**桂北海-双飞10有游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | HBG1730705486FA | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 桂林市 |
| **行程天数** | 10 | **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**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **D1兰州—抵达桂林—接机/站—入住酒店—【自由活动】**根据飞机抵达桂林的时间，专业接站人员在出站口举“客人代表名字”的接站牌接站，导游或专门的接站师傅会提前与您联系，请保持通讯畅通，此线路赠送接站服务。入住方式：抵达酒店后报“导游名字、电话”+“报名人名字”取房入住；交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 桂林 |
| **D2** |
| **行程详情** | **古东瀑布—冠岩—阳朔西街**乘坐【景区观光电瓶车、80元/人敬请自理】、游览世界溶洞之冠、国家AAAA级景区【冠岩风景区】冠岩景区是桂林唯一在一个景区就能尽享桂林山水享誉中外的“山清、水秀、洞奇、石美”这些美景的风景区。所以，冠岩景区又被誉为“桂林山水甲天下，山水兼奇唯冠岩”。◆游览具有原生态瀑布群【古东瀑布】AAAA级（约120分钟），全国唯一由地下涌泉形成的多级串连瀑布，区内有八瀑九潭、可尽享天然氧吧。最大特色：可换穿草鞋、戴上安全帽走瀑戏浪，形成独特的自然生态旅游观光风景。◆自由漫步在没有国度、充满热情的洋人街【阳朔西街】（无车无导游陪同）感受浓郁的异国风情。【今日温馨小贴士】古东瀑布景区如需攀爬瀑布必须换景区内安全装备，如：安全帽、草鞋、雨衣等费用10元/人起，请自行向景区购买。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 阳朔 |
| **D3** |
| **行程详情** | **三星豪华游船—竹筏多人漂—徒步遇龙河**◆车览【阳朔十里画廊】、远观【月亮山】、乘坐竹筏游览【竹筏多人漂】（约30分钟）群峰倒影、村庄田园、风光青山、绿水、无处不让人魂牵梦绕。◆徒步游览【徒步遇龙河】，漫步在如诗如画的风光，青山、绿水、古桥、无处不让人魂牵梦绕.◆漓江码头乘【三星级豪华游船】游览“百里画廊”—全景大漓江AAAAA级（船程约4小时）欣赏漓江风光：九马画山、经典的黄布倒影、二十元人民币背景图，让您沉醉与山水之间、兴平佳境、浪石烟雨八仙过江等。【今日温馨小贴士】1、自由活动期间不提供导游服务与旅游用车、请注意安全并保管好贵重物品，谨记导游告知的注意事项、阳朔不含晚餐，自由畅享当地美食---“吃”、“玩”两不误；2、此行程安排游览的三星船全景大漓江（磨盘山-阳朔或阳朔-杨堤）由桂林车船公司统一提供。 3、停车场到漓江码头电瓶车（15元/人，敬请自理）、1.2-1.49m及14岁以下儿童必须提前补交110元/人、儿童三星船半船票、现场购买有满员无法补票或无法同船风险。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 桂林 |
| **D4** |
| **行程详情** | **象鼻山—山水间—日月双塔—桂林**◆早餐后游览【少数民族观光村】（约120分钟），不落锁的大门见证了侗家人的信仰——萨崇拜：侗族家人不许偷；枯井，古香古色的石板小巷，灰白的青砖墙诉说着侗族的历史，侗族的文化，让我们走进他们家里做客，真正了解侗族这个少数民族的民族文化感受村民古老、恬静、悠慢的生活。◆赴桂林市民超市购买当地土特产馈赠亲友。◆特别赠送大型山水奇幻5D秀——《梦幻漓江》或《桂林山水间》，让您领略“庞桶沐娇娥”这一惊艳却不媚俗、民族却又现代的民俗风情。《山水间》以缤纷多彩的山水和独具魅力的少数民族文化为背景，娓娓讲述了在漓江河畔、象鼻山下诗歌般的田园生活，多维度、全方位地展现了迷人的南国风情以及人与大自然的和谐相处。【梦幻漓江】是亚洲首台山水情景的表演，由蜚声世界艺坛的中国天创国际演艺制作交流公司和香港宏亚集团“斥五千万巨资精心打造”，并可与拉斯维加斯媲美的超大型山水全景演出。◆游览【象鼻山】象鼻山是桂林的城徽山，是桂林旅游的标志山，它坐落在桂林市中心的漓江与桃花江汇流处，形似一头鼻子伸进漓江饮水的巨象，象鼻和象腿之间是面积约一百五十平米的圆洞，江水穿洞而过，如明月浮水。坐落西岸的象山水月与漓江东岸的穿月岩相对，一挂于天一浮于水，形成"漓江双月"的奇特景观。◆网红打卡桂林文化新地标【日月双塔】不上塔（整座铜塔创下了三项世界之最）。◆旅途结束：入住酒店！重要提示：以上行程仅供参考，旺季期间我社保有对行程或餐厅、住宿顺序前后调动的权利，实际游览顺序由地接社导游安排为准！交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 桂林 |
| **D5** |
| **行程详情** | **桂林—北海**早餐后，根据列车时间乘坐动车二等座，前往北海，自由活动！美食管家推荐：【夜北海·侨港】晚可自行乘车（费用自理）前往中国最小、广西最富有、隶属国际难民署的【侨港镇】：1978年由于越南黎笋当局亲苏反华，导致大批华侨回国，中国政府本着“一视同仁，不予歧视，根据特点，适当照顾”的方针，为难民提供了基本生活保障和必要的就业机会，扶持和鼓励其发展生产，提高其自食其力的能力。侨港镇是全国最大的归侨集中安置点。昔日杂草丛生的荒滩，现在变成了一个充满魅力的海滨城镇。因为居住着许多越南侨民，因此小吃也融合了越南风味，不仅游客为侨港糖水、卷粉慕名而来，当地人也爱驻扎在此。夜晚热闹十足。强烈推荐越南卷粉、侨越卷粉店、24幢糖水店、有间冰室、无比美味的叉烧包，扎小辫的子阳烧海鲜的手艺相当不错，还有菠萝炒饭交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 北海 |
| **D6** |
| **行程详情** | **北海**银滩】（游览时间约90分钟，景区电瓶车20元自理）北海银滩是北海市的旅游景点，AAAA级景区，位于广西北海市银海区，西起侨港镇渔港，北海银滩度假区内的海域海水纯净，陆岸植被丰富，环境优雅宁静，空气格外清新，在2012年7月2日，第一届"中国十大最美海滩"网络评选，北海银滩位列第三名。◆【流下村】位于北海冠头岭旁边是一处新改建的小村庄。这是一个拥有300多年历史的滨海古村，就在冠头岭山脚下，目前还保存有特色民居和古屋。按照规划，流下村以“生态、自然、环保、休闲”的理念打造成为了一个面向游客的综合示范村。整个村子古屋都是那种淡黄色清新的色调，感受小清新的纯朴村落。◆【北部湾广场】（游览时间约10分钟；如因道路运输管理处管控，导致无法停车，则该景点改为车览），始建于1985年12月，位于市区中心的广场上的大型喷泉雕塑名为“南珠魂”。◆【百年老街】（游览时间约30分钟）北海老街--珠海路是一条有近二百年历史的老街始建于1821年，沿街全是中西合璧骑楼式建筑的商业老街，这些建筑临街的骑楼部分，既是道路向两侧的扩展又是铺面向外部的延伸，人们行走在骑楼下，既可遮风挡雨又可躲避烈日;骑楼的方形柱子粗重厚大，颇有古罗马建筑的风格。导游推荐自费项目：环岛游：约90-120分钟--北海休闲新体验、海上观光、乘船垂钓捕鱼、海上K啦OK渔民沙滩赶海：约120分钟---根据潮涨潮落的时间抵达黄金海岸沙滩，迎着海风，坐着水陆两用的沙滩吉普车驰骋在北海最肥美的黄金海滩上兜风，喜欢刺激的友友们还可赶海以乘坐快艇向着海天一线勇敢的乘风破浪。拿起小扒犁和小竹篓，跟随渔民挖螺.红树林捡海鸭蛋.捡贝壳或者一起去拉大网捕鱼，感受疍家人的集体主义精神，体验渔民生活!行程结束后根据开船时间送站三等客舱。（如果当晚北海到海口不开船或者没有船位，这种情况下，我们将安排所有客人先乘坐大巴到海安，再从海安乘坐渡轮到海口，之后安排海口住宿。）交通：船 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 船上/海口 |
| **D7** |
| **行程详情** | **海口-三亚**◆前往万宁市石梅湾神州半岛【灯塔】（游览时间约30分钟）神州半岛位于万宁市东澳镇，这里的灯塔不仅是海港的守望者，还成为了地标性景点。沿着深入海中的护堤走进去就来到了灯塔脚下。在碧蓝大海的映衬下，红白相间的灯塔格外清新。傍晚时分，在晚霞和海水的映衬下，多彩梦幻的画面便呈现在眼前，让人沉浸在一眼天涯的浪漫中。◆后车览石梅湾最美公路蓝天白云之下，蔚蓝大海环绕的旅游公路旁停放着一排排车辆，车主们慕名而来，专门感受石梅湾最美旅游公路的景色，纷纷用手机、相机留下一张张靓丽照片。◆游览【蜈支洲岛】：（游览时间不少于3小时，含排队、乘船时间，海上娱乐项目敬请自理）素有“中国马尔代夫”之称的国家5A级景区，这里水清沙白、碧波绿岸，海岸线蜿蜒绵长，海水最高能见度达27米，是放逐心灵的世外桃源，岛上绮丽的自然风光将给您带来美丽感受；（当天午餐岛上自理）。◆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：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 三亚 |
| **D8** |
| **行程详情** | **三亚一地**◆【亚龙湾玫瑰谷-赠送电瓶车】以"玫瑰之约，浪漫三亚"为主题，以五彩缤纷的玫瑰花为载体，集玫瑰种植、玫瑰文化展示、旅游休闲度假于一体的亚洲规模最大的玫瑰谷（不少于90分钟）。◆【亚龙湾沙滩】（不少于120分钟），游览天下第一湾、是海南最南端的一个半月形海湾，全长约7.5公里，是海南名景之一。亚龙湾沙滩绵延7公里且平缓宽阔，浅海区宽达45-60米。沙粒洁白细软，海水澄澈晶莹，而且蔚蓝。能见度7-9米。海底世界资源丰富，有珊瑚礁、各种热带鱼、名贵贝类等。年平均气温25.5°C，海水温度22-25.1°C，终年可游泳，被誉为“天下第一湾”。◆前往“每个中国人心中的梦”【天涯海角】4A级旅游景区，领略椰风树影、碧海蓝天的山、海、石奇观，感受历代文人墨客的“天涯梦，海角情”。徜徉在情美天涯的神秘中（不少于90分钟）。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 三亚 |
| **D9** |
| **行程详情** | **海口**◆ 【南山文化旅游区】国家5A景区（游览时间120分钟）：是一座展示中国佛教传统文化的大型园区，南山历来被称为吉祥 福泽之地，站在南山寺前的观海平台远眺，这时你会感受到"忽闻海上有仙山，山在虚无缥缈间"的诗意。瞻仰全球最高海上塑像----108米的海上观音圣像；漫步椰林海岸海天佛国，感受海景园林之美。（不少于150分钟）午餐：南山素食/面◆【大小洞天】集奇特秀丽的海景、山景、石景与洞景于一体，被誉为“琼崖八百年第一山水名胜”的5A级景区； 在这里，无需出国门就可打卡NEW网红圣地，体验神圣的“天空之门”，轻松拍出质感唯美的穿越时空照，或与家人朋友来一场“彩虹滑道（费用自理）”竞速比拼，面朝大海，冲刺而下，精彩刺激！（不少于90分钟）。交通：旅游大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 海口 |
| **D10** |
| **行程详情** | **海口-兰州**早餐后：根据航班时间(中午12点钟退房)自由安排活动 ,按照约定时间，酒店集中，送海口/出发地航班，结束愉快旅程！在海南旅游过程中，旅行社不允许游客在没有保障自身安全的前提下擅自下海游泳，否则安全自负。● 温馨提示：行程、景点、用餐、游览顺序、游览时间仅提供参考，具体视天气及游客实际游览情况而定。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 旅游交通 地接指定委派空调旅游用车，确保每一游客一个正座。机场至酒店往返接送车, ,不需要等待。备注：一、21座以下车型均无行李箱；二、航班抵达前24小时以内取消合同的客人需收车位费和酒店损失费用。 三、4人以下用5座小车（含司机）。（不能指定车座，保证每人正座，由我社安排）。用餐标准 全程含7正9早。海南段：正餐30元/人/餐，特色餐：社会小炒、文昌鸡宴、南山素食/面，安排十人一桌。桂林段：正餐30元/人/餐，其中一餐自助餐或市民餐；一餐桂林米粉10元/人，10人一桌8菜1汤，如人数不足将酌情少菜量；若用餐人数不足6人，导游现退餐费；早餐在酒店为赠送，不占床无早餐。若自愿放弃用餐，不退费用）；导游服务 中文导游服务，公司已发放导游基础服务费。全程导游陪同客人游览。（8人以下司机兼导游）门 票 含景点大门票；不含景区内电瓶车、不含园中园小门票；赠送的项目为促销辅助品，不去不存在退款。天涯海角电瓶车30元，大小洞天电瓶车28元，(以上为景区交通，实际执行价格以运营商公布为准；夜间自费项目：夜游三亚湾198元起 或 红色娘子军演出260元 或 凤凰岭98元；1、期间地接社有可能会调整景点游览顺序 ，保证游览时间不变；2、海南各大小景区内均有商品售卖 ，景区内的购物店属于景区自身附属配套 ，属于景区自营商业行为不属于旅行社指定安排的购物店；3、因自然不可抗力或修路/堵车等因素导致无法前往行程景点游览 ，地接社会协商调整至相同类型/价格的景点或退费（升级、 赠送项不更换、不退费）；4、赠送景点或项目因时间或天气原因不能前往或自动放弃，按“不退费用”和“不更换景点”处理！购物标准 市民超市不算店、如景区内有旅游商品兜售，不属于旅行社行为。购物随客意！A开开心心旅游，快快乐乐体验、明明白白消费B绝不增加行程以外购物店：消费透明，畅行无忧C绝不更换行程所含景点：不可抗力因素除外：如台风、暴雨、国家政策，战争等D绝不压缩游览时间：保证足够的游览时间，深度享感受海岛风光，好好和大海亲密接触儿童费用 12岁以下儿童只含车位费、半正餐费；如儿童超高产出费用（早餐、半正餐以及门票超高自理），其他均不含在海南产生费用自理！友情提示：小孩如果超高，在海南现买门票和早餐价格比较高，请游客周知，建议出团前预定。 其 他 1、已含三亚调节基金，海南旅行社责任险（建议客人购买旅游意外险）。 |
| **费用不包含** | 1、不提供自然单间，产生单房差或加床费用自理。非免费餐饮费、电话、饮料、烟酒、付费电视、行李搬运等费用。2、自由活动期间交通费、餐费、等私人费用。3、行程中未提到的其它费用：如特殊门票、游船（轮）、景区内二道门票、观光车、电瓶车、缆车、索道、动车票等费用。4、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、门票等需客人另付！5、个人购物、娱乐等消费。6、因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用，及个人所产生的费用等。7、航空保险、旅游意外保险；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。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 含景点大门票；不含景区内电瓶车、不含园中园小门票；赠送的项目为促销辅助品，不去不存在退款。天涯海角电瓶车30元，大小洞天电瓶车28元，(以上为景区交通，实际执行价格以运营商公布为准；夜间自费项目：夜游三亚湾198元起 或 红色娘子军演出260元 或 凤凰岭98元；1、期间地接社有可能会调整景点游览顺序 ，保证游览时间不变；2、海南各大小景区内均有商品售卖 ，景区内的购物店属于景区自身附属配套 ，属于景区自营商业行为不属于旅行社指定安排的购物店；3、因自然不可抗力或修路/堵车等因素导致无法前往行程景点游览 ，地接社会协商调整至相同类型/价格的景点或退费（升级、 赠送项不更换、不退费）； |
| **温馨提示** | 1、全程使用空调旅游车，每人一个正座位，人数不足8人，提供导游兼司机服务。如有特别要求车辆，请提前说明，重新核价。旅游车到景点、餐厅期间客人统一下车，不在单独开车门给客人上车休息和开空调。贵重物品不能存放在车上。2、由于旅行社组织的是散客拼团线路，未成年人须有成人陪伴出游，残疾人、老年人、行动不便者建议有家人朋友照顾同行，体弱多病及孕妇不建议参团，否则由此造成的不便或问题，我社不承担责任。3、桂林酒店标准比内地偏低，请旅游者提前做好心理准备。如遇旺季（每年3月1日至10月15日之间及特殊节假日）酒店资源紧张或政府临时征用等特殊情况，造成行程中备选酒店客满，我社有权调整为同等级标准以上酒店。酒店的退房时间为中午的12:00，返程为晚班机的旅游者可把行李寄存在酒店前台后自由活动或自补房差开钟点房休息。4、行程中所含的餐食，早餐为酒店房含，不用不退。正餐按产品用餐标准操作，不含酒水。桂林用餐口味较辣，且普通团队餐厅菜式比较雷同。建议旅游者用餐可提前和导游沟通少辣，多辣。5、行程所含门票指进入景区的首道门票，不包括该景区内电瓶车或景区内其他另行付费景点门票。行程中所含的所有景点门票已按景点折扣门票核算，故客人持有军官证、残疾证、老年证等优惠证件及其他特殊身份人士，则无退还。如遇人力不可抗拒因素或政策性调整导致无法游览的景点，我社有权取消或更换为其它等价景点，赠送景点费用不退，并有权将景点及住宿顺序做相应调整；景区后括号内备注游玩时间为抵达景区开始到离开景区为止时间。2017年9月15日起政府实行道路交通管制，十里画廊内景点（遇龙河、图腾古道、漓水古越、蝴蝶泉、大榕树、月亮山、金水岩、等景点）需另购买换车费20元/人，如不购买换车费则无法游览管制内6、其中部分景区及酒店为方便旅游者有自设的商场及购物场所，并非我社安排的旅游购物店，此类投诉我社无法受理，敬请谅解；如在自由活动期间有购物需求，请自行前往；当地购物时请慎重考虑，把握好质量与价格，务必索要发票，当地特产有罗汉果、桂圆肉、桂花香水、桂林三宝（辣椒酱、豆腐乳、三花酒）、白果、桂花糕……请到正规大型超市购买，切忌到路边小店购买假冒伪劣产品。7、维权事宜注意：客人必须填写“游客意见书”，如果客人在意见单上填写“不满意”一栏后，可视为投诉范畴，并在意见单上填写投诉理由；恕不受理客人因虚填或不填意见书而产生的后续争议。请组团社在收客的时候告诉各位游客必须认真仔细填写，由此而造成的一切损失由客人自负。投诉问题在旅游目的地就地解决（决不把问题带回组团社），请组团社告知游客/领队/全陪，返程后我社不接收投诉！旅行社不受理因虚假填写或不填意见书而产生的后续争议和投诉；本公司对以上条款保留最终解释权。8、游客因自身原因需中途离团，须与地接接团导游签署书面《离团申请书》，并传真给报名组团社确认回传给地接社，经地接社确认后方可离团，离团后所有的安全责任客人自负。（注：若客人在未提出离团申请情况下私自离团，地接社有权向客人报名的组团社说明情况，双方同意解除旅游合同，离团后所有的安全责任客人自负）；9、如遇天气、景区政策性调整及政府会议接待等原因不能正常游览的景点和餐宿，导游可与客人协商调整行程或旅行社按成本退还给游客；因人力不可抗拒造成的行程延误或变更增加的费用由客人自理，减少的费用旅行社退还。10、夜间或自由活动期间宜结伴同行并告知导游，记好导游手机号备用，注意人身和财物安全，贵重物品可寄存在酒店前台保险柜。11.特别提示：岛屿类（蜈支洲岛、分界洲岛、西岛等）景区规定60岁以上及行动不便游客（包括孕妇）需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，景区不予接待，请慎重选择。12.产品为打包价格，持有军官证、导游证、老年证、残疾证、学生证等的游客无额外优惠；如因游客个人原因放弃行程中包含的任何项目，费用均无法退还，也不做任何等值兑换。13.行程中部分景区或酒店内设有购物商店，属于自行商业行为，并非我社安排的旅游购物店，此类投诉我社无法受理，敬请谅解；如需参加另行付费的旅游项目，需和地接社协商一致并在海南当地补签相关自愿合同或证明，敬请广大游客理性消费。14.完成行程包含的景点游览后的时间，均属于游客的“自由活动”时间。自由活动期间，游客需注意财产及人身安全，安全责任由当事游客自行负责。游客若在旅游途中擅自离团，与旅行社的旅游服务关系自动解除，未产生的费用无法退还，离团后所有的安全责任游客自负。夜间或自由活动期间宜结伴同行并告知导游，记好导游手机号备用，注意人身和财物安全。贵重物品可寄存在酒店前台保险柜，下榻的酒店的名称位置也要记牢，不要随便相信陌生人，特别是三轮摩托车、街头发小广告者，天下没有免费的午餐。15.海南娱乐活动丰富，潜水、拖伞、香蕉船、美味的海鲜餐等；除了我们行程中包含的景点外，您在自由活动休息的时候也可以自行参加另付费娱乐项目（价格请参考上页自费项目表和挂牌价）。并提前告知，由导游根据最佳时间进行合理安排，不给旅游留下遗憾。16.因本线路较为特色，如当日参团人数不足10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）；为了控制成本，也为了让利于尊贵的您，此产品会与同系列产品联合发团，如有异议，请慎重选择！敬请理解，非常感谢。17.请配合导游如实填写当地《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。不填或虚填者归来后的投诉将不予受理，如在行程进行中对旅行社的服务标准有异议，请尽量在海南当地解决。如在旅游期间在当地解决不了，可在当地备案，提醒：旅游投诉时效为返回出发地起30天内有效。18.部分图片来自网络，如有侵权，请告知删除 |
| **退改规则** | 机票已出 不能退改！ |
| **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。                                              客人（签字)：                     日期：   年   月   日              |