**散拼-【华东】全景古徽州双卧8日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | AH17103927382T | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 合肥市 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 以实际出票时间为准 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **兰州-合肥**根据合同日期出发，乘火车赴合肥，沿途欣赏祖国大好河山！参考车次：K306 20:50-21:54（+1天）K1042 23:42-22:41（+1天）具体车次以实际出票为准！交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 火车硬卧 |
| **D2** |
| **行程详情** | **合肥**抵达合肥，接站入住酒店。温馨提示：散客参团，由于抵达的时间和港口不同，有火车/高铁/飞机，导游会根据具体时间合理安排接站，会出现等待的时间，请您理解并配合导游的安排；交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 合肥 |
| **D3** |
| **行程详情** | **合肥-宏村**接团后，车赴游览江淮商埠、皖中水乡-【三河古镇】（游览时间约为1小时，不含三河古镇景区内小景点门票）；有安徽的周庄之称；因丰乐河、杭埠河、小南河三条河流贯穿其间而得名，踞今已有2500多年的历史；三河镇以水乡古镇为特色，荟萃了丰富的人文观景，形成了江淮地区独有的“八古”景观，即古河、古桥、古圩、古街、古居、古茶楼和古战场。历史上既是兵家必争之地，又是商家云集之地；自行品尝当地特色小吃；◆ 后前往世界文化遗产地“中国画里的乡村”--【宏村】，赏南湖秀色，游览“民间故宫”的承志堂，敬修堂、平滑似镜的月沼和碧波荡漾的南湖，感受徽派古民居青瓦白墙，徽州文化的博大精深。后入住宏村特色客栈；◆ 后入住宏村特色客栈；交通：旅游大巴景点：【三河古镇】 【宏村】 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 黟县县城或宏村外特色客栈 |
| **D4** |
| **行程详情** | **黄山风景区**早餐后，车至黄山景区换乘中心换乘景区BUS赴世界文化与自然遗产—【黄山风景区】（车程约30分钟，景区交通车往返38元/人自理），步行或索道（玉屏缆车90元/人自理）上山，游览玉屏楼、迎客松、远眺天都峰、百步云梯、天海、光明顶、远眺飞来石、始信峰、白鹅岭等（每个景点根据导游的安排，游览时间约5-6小时）。步行或索道（云谷缆车80元/人自理）下山；◆ 后车赴淳安，【品尝千岛湖鱼头宴】，入住酒店休息；交通：旅游大巴景点：【黄山风景区】 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 千岛湖湖景房 |
| **D5** |
| **行程详情** | **千岛湖**早餐后，车赴淳安码头，游览中国最大的水上公园、天下第一秀水—◆ 【千岛湖】（门票已含，游船费用65元客人自理）（游览时间3-4个小时），码头乘船至千岛湖中心湖区、欣赏两岸湖光山色、山水画廊，青山绿水、清风习习、水天一色，乘船漫游其中，其乐无穷，登中心湖区3—4个岛屿；◆【梅峰岛，约1小时】，梅峰岛位于中心湖区西端的状元半岛上，是千岛湖诸岛中登高揽胜的好地方，也是千岛湖风景区人气很高的岛屿之一。登上梅峰观景台，一座座小岛像抹茶蛋糕一般漂浮在湖面上，是千岛湖的标志景观，有“梅峰揽胜”之名。正如有句话说“不上梅峰观群岛，不识千岛真面目‘’。◆【渔乐岛】原名鸵鸟岛，位于千岛湖中心湖区，目前建有中心湖区接待服务设施，集餐饮娱乐、水上运动、休闲观光为一体，主要是餐饮服务中心。岛上有千岛湖水上大舞台，主要演艺九姓渔民水上婚礼，展现水上渔民的生活情趣。水上大世界是千岛湖目前最大的水上乐园，可以乘摩托艇、水上自行车、快艇等等。◆【龙山岛或月光岛】龙山岛是千岛湖中心湖区大的岛屿，以人文景点为主，岛上建有海瑞词、石峡书院、半亩方塘、钟楼等。从东码头上岛后能看一个宽大的台阶通向山顶，前端是一座牌坊，上有“龙山”两字，据说此牌坊原系南宋年间淳安人方逢辰高中状元后皇上所赐。在牌坊前面，有三级平台，每级平台分别矗立着两根粗大的龙柱，共六根。再往东面，看入眼的一座古建筑就是海瑞祠了。明嘉靖年间，海瑞任职期满调离淳安，淳安百姓为纪念他勤政清政的业绩而立“去思碑”，建生祠以示纪念。月光岛是千岛湖中心湖区一个具有诗意浪漫和独特韵味的景点，五岛相拥，由情园、逸园、系园、心园、梦园组成，以锁文化为主体的情园展示了大量奇珍异宝，同时集豪华休闲园区、婚纱摄影基地、状元博物馆等于一身，游客在此既可临湖品茶，也可品尝到千岛湖地方特色风味小吃，还可参观中西方婚礼用品的展示。◆ 品尝特色【黄梅戏宴】，边听黄梅戏，边品尝特色徽菜；入住酒店休息；交通：旅游大巴景点：【千岛湖】 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 黄山市区酒店 |
| **D6** |
| **行程详情** | **篁岭》屯溪老街》黎阳水街**早餐后，前往【谢裕大茶博物馆】国家AAAA级旅游景区，游览【网红打卡点千亩茶园】，馆内藏千余件徽州传统制茶机具和历代茶器具及各类有关徽茶的文史资料，制作工艺展示、茶道表演、品茗为一体的，以宣传徽州文化和徽州茶文化为主题的文化馆藏，更是黄山毛峰和中国茶文化传播的重要载体。免费品尝最正宗的黄山毛峰茶，感受徽州人热情好客之道！◆ 后车赴中国最美的乡村——【婺源篁岭】（车约1.5小时）。游览【梯云人家·梦幻田园—篁岭】（门票已含，不去不退，缆车 150元/人自理，缆车是上山唯一通道必须购买，不乘坐无法游览,花期根据当地气候情况盛开。）村落群山环抱，房屋鳞次栉比，千亩梯田层层叠叠，环绕山间。篁岭处处闪烁着民俗风情的亮点，这里有一幅缩写版流动的“清明上河图”，近三百米的“天街”古巷两旁徽式建筑，古趣盎然，天街自行品尝当地特色小吃。村口还有80多株数百年的树龄的红豆杉，林中还隐着方竹、观音竹、香榧树等，遮天蔽日，蔚为壮观；◆ 游览活动着的清明上河图--【屯溪老街】。屯溪老街坐落在黄山市中心地段，距今已有数百年历史◆ 后游览黄山首个时尚、休闲情景式商业步行街--【黎阳水街】,被誉为“徽州的丽江古城”，与屯溪老街仅一桥之隔，风格极具徽派特色，古朴典雅，又不失现代时尚的商业特色，和屯溪老街的传统商业相互依托，形成优势互补。行走在黎阳古色古香的小巷间，沉淀千年的古朴气息扑面而来，古建筑、古街道、古码头，一切古色古香。品尝【臭鳜鱼、毛豆腐宴】；后入住酒店休息；交通：旅游大巴景点：【谢裕大茶博物馆】 【婺源篁岭】 【屯溪老街】 【黎阳水街】 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 黄山市区酒店 |
| **D7** |
| **行程详情** | **九华山大愿文化园--合肥-兰州**早餐后，车赴参观【九华山大愿文化园—地藏圣像景区】（自由活动，约90分钟）（自愿自理：景区代步观光电瓶车30元/人）位于九华山风景区北麓柯村，分为地藏菩萨铜像、内外明堂广场、佛文化展示中心、佛学院、普济院、小西天景区等部分。大铜像“厚重庄严、和谐慈祥、神形兼备”，蕴含“九九归一、修成正果”的深层意境。地藏王圣像高99米；佛光池直径99米；地藏宫进深99米；九子袈裟直径99米，且内置9块石头，寓意九华山99座山峰。地藏王圣像景区是礼佛朝拜、养生修禅、静心休闲、观光旅游的人间乐土。◆ 景区主要景点：99米高地藏菩萨铜像、【弘愿堂，自愿自理：60元/人】、佛光池、净土莲花、拜谒通道、拜台广场等。后车赴合肥火车站，适时送火车，返回兰州，结束行程！温馨提示：由于返程的时间和港口不同，有火车/高铁/飞机，导游会根据具体时间合理安排送站，会出现等待的交通：旅游大巴+火车景点：【九华山大愿文化园—地藏圣像景区】 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 火车硬卧 |
| **D8** |
| **行程详情** | **兰州**抵达兰州，结束行程！交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 自理 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1、景点：行程中景点首道大门票；2、用车：当地为旅游大巴车，车型根据此团游客人数而定，保证每人一个正座；3、住宿：入住三晚市区四星级(未挂星)酒店、一晚黟县县城酒店或宏村外特色客栈、升级1晚千岛湖湖景房、全程单房差480元/人；4、用餐：全程供餐5早6正餐；早餐酒店用餐，正餐十人一桌，九菜一汤，不含酒水；5、导游：当地优秀导游服务、讲解，客人自由行期间不安排导游陪同。6、大交通：兰州=合肥往返火车硬卧 |
| **费用不包含** | 儿童操作：不含门票与床位，早餐按床位含1、自由活动期间交通费、餐费、等私人费用；2、不提供自然单间，产生单房差或加床费用自理。酒店非免费餐饮费、洗衣、理发、电话、饮料、烟酒、付费电视、行李搬运等费用；3、行程中未提到的其它费用：如特殊门票、游船（轮）、缆车、景区内电瓶车、动车票等费用；4、酒店内儿童早餐费用及儿童报价以外产生的其他费用需游客自理； 5、购物场所内消费；6、不含航空保险，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；7、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； |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | ①往返机票：往返机票为团队折扣机票，不能签转、退换、更改，请组团社务必仔细核对游客的姓名及身份证号，并通知游客登机时务必带好身份证原件，16岁以下儿童带好户口本原件需提供出生年月日，满16周岁须携带身份证登机。检查客人身份证是否过期。②住宿问题：因入住宾馆登记需要，所有游客须带好身份证等有效证件；儿童需要携带户口簿原件；旺季住宿可能离市区较远。③退费问题：此团费为提前付费采购的团队优惠价，游客因有优免证件或个人原因临时自愿放弃游览，所有费用不退。如因不可抗力因素导致景点游览不了，由旅行社调换其它同等景点或按旅行社采购价退费。④行程调整：以上行程根据实际情况安排，我社有权根据实际情况合理调整住宿顺序及景点时间，但决不会出现减少景点，降低标准的情况。⑤赠送项目（景点）：如遇人力不可抗拒因素无法履行的，本社有权更改成其它景点或取消，但不做任何退款处理，敬请游客谅解。⑥不可抗力：旅游过程中如遇自然原因和社会原因等不可抗力事件而导致行程无法游览时，我社协助调整，但不承担由此造成的损失。游客必须配合旅行社的安排，控制损失，不得无故将损失扩大。因游客自身原因或人力不可抗拒因素造成行程的费用增加由游客自理。⑦脱团问题：请游客遵守该旅游行程，妥善保管有效证件和随身物品（尤其是贵重物品，如现金、金银珠宝等），注意安全。如果游客中途脱团，必须向导游做事先书面说明，脱团过程中一切责任和费用由游客自行负责。⑧行程最后一天：酒店中午11点前为退房时限，如需延住，请自行与酒店前台协商。 |
| **温馨提示** | 、有效身份证件：游客出发时必须携带有效身份证件，参加国内旅游时须携带有效期内的身份证，出境游须带齐护照或通行证原件。如因个人原因没有带有效身份证件造成无法办理入住手续造成的损失，游客自行承担责任;2、健康说明：因个人既有病史和身体残障在旅游行程中引起的疾病进一步发作和伤亡，旅行社不承担任何责任，现有的保险公司责任险和意外险条款中，此种情况也列入保险公司的免赔范围。个人有精神疾病和无行为控制能力的不能报名参团。3、安全防范：旅行社的导游人员和其他工作人员无法为游客提供一对一的服务，旅行社工作人员在接待游客报名时已经充分告知本行程中的注意事项和对游客身体健康的要求，旅游活动中游客必须注意自身安全和随行未成年人的安全，保管好个人财务，贵重物品随身携带。4、未成年人保护（夏令营除外）：旅行社不接受未满十八周岁、不具备完全民事行为能力的未成年人单独参团。未成年人必须有成年人陪伴方可参团，一起报名参团的成人即为其参团过程中的监护人，有责任和义务做好未成年人的安全防范工作。5、旅游保险说明：旅行社已经购买旅行社责任险，建议游客购买旅游人身伤害意外险，为自己提供全方位的保障。旅行社责任险是旅行社投保，投保人及受益人均为旅行社，6、行程内时间仅供参考，具体以实际车次为准!行程先后顺序在实际游览中可能会调整，但景点不减少。7、行程中发生的纠纷，旅游法规定旅游者不得以拒绝登(下)机(车、船)、入住酒店等行为拖延行程或者脱团，否则，除承担给组团旅行社造成的实际损失外，还要承担旅游费用20-30%的违约金。8、接质量以当团大多数客人意见单为凭证，请您认真填写，如在当地填写意见单时未注明投诉意见，返程后我社不再接受投诉；因自身原因，中途退团、项目未参加，费用不退还，赠送项目不退费用；未用正餐按实际未用正餐数退还游客；10以上城市之间行程及景点时间有可能互调，但不减少景点；因不可抗因素造成无法游览，只负责退还本社的优惠门票，不承担由此造成的损失和责任；行程中景点之间的选择权均在公司，不根据游客个人意见安排景点；11、持有军官证、残疾证、老年证等证件的游客在所有景点出示相关证件后产生免票的，仅退还行程中所含景点旅行社折扣价，由导游现退给客人。如出现单男单女请补交房差或由地接社安排三人间或加床拼住，不提供自然单间。提前入住或延住客人我公司可代订房，房费为160元/间（不含早），客人报名人数系单数，我社尽量安排拼住。如无法协调，需由客人承担产生的单房差，客人延住不送站； |
| **退改规则** | ①往返机票：往返机票为团队折扣机票，不能签转、退换、更改，请组团社务必仔细核对游客的姓名及身份证号，并通知游客登机时务必带好身份证原件，16岁以下儿童带好户口本原件需提供出生年月日，满16周岁须携带身份证登机。检查客人身份证是否过期。②住宿问题：因入住宾馆登记需要，所有游客须带好身份证等有效证件；儿童需要携带户口簿原件；旺季住宿可能离市区较远。③退费问题：此团费为提前付费采购的团队优惠价，游客因有优免证件或个人原因临时自愿放弃游览，所有费用不退。如因不可抗力因素导致景点游览不了，由旅行社调换其它同等景点或按旅行社采购价退费。④行程调整：以上行程根据实际情况安排，我社有权根据实际情况合理调整住宿顺序及景点时间，但决不会出现减少景点，降低标准的情况。⑤赠送项目（景点）：如遇人力不可抗拒因素无法履行的，本社有权更改成其它景点或取消，但不做任何退款处理，敬请游客谅解。⑥不可抗力：旅游过程中如遇自然原因和社会原因等不可抗力事件而导致行程无法游览时，我社协助调整，但不承担由此造成的损失。游客必须配合旅行社的安排，控制损失，不得无故将损失扩大。因游客自身原因或人力不可抗拒因素造成行程的费用增加由游客自理。⑦脱团问题：请游客遵守该旅游行程，妥善保管有效证件和随身物品（尤其是贵重物品，如现金、金银珠宝等），注意安全。如果游客中途脱团，必须向导游做事先书面说明，脱团过程中一切责任和费用由游客自行负责。⑧行程最后一天：酒店中午11点前为退房时限，如需延住，请自行与酒店前台协商。 |
| **保险信息** | 甘丝路总部购买 |
| **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              |