280/人。拉市海骑马260元/人。 住宿：丽江酒店 D5丽江市：束河古镇→黑龙潭公园→返回昆明 酒店享用早餐后，游览中国魅力名镇➱束河古镇（游玩约180分钟）“夜市荧火，龙门望月，雪山倒映，断碑敲音。鱼水亲人，西山红叶，石莲夜话，柳烟平桥。”丽江著名的束河八景，是马帮几百年踩出的烙印，这里曾是木氏土司的发祥地和纳西集市，现如今成为了游人最爱的丽江休闲之所。接下来我们游览秀丽的木氏土司皇家园林➱黑龙潭公园，只见远处玉龙雪山倒遇潭中，出现“雪山四万八千丈，银屏一角深插底”的奇景。象山半壁映入水中，使黑龙潭山中有水，水中有山，山水相映，黑龙潭以其天生丽质，名列《中国名泉》、《中国风景名胜》等书。后乘车返回昆明，今日晚餐将根据返程车程为您安排在楚雄、安宁或昆明用餐。抵达昆明后入住酒店休息。温馨提示：1、今日晚间将返程昆明市，请贵宾合理安排时间，保持手机畅通，明早将按约定时间和地点集合前往动车站。 早餐√中餐√晚餐X 住宿：昆明酒店 D6乘动车赴景洪→勐养镇野象谷→景洪市区 酒店享用早餐后，乘动车赴景洪，开启西双版纳这片神奇土地的旅行。到达景洪后，游览国家级自然保护区、国家AAAA景区➱勐养野象谷（游玩约120分钟，不含景区索道），是中国唯一的亚洲象种源繁殖基地，但在这里想亲眼目睹野生亚洲象还是得靠运气！你也可以与圈养的亚洲象互动，亦或是来次零距离的人象合影。野生亚洲象：野生亚洲象是亚洲现存最大的陆地动物，因为猎杀和东南亚部分国家的驯养，导致亚洲象在19世纪早期至20世纪末期种群数量下降了97%，而中国更是仅存180头左右。野生亚洲象被世界自然保护联盟在2012年列为濒危物种红色名录。今日无晚餐安排，贵宾可根据个人喜好选择美食。（贵宾可根据个人需求付费参加《多歌水晚会》、《勐巴拉娜西》、《印象澜沧江》或《傣秀》等西双版纳著名表演娱乐节目，如有参加需求请提前报至随团导游）。温馨提示：1、游玩野象谷时，请勿试图作出惊吓大象的行为；如有拍照、合影等需求，请在景区工作人员安排下进行。2、勐养野象谷索道自费价格：单程￥50元/人、往返￥70元/人。3、《傣秀》自费价格￥320元/人；《多歌水晚会》、《勐巴拉娜西》、《印象澜沧江》自费价格￥280元/人。 早餐√中餐√晚餐X 住宿：景洪酒店 D7傣族文化园→原始森林公园→乘动车返昆明 酒店享用早餐后，游览➱傣族文化园（游玩约90分钟，自由活动约60分钟）住在中国边境的傣族人，有着浓厚的民族文化和异国风情。他们在这片理想而神奇的乐土上建立了灿烂的文化传承。走进傣寨，亲眼见证傣族是如何融入自然，让你真正感受西双版纳的人文魅力。游览国家AAAA景区➱原始森林公园（游玩约90分钟，不含景区电瓶车）原始森林公园是全球北回归线以南保存最完好的热带沟谷雨林，你可以享受一次最纯净的“雨林氧吧洗肺”；见识那些神奇而怪异的原始雨林植物和场面宏大的孔雀飞舞，深度体验热带雨林的精彩时光！今日无晚餐安排，贵宾可根据个人喜好选择美食。今日行程结束后，将根据返程动车时间返回昆明。温馨提示：1、原始森林公园内蚊虫较多，今日出行前请自备驱蚊喷剂或青草药膏。2、今日晚间将乘机返程昆明市，请贵宾合理安排自理用餐时间，并在约定时间和地点集合前往机场候机。3、原始森林公园电瓶车自费价格￥60元/人。 早餐√中餐√晚餐X 住宿：昆明酒店 D8旅游集散中心→昆明长水国际机场乘机→返程起始地 今日酒店享用早餐后，将安排贵宾参观昆明➱旅游集散中心（参观约120分钟）参观结束后将由我社送机中心服务人员将您送至昆明长水国际机场候机。在此，我社全体服务人员预祝您旅途平安，期待您再次来云南！！温馨提示：1、返程前请关注目的地天气情况，以便在航班落地前做好添减衣物的准备。2、本次旅行结束后，我社可能会对贵宾进行电话回访，如此次行程安排中有何不足之处，请贵宾将情反馈给客服人员，我们将尽快改进！如给您造成不愉快，也在此向贵宾致歉！ 早餐√中餐X晚餐X |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | ▶行程中标注的酒店住宿费用：2人标准间，按床位计算，含酒店早餐费用；不占床则不含酒店早餐费用。▶行程中标注的午餐、晚餐费用：第1日不含任何餐饮，行程中已明确标注自理和不含的餐饮费用由游客自行承担。▶行程中标注的景区景点首道门票。▶行程中标注的云南省内机场接送车辆费用。▶行程中标注的旅游车辆费用。▶云南旅游组合保险（旅行社责任险）已按政府要求为游客购买 | | |
| **费用不包含** | ▶行程中未标注的自费项目及活动：如景区内付费拍照、游乐设施等。▶行程中标注的酒店，因不占床儿童所产生的酒店早餐费用，须按酒店标注现付。▶行程中标注的酒店，在游客入住期间所产生的个人消费项目：酒店/客房自费餐饮、自费饮品、付费电视、付费电话、付费传真、付费日用品、付费洗衣、付费娱乐等因个人需求所产生的消费。▶行程中标注的自由活动期间，因个人需求所产生的消费（包括自由活动期间的交通、餐饮）。▶因法律规定的不可抗力因素，所导致产生的额外交通、餐饮、住宿等费用。 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 蓝月谷电瓶车 |  | 60 分钟 | ¥ 60.00 |
| 玉龙雪山景区氧气瓶 |  | 120 分钟 | ¥ 60.00 |
| 玉龙雪山景区羽绒服租赁 |  | 120 分钟 | ¥ 50.00 |
| 《丽江千古情》 |  | 60 分钟 | ¥ 300.00 |
| 《丽水金沙》 |  | 60 分钟 | ¥ 280.00 |
| 拉市海骑马 |  | 60 分钟 | ¥ 260.00 |
| 勐养野象谷索道 |  |  | ¥ 70.00 |
| 《傣秀》 |  |  | ¥ 320.00 |
| 《多歌水晚会》 |  |  | ¥ 280.00 |
| 《勐巴拉娜西》 |  |  | ¥ 280.00 |
| 《印象澜沧江》 |  |  | ¥ 280.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | ▶12周岁及以下不占床儿童，在旅游过程中只含正餐和旅游车辆1人使用费用，其他费用如：酒店不占床早餐费、景区景点全票（超高儿童）、活动体验费、娱乐表演门票等，须由游客现场自行付费，或在参团报名时提前补齐相关费用。▶行程中标注的酒店，因游客个人原因需要单人入住1间客房或超过2人入住1间客房需要加床的，所产生的单房差和加床费，须由游客现场自行补齐。▶行程中标注的酒店，因游客个人原因需要升级或更换不在行程备注中的酒店的，差价须由游客现场自行补齐。▶产品宣传和行程中标注为“赠送”、“礼品”的项目，费用属于本旅行社自行承担，不包含在游客缴纳的参团费用中。如因游客自身原因放弃，或因不可抗力因素导致无法兑现的，不退费用！ |
| **温馨提示** | ▶本行程所标注的云南省内航空飞行时间、列车/动车运行时间、旅游车运行时间、景区景点游玩时间和游玩顺序仅供参考，本社承诺在不减少景区景点的情况下，游玩时间和顺序由随团导游根据实际情况进行安排和调整。▶出行前、返程前务必检查好个人有效证件、随行财物是否携带齐全，如因个人原因没有携带有效证件导致无法乘机、入住酒店等情况所产生的损失，由受损者个人承担。国内航班请按登机起飞时间，提前2-2.5小时达到机场办理相关手续。▶云南因地势由北向南呈梯式下降，各地区间海拔差异大（最高平均海拔-德钦3400米，最低平均海拔-河口76.4米），为避免在旅游过程中出现高原反应，请在出行前2-3天内尽量避免饮酒和发生短期内容易对身体造成高负荷的剧烈运动。▶云南属低纬度高原，多数地区昼夜温差大，出行前请根据个人对气候耐受程度配备轻便、可随身携带的防寒、防晒衣物。▶云南属少数民族聚居地，各少数民族间生活习性、宗教信仰和民族文化差异大，旅游过程中请尊重当地风俗民情，不要出现挑衅、侮辱少数民族等不文明行为。▶旅游过程中，涉及的体验活动，请根据自身年龄、身体状况和风险可控性选择是否参加，如患有心脏病、高血压、恐高等可能危害自身健康的疾病，请如实、明确告知随团导游，勿隐瞒！▶旅游过程中，游览涉水、高山等特殊环境的景区时，请听从随团导游和景区工作人员的安全告知，勿擅自作出可能危害自身和他人安全的行为。▶旅游过程中，在进入景区景点、乘坐缆车、电瓶车、索道、游船等交通工具时，请听从随团导游和景区工作人员安排，礼貌排队、文明乘坐。 |
| **保险信息** | 旅游意外伤害保险 |
| **保险信息** | 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。 |