**2025暑期【青大北】单飞单卧12日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | QDB1749273643X | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 北京市-青岛市-烟台市-蓬莱市-威海市 |
| **行程天数** | 12 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | ★【纯净承诺】全程 0 购物 0 景交 0 必销 0套路 ，引领旅游新时尚 ，时间100%留给山海与热爱★【安心出行】五星东航往返 ，双点（青岛进大连出）进出 ，全程不走回头路7天跨两省， 海陆空全景收割！烟台轮渡船独家升级6人舱配备独立卫生间让您全程无忧！★【住宿无忧】 全程高标携程3钻酒店、 1晚品牌高标携程5钻酒店，一晚海边度假酒店 ，夜夜安眠充电！★【品质保障】此线路基于数万游客反馈精心设计 ，产品经理反复踩线 ，超高性价比！★【品质承诺】因为用心 ，坚持做好产品，做好服务 ，无坑无猫腻 ，行程通透如蔚蓝海天，做品质旅行的倡导者！★【品质服务】只安排人气热门网红景点 ，一次看够“ 岛屿+海洋+仙境”充足游玩 ，每个场 景自带爆款基因，快门一按轻松制霸朋友圈！★【服务理念】专业团队匠心打造 ，专注客户的体验度和满意度 ，我们不创造风景 ，只负责 让每一寸海天，都成为你记忆里的高光片段给您一次涤荡心灵的旅行！ | | | | |
| **产品介绍** | 五四广场——五月的风带着孩子的梦想翱翔这座以青年精神命名的滨海广场 ，既是青岛的现代心脏，也是打开百年城市密码的钥匙。当“五月的 风”红色雕塑旋入夜空 ，浮山湾畔的摩天楼群化作巨幕，这里便上演着中国最诗意的城市灯光交响诗。 5A刘公岛左手抚摸甲午战争博物馆的锈蚀铁锚 ，右手触摸被海浪雕琢的断崖。在这里，北洋水师的悲壮与翡翠色浪花的温柔 ，共谱出北纬37°最震撼的海岛二重奏。5A崂山仰口风景区｜海上仙山的终极打开方式一半是道家秘境 ，一半是绝壁海岸 ，青岛的“山海经”现实版.布鲁维斯号｜威海新晋现象级打卡地万吨级货轮以45°角斜插沙滩，锈蚀船体与碧蓝海水形成赛博朋克式对冲阴雨天雾气缭绕时 ，宛如 《加勒比 海盗》沉船湾现实版。大连圣亚海洋世界大连圣亚海洋世界坐落于浪漫的星海湾畔，是国内首座情景式海洋主题乐园，无论是亲子家庭还是情侣游客，都能在此开启一场奇幻的海洋科普与浪漫之旅！金石滩旅游风景区6亿年的地质课6亿年海蚀雕刻的露天博物馆，恐龙探海的惊世侧影，金石天成的东方造物神迹！故宫博物院世界上最大的皇家宫殿建筑群八达岭长城世界上最长的军事防御体系颐和园世界上最大的皇家园林天坛世界上最大的皇家祭祀建筑群天安门广场世界上最大的城市中心广场六大网红打卡圣地“冰丝带”国家速滑馆(双奥北京，闪耀五洲);北京网红新地标--北京坊。 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **兰州—青岛**  今日抵达青岛后由接机管家负责接机 ，并安排各位入住酒店休息。沿着海岸线长长的街道，看潮起潮落 ，听海风侧耳，心情与浪花相拥；一张船票畅游长山列岛，涂鸦黄海和渤海；何须滤镜，每一张都是天海精修大片！【温馨提示】入住酒店请提供本人有效身份证。注意检查酒店所配备的用品是否齐全，有无损坏，如有不全或破损，请立即向酒店服务员或导游报告。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 青岛 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **青岛---海阳**  早餐后游览【栈桥】栈桥建于清光绪年间（ 1892 年） 已有百年历史 ，栈桥曾是青岛早期的军事专 用人工码头，如今被视为青岛的象征。栈桥尽头的回澜阁，则是青岛近代历史的见证。栈桥湾海鸥翔集，人 与动物和谐相处 ，这是属于青岛人独有的“ 鸥遇”。【圣弥厄尔大教堂】外景+【波螺油子马路】教堂始建于 1932 年 ，圣光下仰头皆是灿 烂辉煌，玫瑰窗锥形塔尖，圣洁感拉满的教堂，哥特式和罗马式建筑风格的相容，那种不食烟火的氛围感油 然而生 ，这里是摄影爱好者的天堂！【第六海水浴场】毗邻铁路青岛站，又称“栈桥海水浴场”缱绻于六浴的海岸线是青岛最美的地方之一，既有栈桥这样闻名的景点，也有现代风格的高楼大厦。这些风情不一的元素随着大海的弯曲曼妙，丰富着城市的想像，丰盈着城市的格调。该浴场面积较小，可同时容纳上千游客戏水。沙滩的沙子大部分是新换的，沙质细软，尤其适合沙滩嬉戏、挖沙。车览万国建筑博览会--【八大关景区】 乘车游览八大关:被称为万国建筑博览园，云集众多百年德式欧式日式俄式建筑，一座城市的气韵一 定会有一个代表性的地方，八大关代表的是青岛的时尚和高贵（八大关附近不允许停车，只能车游）【五四广场】打卡新城地标广场 ，观看全国单体雕塑之最——“五月的风”。 奥帆中心奥运帆船比赛举办地，港湾中停满的帆船颇为壮观，也是欣赏日落的好地方，傍晚时分，夕阳洒在 帆船大海 ，背靠海堤合影 ，分分钟制霸朋友圈。。。游览青岛的象征【5A崂山仰口风景区】5A级景区，坐拥青岛最壮观的「山海相连」奇观山海一体：唯一能同时看海、 登山、 玩沙滩的崂山景区奇峰异石：狮子峰、寿字峰、觅天洞 ，感受大自然的鬼斧神工。趣味索道：开放 式吊椅缆车，脚下是松林与礁石，远眺碧海蓝天。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 海阳 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **海阳-威海**  【刘公岛景区】山海史诗·热血忠魂的时空对话（区间船票自理 票价31元/人）【东隅屏藩” 的绿野仙踪】黄海之滨 ，威海湾口，一座“不沉的战舰”静卧碧波之上！这里森林覆盖率超87% ，漫步刘公岛国家森林公园 ，古木参天、鸥鹭齐飞 ，海风裹挟松香拂面 ，恍若闯入“海上绿野仙踪”。【探秘深海·鲸馆奇遇】国内罕见的专题鲸类博物馆，直面巨型抹香鲸标本、触摸深海生物骨骼 ，沉浸式感 受海洋生态的浩瀚与神秘 ，亲子家庭必打卡的“海洋科普课堂” 。【中日甲午战争博物馆】血与火的觉 醒碑走进亚洲首座战争遗址类博物馆 ，锈迹斑斑的济远舰前桅、沉默的克虏伯大炮、泛黄的战时文 书 ……每一件文物都在泣诉那段悲壮岁月。“一座刘公岛 ，半部近代史”——在这里， 山海与热血共澎湃， 历史与未来正相逢！【韩乐坊】中国首家韩文化主题商业公园，时尚潮流打卡地，年轻人的嗨乐街区，晚餐可在此自理，品尝当 地美食！晚餐后入住酒店。交通：汽车自费项：特色海上项目及特色小交通自理哦！ 【海上大帆船】帆船起航，乘风破浪，精彩刺激——票价 200 元/人 【海洋牧场】出海拔笼、捕捞新鲜海鲜，现场加工品尝，徜徉大海，海中作乐——票价 260 元/人 【幸福门登顶】威海地标，登临幸福门制高点俯瞰威海全貌——票价 88 元/人 【文成酒堡】《西虹市首富》拍摄地——票价 228 元/人 优惠打包套餐：大帆船出海+海洋牧场+幸福门登顶+文成酒堡+车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 威海 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **威海-烟台**  【幸福门公园】【外滩名人雕塑广场】【万福图铜雕】 （游览约 30 分钟）威海海滨中心被誉为“威海之门“海的标志 ，代表着威海现代化的城市形象。站在幸福门上可以 清晰看到刘公岛上的景色以及战争时期留下的遗迹。穿过幸福门地上有一个凸起的圆形锻 铜建筑 ，称为“万福图 ” ，高 1.38 米 ，直径 13.8 米 重 13 吨。排列成五圈的“福 ”字， 寓意“五福临门 ”、“五福同享 ” ， 这里是威海千公里幸福海岸线 的起点。祝福人们在这 里开启幸福之门 ，踏上幸福岸线 ，沐浴在幸福的海洋里！【威海公园】「大相框」把大海装进画框的魔法威海最出片的网红地标 ，一键生成“人在画中游”的奇幻大片。【威海火炬八街】 是一条历史悠久的街道，可以追溯到19世纪末期。当时，威海作为 英国殖民地的一部 分为了满足当地居民的生活需求 ，英国人在这里修建了许多西方风格的建筑。这些建筑在当时被称为“洋 房” 成为了威海的一道独特风景线。【布鲁维斯号｜威海新晋现象级打卡地】万吨级货轮以45°角斜插沙滩，锈蚀船体与碧蓝海水形成赛博朋克式对冲阴雨天雾气缭绕时 ，宛如 《加勒比 海盗》沉船湾现实版。游览【威海外滩名人广场】；欣赏威海迷人的海天一色、最适宜人居城市--威海幸福海岸线，感受【钻石沙滩那香海海水浴场自由活动】，它是一个天然海水浴场，市旅游局、度假、必输和疗养一体的圣地，滩缓沙细无杂质，水质轻柔干净，环绕浴场的千亩给你带来的无穷乐趣。在海边踏浪戏水，吹吹海风，听海浪拍岸......可跟亲人好友尽情在海边拍照，更可以美美的在沙滩牵手漫步，尽情玩嗨！交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 烟台 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **烟台**  游览【养马岛-秦风崖景区】（游览约40分钟）养马岛又称象岛，相传秦始皇御驾东巡时曾在此养马并把这里御封为“皇宫养马岛”而得名，位于养马岛的后海，这里水域辽阔、礁石丛生。每遇大风天气，惊涛拍岸，堆雪砌玉，煞是壮观。这就是“一岛三滩”中的礁石滩景观。车赴烟台【月亮湾】烟台月亮湾西与烟台山呼应,北与芝罘岛遥望,东可看崆峒岛,南可见玉岱山,交通便利具有得天独厚的地理位置和景观资源。【孤独的鲸】（拍照打卡约 20 分钟）一鲸落 ，万物生 ，鲸落是鲸留给大海最后的温 柔！在万米的金沙上 ，有只巨鲸落入沙滩之中 ，其背后便是一望无垠的大海 ，海风 吹过 ，用相机记录下这永恒的画面！【八仙雕塑景区】传说这里是八仙聚居之地,雕塑栩栩如生，生动刻画八仙传奇,讲述八位神仙在蓬莱的仙山琼阁上惩恶扬善，普渡众生的故事。【蓬莱海水浴场】蓬莱海水浴场地处蓬莱市海滨旅游区中心地段，距离市区不足千米，位置优越，交通便利，海水浴场北濒大海，与长山列岛遥相呼应，西邻蓬莱阁，东毗国家八仙渡海口，南与全国特色文化广场一路之隔，风光秀美，景色迷人。来到此地可以在海边带上赶海工具，下赶海拾贝、挖螃蟹、 撬海蛎子……体验收获的愉悦。【每组家庭提供一套赶海工具】（在此畅玩2小时）交通：轮渡船 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 船上 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **烟台--大连**  乘车前往 【旅顺口】车览【旅顺火车站】【旅顺历史博物馆】 (周一闭馆) 坐落于大连旅顺口区的博物馆园区 ，馆内藏品丰富、历史悠久 ，在大连的众多博物馆中首屈一指。青铜器上的海藻纹诉说古航海秘密，日俄战争遗物在玻璃柜中继续沉默对峙。【旅顺军港】透过车窗看战舰静泊 ，望远镜中黄海与渤海在远方撕扯出分界线。乘车赴国家“AAAA级风景区” 【金石滩旅游风景区】这⾥有⼀流的阳光海滩、垂钓岛礁、度假酒店别墅，这⾥有顶 级的⾼尔夫球场、国际游艇俱乐部和狩猎场，这⾥空⽓清新，海⽔纯净，主要环境指标均优于国家⼀类标准。⾦⽯滩可以欣赏 13 华⾥的海上奇⽯景区，其中的⻳裂⽯，闻名中外，是 6亿年前的震旦纪形成的沉积环境地质标本，亦是世界上发现的块体最⼤、断⾯结构最清晰的天下奇⽯。漫步亚洲最大的城市广场——【星海广场】 ，赏百年城雕，观盛世华表，走世纪脚印。领略山海相见蜿蜒旖旎的美景——【滨海路】，北大桥上体味浪漫风情。游览虎雕广场。【俄罗斯风情街】感受异国风情。交通：汽车自费项：闯关东影视基地及往返老爷车+潜艇博物馆、巡航模拟打包优惠价 290 元/人 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 大连 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **大连--北京**  参观【圣亚海洋世界海洋馆】(单馆)坐落在大连市的星海湾旅游区内，亚洲最长的118米海底透明通道，将您带进全景式的海底世界。创了中国第三代水族馆建设的先河。《海豚湾之恋》，在浪漫唯美的音乐里，身材曼妙的美人鱼、聪明伶俐的海豚、精灵可爱的白鲸、淳朴善良的海豚王子轮番上场，还有那空中舞者，不断变换的舞姿诠释着力与美的完美结合，上演一场华美的海洋大戏。 以提供海洋生物和水下海景观赏为主，为世人开辟了一条通向海底之路，以丰富的展示手段和生动的水生环境造景，再现了海底的美丽与神气， 使人们在轻松愉悦的心情中，真正贴近海洋，了解关心海洋。在展示水族生物的同时，在海洋生态与人类发展的关系上为人们留下了思考和联想的空间；行程结束乘车前往北京。参考火车：K683 大连 -- 北京 （20:35-09:03）交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **北京**  北京接团（因接站时间比较集中及交通堵塞，等候30分钟之内还请见谅，自由活动。欢迎您来到美丽的首都北京，今天是自由活动时间。（外出建议随身带份酒店名片，以便紧急之需）。并注意导游告知的次日早餐及出发游玩时间（导游一般会在16:00-20:00之间通知第二天起床、出发时间，敬请请留意，一般以手机短信或微信方式通知）。祝您旅途愉快！我们将为贵宾提供免费的接站服务，接站后送往酒店入住（报名字入住），当天贵宾可以根据自己抵达北京的时间，安排一些自由活动（推荐：三里屯太古里，网红打卡地南锣鼓巷）。（按照行业惯例，酒店一般需要下午两点以后才能入住，到达北京较早的贵宾，可以先自行安排一些活动，一旦有房间清理完毕，尽快安排贵宾入住。）交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 北京 |
| **D9** | |
| **行程详情** | **北京**  早观●【升旗仪式】,感受共和国永不谢幕的典礼(早餐打包),游览世界上最大的城市中心广场-●【天安门广场】(30分钟),游览 ●【毛主席纪念堂】(观外景，请游客知悉)，观●【人民英雄纪念碑】(30分钟左右),观素有“城市中的剧院，剧院中的城市”,漂浮于人造水面上有“湖中明珠”之称的国家大剧院及人民大会堂外景。参观世界文化遗产-●【故宫紫禁城】（3.0小时深度游），打卡延禧宫，寿康宫，冰容餐厅等网上打卡地。故宫博物馆是中华民族的骄傲所在，也是全人类的珍贵文化遗产。它凝结着历史的烟云，记载着岁月的沧桑，每一处红墙黄瓦都凝聚着厚重的历史…… 在这里，巧夺天工的建筑，灿烂文明的见证足以激起我们每一个华夏儿女的民族自豪感。如今，昔日皇宫禁地占地112万平方米的重重宫阙，既是收藏明清皇室珍宝的巨大宝库，也是记载明清宫廷历史的鲜活档案……观●【什刹海风景区-老北京胡同游】，观“银锭山”、“柳岸风荷”等享有百年美誉的自然景观。穿行在四合院与小桥流水之间，亲身感受那份无与伦比的惬意，这里的每一条胡同都留下历史的痕迹,一砖一瓦，皆是故事......参观中国现存王府中保存最完整的清代和珅王府－●【恭王府花园】（约1.5小时），王府始建于清乾隆年间，初为大学士和珅的私邸，历经了清王朝由鼎盛而至衰亡的历史进程，故有“一座恭王府，半部清代史”的说法。(注：因故宫博物馆管理处相关规定，2016 年故宫逢周一全天闭馆(节假日除外),故宫限流4万人，如遇故宫门票售罄，现退门票，请游客知悉。)交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：打包早餐 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 北京 |
| **D10** | |
| **行程详情** | **北京**  早餐后乘车赴延庆(车程约90分钟),游览世界八大奇迹之一的●【八达岭长城】(约2.0)(滑车/缆车140元自理),体会“不到长城非好汉的”的豪迈。万里长城象一条龙盘踞在祖国的北面，绵延数万里，纵贯两千年雄伟壮观，气势磅礴。八达岭长城更是“奇迹”中的经典，登上长城，脚下的崇山峻岭，蜿蜒起伏，四季风光各不相同：春天野花竞开，夏季绿色满眼，秋天层林尽染，冬天雪域莽莽，景色令人叹为观止。中餐享受老北京春饼宴。外观2008奥运会开闭幕式场馆●【鸟巢】及国家游泳馆●【水立方】(60分钟)。水立方和鸟巢分别位于中轴线的两侧， 一方一圆，遥相呼应，构成了人文奥运 的独特风景线。虽然奥运的圣火已渐行渐远，是无上的荣耀和美好的回忆，还有一座座历经辉煌的场馆建筑，以及永不言败的奥运精神。参观国家速滑馆---【 冰 丝 带 】外景，“冰丝带”的设计理念来自一个冰和速度结合的创意，22条丝带就像运动员滑过的痕迹，象征速度和激情。参观万园之园美誉的●【圆明园遗址公园】(约60分钟，首道门票香山红叶节期间改游香山公园)，法国大作家雨果曾说：“即使把我国所有圣母院的全部宝物加在一起，也不能同这个规模宏大而富丽堂皇的东方博物馆媲美”。1860年10月圆明园惨遭英法联军、八国联军野蛮的劫掠焚毁及无数次毁灭和劫掠，一代名园最终沦为一片废墟。经过血与火的洗礼，圆明园犹如中国近代史的一部史册，具有撼人心魄的价值。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：打包早餐 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 北京 |
| **D11** | |
| **行程详情** | **北京**  早餐后游览●【天坛公园】（首道门票，约1.0小时）。天坛修建于明朝永乐18年，是明、清两朝皇帝祭天、求雨和祈祷丰年的专用祭坛，也是世界上现存规模最大、最完美的古代祭天建筑群。自明永乐十九年起始，共有22位皇帝亲御天坛，向皇天上帝顶礼膜拜，虔诚祭祀。走进全长845米的京城最具古香古色的商业街-【前门大街】(1.0 小时)，打卡北京新地标-北京坊，前门大街距今已有570余年的历史，素有“天街”之称，“大栅栏儿”是北京最古老、最著名且又别具一格的古老街市和繁华的商业闹市区，这里名商汇集，寸土寸金， 一步一景……参观我国现存规最大，保存最完整的皇家园林●【颐和园】（深度游约2.5小时），主要由万寿山和昆明湖两部分组成，前身为清漪园，由乾隆皇帝于1750年为孝敬其母孝圣皇后动用448万两百银建成，咸丰十年（1860年）被英法联军所毁，光绪十四年（1888年）慈禧挪用海军经费重建，改称颐和园。园内建筑以佛香阁为中心，既饱含中国皇家园林的恢弘富丽气势，又充满自然之趣，是举世罕见的园林艺术杰作。参观中国最高学府●【清华大学或北京大学】(门口拍照留念，赠送学霸交流 )，北京旅游行程结束，专车送站(次日返程游客，安排送站服务，结束愉快的北京皇家之旅。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：打包早餐 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 北京 |
| **D12** | |
| **行程详情** | **北京--兰州**  客人返程当日无行程，客人可根据返程时刻提前一天酒店前台商订早餐时间，早餐多为酒店提供免费早餐不吃不退。如遇客人返程时刻较晚客人也需在12:00前办理退房手续，客人需延住或延迟退房自行与前台协商延退事宜并将房费付前台。温馨提示：全天后24小时，无论您是飞机、火车、高铁，都会有专属送站工作人员送您。(送站工作人员会提前与客 人联系)交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 火车 |

**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费用。▶ 旅行社责任险已按政府要求为游客购买！ | | |
| **费用不包含** | ▶ 自由活动期间交通费和餐费▶ 全程入住酒店产生的单房差及加床费用▶ 因旅游者违约、 自身过错、 自身疾病等自身原因导致的人身财产损失而额外支付的费用▶ 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▶ 儿童报价以外产生的任何费用自理▶ “旅游费用包含”以外的所有费用 | | |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 海上嘉年华+深耕牧渔出海捕捞 | 【海上大帆船】帆船起航，乘风破浪，精彩刺激——票价 200 元/人 【海洋牧场】出海拔笼、捕捞新鲜海鲜，现场加工品尝，徜徉大海，海中作乐——票价 260 元/人 【幸福门登顶】威海地标，登临幸福门制高点俯瞰威海全貌——票价 88 元/人 【文成酒堡】《西虹市首富》拍摄地——票价 228 元/人 优惠打包套餐：大帆船出海+海洋牧场+幸福门登顶+文成酒堡+车费+导服=706 元/人 旅行社优惠结算至 500元/人（此费用包含司机导服费用） （海上项目受天气影响，根据情况导游或协调推荐其他景点） | 90 分钟 | ¥ 500.00 |
| 闯关东影视基地及往返老爷车+潜艇博物馆、巡航模拟 | 闯关东影视基地及往返老爷车+潜艇博物馆、巡航模拟打包优惠价 290 元/人 | 60 分钟 | ¥ 290.00 |

**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，【 2015】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 |
| **温馨提示** | 16 周岁以上成人持有效二代身份证或户籍证明，2-16 周岁儿童若无身份证请携带本人户口本原件 ，2 周岁 以下婴儿需 要带出生证明乘机敬请注意 。如因客人迟到 、未带证件 、名字错误 、证件丢失和过期等原因造成的经济损失 ，由客人自 已承担。 |
| **退改规则** | 机票为团队机票，不退不改签 |
| **保险信息** | 旅行社责任险，不含旅游意外险 |
| **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 |