**［东北］ 吉林 辽宁【冬游记】双飞6日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SS1730512824AB | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 吉林省-长春市 |
| **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** | 全程0购物 | | | | |
| **产品介绍** | 吉林雾凇万科滑雪长白山天池温泉、雾凇漂流镜泊湖冰瀑中国雪乡冰雪大世界 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州-长春/吉林市**  各地-长春龙嘉机场-吉林市（晚宿吉林；全天不含餐）接站安排：24小时免费提供机场和吉林市火车站到下榻宾馆的接站服务。接机方式：安排客人乘坐小车或大巴车（约1.5小时）前往吉林市，直接送入酒店。（存在拼车情况，等待时间不超过60分钟）。温馨提示：导游或工作人员，会于出游前1天18:00-20:00，通过电话或者短信告知客人接机或接站信息，请保持电话畅通。入住酒店：抵达酒店后前台凭有效身份证件领取房卡，自行缴纳押金，退房时退还。可根据自身情况购置棉服（手套、棉帽、雪地靴）以适应东北的气候。东北室外温度在零下20-30度，一定要做好防寒措施，最容易冻伤的部位是耳朵、手、脚。赠送：“东北大澡堂”体验东北澡堂洗浴文化（仅限占床位客人，不去不退费 23点以后抵达到酒店客人无法体验敬请谅解）东北澡堂发展到现在，大概已经无人不知了“去东北搓一次澡，我的身体都被抛光了”在吉林洗澡不仅仅是身体上的抛光，更是吃喝玩乐全方位地享受，趁着阳气升发，吉吉挑选了比较有代表性的澡堂，下面就跟着吉吉，一起全方位体验，吉林特有的澡堂文化~交通：飞机景点：无购物点：无自费项：无 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 吉林 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **吉林-二道白河**  早餐后，乘车前往【雾凇长廊】（游览时间约30分钟）观赏气象奇景—吉林雾凇，此地位于吉林市丰满区吉丰东路，阿什哈达摩崖石刻旁，是吉林雾凇较佳的观赏点。后乘车前往【万科松花湖度假区】由万科集团投资开发，规划用地20平方公里，集滑雪度假、户外运动、餐饮住宿、会展购物、度假地产等功能一体，计划用三个阶段逐步完成，打造中国北方具吸引力的度假胜地。【松花湖滑雪场】现有28条优质雪道，滑雪面积达151万㎡，935米海拔，山体落差605米。雪场初中高级雪道分布均匀，组合千变万化，不同等级的滑雪者互不干扰。针对国内较多的初级滑雪者，特将初中高级雪道比例设为4:4:2。乘坐缆车赴吉林ONE， 从海拔935米的大青山顶，俯瞰吉林市区全景及松花湖。穿好装备，一起来体验惊险刺激的——万科滑雪。（包含雪板、雪杖、雪鞋以及3小时的初级雪道滑雪和索道观光票）。1、包含雪板、雪杖、雪鞋、3小时初级雪道滑雪、索道观光票往返一次，其他费用敬请自理；2、由于受气候、造雪量等方面条件制约，部分娱乐项目可能会稍有调整，具体项目以万科度假区开放为准。3、雪场规定必须带头盔进入雪场，租赁头盔费用为30元/人，费用自理。（备注每年万科雪场11月11日前后开放 如天气原因不开放改为亚布力滑雪）午餐已含：【乌拉火锅】 餐标30元/位。牛肉2盘、羊肉2盘，茼蒿1盘，大白菜1盘，干豆腐冻豆腐1盘，酸菜1盘，油菜1盘，黄花菜1盘，米饭乌拉满族火锅是东北地区流传已久的传统美食，因兴盛于吉林乌拉城而得名。吉林乌拉是满语音译，据《吉林通志》记载：“吉林谓沿，乌拉谓江。冬季来到美丽的吉林市，有“一观一品”之说，“一观”即欣赏天下奇观雾凇美景，“一品”就是品尝美味的乌拉满族火锅。午餐后，前往长白山脚下著名小镇——二道白河镇。晚餐后，入住酒店。晚餐已含：【山珍宴】餐标30元/位。赠送长白山温泉（酒店温泉，仅限占床位客人，不去不退费）长白山温泉有“神水”之称，含有大量硫化氢和多种微量元素，晚餐后悠闲的泡在热气腾腾的温泉池里，看着室外飘落的雪花 ，洗去您一日舟车劳顿，美美的睡上一觉，准备明日的奇妙之旅。 温馨提示：温泉为赠送项目，如遇特殊原因，无法体验，无退费，不转增其他景点和体验项目，敬请谅解交通：汽车景点：雾凇长廊 万科松花湖度假区 松花湖滑雪场购物点：无 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 长白山 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **长白山-敦化**  早餐后，赠送网红打卡必去 【雾凇漂流】（游览时间约40分钟 赠送景点不去不退）体验冬季漂流 欣赏雾凇美景。"魔界"的水系是长白山天池流泻而下的温泉水，常年不结冰，每到冬季，当气温达零下20摄氏度时，雾气蒸腾，出现雾凇和树挂，氤氲缭绕、天人一体、旖旎景色如仙境，仿佛到了原始社会的远古世界，摄影人称这里为"魔界"。乘车赴国家5A级景区【长白山国家级自然保护区】（游览时间约4.5小时 门票：105元/人已含，景区交通车：环保车85元/人自理+环线车35元/人自理+倒站车80元/人自理）。根据天气情况乘坐景区倒站车登东北第一高峰—松花江、鸭绿江、图们江三江之源—亚洲最大的火山口湖—【长白山天池】、游览【长白瀑布】、【小天池】、【绿渊潭景区】、【聚龙温泉群】。下山后游览【长白山东北虎园】（游览时间约15-20分钟 赠送景点），近距离观赏东北虎的风采，让您大开眼界，感受虎虎生威的神采。后游览【长白山百花谷朝鲜族古村落】（游览时间约1小时 赠送景点）纯朝鲜族居住村，村子坐落在山间开阔地，建有一幢幢具有民族建筑风格的房屋，来到这里您可以领略到朝鲜族传统的乡土情。跟随朝鲜族讲解员参观朝鲜族百年民居、了解长白山脚下的朝鲜族民俗文化，参观民俗博物馆，拜访当地纯正的朝鲜族人家。赠送【朝服换装美拍】，在民俗村做一次“朝鲜在逃公主”，换装朝鲜服饰，随手一拍都是韩剧女主角，刷爆你的朋友圏（每人限穿一套服装，自行拍摄）。民俗村赠送项目包含：1. 感受天地大将军守护神，了解朝鲜族民风民俗，学习朝鲜族日常用语。2. 互动体验朝鲜族石头爷爷的守护神文化。3. 参观朝鲜族古建筑非物质文化遗产博物馆，了解中国朝鲜族历史及民俗文化。4. 参观辣白菜，打糕博物馆，可品尝了解朝鲜族饮食文化。5. 听朝鲜族姑娘讲述长白山第一泉“药水泉”的神秘故事。6. 参观五德泉，并学习五德文化。7. 体验既刺激又浪漫的朝鲜族体育项目，秋千，跳板。8. 参观朝鲜族人家，了解朝鲜族生活起居文化，感受火热的朝鲜族大炕。晚餐：【朝鲜族歌舞表演餐】(已含，餐标50元/人)特色江米鸡、清蒸虎斑鱼、肉炒山木耳、小炒黄牛肉、外婆杂粮包、香甜玉米粒、朝鲜族打糕米肠拼盘、滑溜肉片、朝鲜族辣白菜、五彩糯米枣、宫保鸡丁、人参鸡汤、米饭不限后乘车前往敦化市入住。交通：汽车景点：雾凇漂流 长白山国家级自然保护区 长白山东北虎园 长白山百花谷朝鲜族古村落购物点：无 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 敦化 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **敦化-镜泊湖-雪乡**  早餐后前往 【镜泊湖风景区】（游览时间约1.5小时 含景区大门票，小交通30元/人敬请自理。）镜高山堰塞湖，是由于万年前火山喷发而形成的。相传很久很久以前，牡丹江畔住着一个美丽善良的红罗女。她有一面宝镜。哪里的人们有苦难，她只要用宝镜一照，便可以消灾弭祸。这件事传到了天庭，引起了王母娘娘的忌妒，她派天神盗走了宝镜。红罗女上天索取，发生了争执，宝镜从天上掉了下来，就变成了镜泊湖。[中国三大瀑布之一---镜泊湖吊水楼瀑布]冰瀑之下的黑龙潭一池碧水、常年不冻、流淌依旧，周围的树林挂满了雾凇，白茫茫一片、绵延数里，而此时的吊水楼瀑布，因冰冻而形成了落差达15米、幅宽达300余米的大冰瀑。冰瀑晶莹剔透，冰棱交错。“千树万树梨花开”的美景是大自然留给我们最纯净的礼物。后乘车【中国雪乡】（门票已含），雪乡原名双峰林场，雪期长、降雪频繁，积雪期长达7个月，从每年10月至次年5月，积雪连绵，年平均积雪厚度达2米，雪量堪称中国之最，且雪质好，粘度高，素有“中国雪乡”的美誉。午餐已含：【东北农家菜】 餐标：30元/人。下午抵达雪乡景区；拿起相机，变身摄影家模式。雪花，雪人，雪蘑菇，雪大街，雪房子……雪的世界里如梦似幻！漫步于雪乡最具特色的大街——【雪韵大街】，观赏积雪从房檐悬挂到地面形成的独特“雪帘”；可进行戏雪活动，打雪仗、堆雪人；雪乡处处是美景，您可以尽情的进行摄影创作，将雪乡的美摄入您的相机中，留下美好的回忆。雪韵大街（雪地857-东北大秧歌-千人篝火，远离城市的喧嚣、漫步在童话王国般的雪乡，体验冬雪漫林间的浪漫）雪韵大街是雪乡唯一的一条主干道，是雪乡最热闹的街道，这条不过500米长的街道两侧开着各种商店、旅馆，也能看到不少餐馆和摆在路边的小摊，雪乡游客中心以及人气景点梦幻家园也坐落在这条街上。漫步在雪韵大街，欣赏雪乡乡亲们表演的正宗的【东北大秧歌】 ，沿着队伍前行，来到中国雪乡石碑广场，这里会燃起熊熊的【千人篝火晚会】 ,每年都有不少兴奋地游客上演“疯狂赤裸篝火”温馨提示：扭秧歌，篝火晚会均由景区统一组织，如遇天气等情况，存在调整时间和取消的可能，敬请理解！【雪乡定点旅拍 Volg】（拍摄时间 5 分钟左右 赠送景点）精心为大家准备了定点旅拍，将我们定格在冰雪的景色中，感受大自然的神奇。晚餐已含：【雪乡年夜饭】 餐标30元/人。交通：汽车景点：镜泊湖风景区 中国雪乡 雪韵大街购物点：无 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 雪乡 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **雪乡-亚布力-哈尔滨**  早餐后，雪乡自由活动 ，后乘车赴亚布力，途中观赏沿途雪景，提示您雪乡美景都集中在距离雪乡20公里处。抵达亚布力，参观亚布力最有东北民俗的【孔雀园】（赠送景点）欣赏在冰雪之上不一样的孔雀！午餐【亚布力杀猪菜】 已含 餐标30元/人参考菜单：传统杀猪菜、小鸡炖粉条、红烧鲤鱼、雪菜炖豆腐、孜然笨猪肉、辣爆猪脆骨、一品甘蓝、广式青菜、葱烧木耳、熏酱拼盘、紫菜蛋花汤下午乘车前往冰城哈尔滨当日推荐自费活动：推荐三：冰雪画廊+戏雪乐园 约90分钟 260元/人 大自然塑造的画廊景观，两侧古木参天，银装素裹，随风雕琢，与物具形，又可观赏野生小动物，置身其间，玩雪赏雪摄影，心身俱爽，其乐融融，如临童话世界，亦真亦幻，景色美不胜收。推荐四：马拉爬犁 约60分钟 150元/人马拉爬犁也称马拉雪橇是冬季东北农村常见的交通工具，坐上马拉雪橇，进入林海雪原，体验真正的东北原始交通工具，感受地道东北人的生活。抵达哈尔滨后自由活动 抵达哈尔滨之后 游览【哈尔滨冰雪大世界】（游览时间约2小时 12.16日团期开始含门票 冰雪大世界每年12月24左右开放） 集合冰雪大世界每年冬季举行，汇天下冰雪艺术之精华、融世界冰雪游乐于一园，场面恢宏壮阔，被誉为“冰雪史诗画卷”。在这里可欣赏漂亮的冰雕、雪雕以及冰雪城堡，夜间在各色灯光渲染下的冰灯盛宴更是迷人，还可尽享各种雪地娱乐项目。交通：汽车景点：亚布力 孔雀园 哈尔滨冰雪大世界购物点：无 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 哈尔滨 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **哈尔滨-长春-送站-兰州**  早餐后开启我们的哈尔滨市游之旅。【哈尔滨老道外区中华巴洛克老街】（游览时间约30分钟 赠送景点）“中华巴洛克”建筑在哈尔滨、武汉、北京等许多城市有遗存，目前最大、最完整的中华巴洛克建筑群在哈尔滨道外区。【松花江铁路桥】（游览时间约10分钟 赠送景点）网红--松花江铁路桥位于松花江畔斯大林公园东侧，它不仅是松花江上较早的铁路大桥，也是哈尔滨有名的跨江大桥。现已退役的大桥虽然不再有火车呼啸而驰的震撼场景，但大桥的身影在夕阳之下显得格外迷人。滨州铁路大桥自1901年落成至今，已经伴随哈尔滨走过了一百多年，很多人都亲切地称呼它“老江桥”。在东方卫视播出的《极限挑战》第三季中，“极限男人帮”来到了北国冰城哈尔滨，在哈尔滨的寒夜，他们走过了一段并不算长的“时光之桥”；让我们也走一走这时光之桥，见证哈尔滨的一百年。【哈尔滨中央大街】（游览约30分钟 赠送景点） 览异国风情的百年老街特色的商铺，特色的小吃，印象深刻的是街边卖啤酒的小车。建筑保存的特别完好，含括了欧洲具有魅力的近300年文化发展史，是哈尔滨非常繁华的商业街。游览【圣·索菲亚大教堂】【斯大林公园】【防洪纪念塔】（游览时间约30分钟 赠送景点）。午餐 东方饺子王（餐标30元/人）东北有句老话—“上车的饺子，下车的面”，而且来哈尔滨，怎么能不吃顿饺子呢。参考菜单：三鲜水饺、角瓜鸡蛋、芹菜猪肉、白菜猪肉、酸菜猪肉、小菜（葱油白菜、土豆丝、海带丝、拌干豆腐丝）午餐后前往长春送机返程。交通：飞机景点：哈尔滨老道外区中华巴洛克老街 哈尔滨中央大街 斯大林公园 防洪纪念塔购物点：无 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 家 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 住宿标准 吉林市：戴斯温德姆、紫光华美达酒店、义德源大酒店二道白河（含温泉）：金水鹤温泉酒店 、御麓泉度假酒店、鑫达莱酒店、东沃大酒店、云水澜庭、观景温泉酒店、长白山大厦敦化市：金豪国际、金豪精品、泰格酒店、六鼎山文化酒店、同悦居黄金酒店、如家精选酒店（火车站店)雪乡:入住景区内民宿 4-6人间 独立卫浴火炕(4-6 人同性拼住)哈尔滨：傲雪四季酒店、臻图酒店、濠滨假日酒店、维景假日酒店、百祥假日宾馆、东龙酒店、福裕商务酒店、雪阅商旅酒店、凯里亚德酒店、丽呈东谷酒店、八荒通神酒店餐车服务 用餐：全程含5早7正餐 详细参考菜单。用车：1人1正座，全程用车每人含一个正座（婴儿也含座）。景区服务 门票：长白山大门、雪乡门票、镜泊湖大门、冰雪大世界门票（12.16日团期开始含，具体开放时间以官方通知为准）赠送景点：体验东北澡堂洗浴文化、长白山温泉、万科初级滑雪、雾凇漂流、长白山虎林园、长白山百花谷朝鲜族古村落、雪乡定点旅拍、孔雀园、松花江铁路桥、中央大街、中华老道外巴洛克、索菲亚教堂、斯大林公园、防洪纪念塔赠送景点不去不退费，特殊原因无法参观不退费用，儿童因不含门票请旅游者于景区售票处自购。景区交通 根据景区规定需乘坐以下小交通（无年龄优惠当地现付）长白山环保车85元/人+环线车35元/人+倒站车80元/人自理镜泊湖景区交通30元/人自理其他服务 导服：全程导游服务 接送站无导游，6人（含）以下司机兼向导。保险：我社已承保旅行社责任险，意外险请根据情况自愿购买。儿童价：儿童包含（万科滑雪门票、虎林园门票、雾凇漂流门票）其他门票自理、车位费、半餐、不含早餐（孩子雪乡占炕位） | | |
| **费用不包含** | 费用包含以外的其他费用 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 雪地摩托登峰 | 乘雪地摩托车赴大秃顶子山，感受高山盛雪风光，横跨雪原的刺激旅程 | 60 分钟 | ¥ 280.00 |
| 梦幻家园+二人转+雪上飘快乐大家转 | 梦幻家园位于雪韵大街旁，是一个单独收费的小型景区。这里可看到各种漂亮的“雪蘑菇”，是自然形成的雪塑造型，为雪乡的标志性景观。景区内建有观景台，可俯瞰园内景观，专程来拍摄雪蘑菇的游客可以进去看看。现在只有在梦幻家园里能看到大片保护完好的雪蘑菇，据说平时通过媒体看到的雪蘑菇都是在这里面拍摄的 | 90 分钟 | ¥ 298.00 |
| 冰雪画廊+戏雪乐园 | 大自然塑造的画廊景观，两侧古木参天，银装素裹，随风雕琢，与物具形，又可观赏野生小动物，置身其间，玩雪赏雪摄影，心身俱爽，其乐融融，如临童话世界，亦真亦幻，景色美不胜收 | 90 分钟 | ¥ 260.00 |
| 马拉爬犁60 | 马拉爬犁也称马拉雪橇是冬季东北农村常见的交通工具，坐上马拉雪橇，进入林海雪原，体验真正的东北原始交通工具，感受地道东北人的生活 |  | ¥ 150.00 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.东北昼夜温差大，当地流传：东北三大宝，人参鹿茸貂皮好；双峰三宝离不了，胶鞋雨衣大棉袄。 2.雪谷雪乡最佳拍摄季节为大年三十前后，家家户户红灯高悬充满浓郁的过年气氛，给洁净的雪色增添不少喜气。但缺点是游客多食宿困难。3.一定要关注环境，不要乱扔垃圾，还有就是不要看到大片平整的白雪地就想在上面撒野，这些雪地还要为成千上万相机和欣赏者服务的，请脚下留情。4.手机信号在此效果不理想。5.雪乡容易出现的疾病：冻伤、山里人各个都是治疗冻伤的专家不用怕。上火、这是睡火炕引发的，多吃水果，自备唇膏擦脸油，这很重要。6.推荐自费。7.哈尔滨冰雪大世界今年扩建规模较大或遇人力不可抗拒因素等客观原因未开放不能参观，门票现退300元/人 ，具体开放时间以官方通知为准。 |
| **温馨提示** | 着装建议：1.鞋子：冬季北方路有冰雪，路面比较滑，最好穿防滑雪地鞋，鞋里面必须垫面垫，切记不要穿单皮鞋，否则很容易将脚冻伤，高帮的登山鞋也非常实用.2.衣服：首先贴身穿一件长袖棉内衣，然后穿一件羊毛毛衣（高龄人士可再多穿一件毛衣），最后穿上羽绒冬衣（连帽子最好）。请注意：每件衣服不能过于肥大，已防空气侵入。3.裤子：滑雪裤是最佳选择,如没有滑雪裤就要求从里到外依次是棉内裤+厚羊毛裤+厚休闲裤。请注意：裤宜长不宜短，不可露出足踝部。4.手套：最好备两幅，一副薄的纺织手套一副，一副滑雪手套，因为可以防水。5.帽子：建议您穿用的羽绒冬装配有面帽，帽子最好是能够遮住耳朵的，毛线的很保暖又美观。6.围巾：外出参观时，口、鼻、脖子用围巾围起来，冷空气不会刺激到呼吸器官，便不会流鼻水。7.背包：建议使用登山包，不要带太好的，耗损太大，初级驴友用的背包就好。 保健常识：1.皮肤：每天出门前都要涂用一些护肤脂和润唇膏，护肤脂只用在脸上和手上即可。2.润喉：在寒冷干燥地区，常常会感到口渴，因此建议每人随身带一些润喉片，旅游途中服用。3.预防感冒：冬季，东北地区室内外温差较大，因此外出时要穿好外套，扣好扣子或拉上拉练，戴好帽子或系上围巾。进入房间或车内首先要把外衣打开，使寒气散放出来。在室外活动，出了汗也不可解开衣服或摘下帽子让冷风吹。如果觉得酒店房间较热，可开窗子冷却一下，但不宜过久开窗，而且睡觉时一定要关上，以免感冒。 安全常识：1.在冰面或雪地上行走时，要记住“走路不要高抬脚，小步滑行跌不倒，双手不要插衣袋，跌倒也不出意外”。 在积雪较厚的户外进行活动时，请一定听从领队的安排，不要擅自离队或到一些不清楚状况的区域拍照，以免发生意外；进行有一定风险的活动时（如：冰上项目、滑雪等)，一定要听从领队和教练的指导。如果因为不小心而造成局部伤冻，要敷上冻疮膏，而且有冻伤后不要用热水去敷，防止造成更深的创伤，条件允许的情况下，用28-40度接近体温的水复温，是最好的康复方法。2.小心保管好现金以及贵重物品，游览时最好不要带在身上大量的钱物，更不要配戴贵重的首饰，以免遗失。3.护照、现金、信用卡等贵重物品不可放在外套口袋里，要放在腰包或夹克衣袋里随身携带。 照相机的使用与保养：1.电池遇冷会降低效能，但恢复常温后会恢复效能，所以建议多带几只备用电池，放在外套里层的衣袋里保温。轮流交替使用。2.外出拍照时，照相机袋子要挂在脖子上，相机放在外衣里面保温，用完后马上放入怀里，这样相机便不会因寒冷失灵。3.从寒冷的室外进入室内，冷冻已久的相机上会泛出水珠，再到室外便会冻结内部零件，从而影响相机的寿命，最好的保护办法是准备一个结实的塑胶袋，在从室外进入室内之前将相机放入塑胶袋封闭后，放进挎包里再带入室内，二小时以后再打开，这样相机便不会泛出水珠来。 滑雪注意事项：1.检查雪具是否完整：雪鞋、雪板、雪杖,是否完整并配套。2.滑雪基本姿势：双膝微曲。眼自然平视远方而不要盯着自己的雪板尖看。重心向前而不要向后,小腿要向前用力压紧雪靴。双手握雪杖向前举起,双肘微曲。初学者不要把手套在杖柄的绳套内。3.应急措施：当滑雪摔倒时,最重要的是要收颔近胸以防后脑受击。其次是要放松肢体,僵直的身体更容易受伤。最后是不要硬撑,一旦失去重心,初学者不要试图重新取得控制,还是任由摔倒不易受伤。 摔倒爬起时建议初学者脱下雪板,站起后再装上雪板。记住站立时雪板要和雪道垂直。 建议在当地聘请专业的滑雪教练,既可以保证安全还可以尽快掌握滑雪技能。4.当不滑雪的时候,务必不要站在滑雪道上。5.滑雪时“最好轻装上阵”,贵重物品、现金、首饰、手机等最好不要带在身上。6.最好带隐形眼镜滑雪,外戴“滑雪镜”。 |
| **退改规则** | 以行程标注为准 |
| **签证信息** | 无 |
| **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 |