**7月-贵州【爽爽贵阳】双飞6日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GZ17506636721f | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 贵阳市 |
| **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** | 特别赠送：🌸安排“打糍粑”互动体验，感受劳动的快乐，赠送糍粑每人一份；🌸赠送旅拍优惠券；安排单人免费拼房服务🌸单人提供免费拼房服务 |
| **产品介绍** | ✨✨【爽爽贵阳】双飞6日游🌸产品定位：超高性价比 29-34人精品团🌸景点：黄果树、小七孔、西江千户苗寨、丹寨小镇、天河潭（1个非遗文化馆）🌸住宿： 4 晚3钻酒店+1晚西江/凯里住宿🌸用餐：5 早 4 正（正餐 30 元/人）特色餐：【瑶山土家宴】【花开富贵宴】【古法秘制长桌宴】享苗家高山流水敬酒礼🌸用车：2+2旅游大巴🌸不含小交通：200元/人🌸门票：含首道大门票（优惠打包行程（所有证件优惠不退费）🌸购物：全程1店（非遗博物馆）会擦边（但不强制）特别赠送：🌸安排“打糍粑”互动体验，感受劳动的快乐，赠送糍粑每人一份；🌸赠送旅拍优惠券；安排单人免费拼房服务🌸单人提供免费拼房服务 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **全国各地-贵阳接站**乘坐大交通前往到达森林覆盖率31.6%的“森林之城”贵阳市；根据行程抵达时间接站入住酒店。来到这个休闲的城市，你需要带上一个好心情和一把雨伞，到贵阳市区的南明河畔或中华路，体验一下这个慵懒的城市，慢节奏的生活。体验贵州风味小吃，感受“酸、辣”美食文化的魅力（美食街推荐：太平路、民生路、正新街、青云市集、新印1950）。参观贵阳的文化地标——甲秀楼（自由活动），楼门两侧的长联讲述了贵州的历史变迁，瞻仰楼内陈列的贵州文化名人。游览为数不多的大型综合性城市公园之一——黔灵山公园（自由活动），公园以明山、秀水、幽林、古寺、圣泉、灵猴而闻名遐迩。温馨提示：当天导游会以短信或电话形式通知次日出行时间和注意事项，请保持手机畅通。交通：飞机到达城市：贵阳/龙里 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳/龙里 |
| **D2** |
| **行程详情** | **贵阳/龙里-荔波小七孔-西江千户苗寨**早餐后，乘车（约4H）前往荔波，游览世界自然遗产地，国家级AAAAA景区，中国最美丽的地方【小七孔景区】（不含电瓶车40元/人，保险10元/人，必须消费敬请自理）。景区坐落在宽仅1公里、长12公里的狭长幽谷里，集洞、林、湖、瀑、石、水多种景观于一体，玲珑秀丽，有“镶嵌在地球腰带上的绿宝石“的美誉。游览景区名字由来地【小七孔古桥】，古桥建于清代道光十五年（1835年），桥长25米，桥面宽1.8米，拱高4米，横跨响水河，昔为沟通荔波至广西的重要桥梁，桥由麻石条砌成，桥身爬满藤募和蕨类，古色古香的桥下是涵碧潭。两岸古木参天，巨大的虬枝沿着桥伸臂，宛如巨伞撑在桥上。欣赏景区灵动多姿的各色瀑布：【68级跌水瀑布】顺贽而下，奔泻而去；【拉雅瀑布】精巧醉人，水珠飞溅；【卧龙潭瀑布】银丝泻地，潭水色彩斑斓绚丽；【翠谷瀑布】在群峰紧锁中苍翠欲滴。感受赤足湿身乐趣的【水上森林】，清澈的水流冲刷着青石，行走于其中，宛若身临琼瑶仙池；在【鸳鸯湖泛舟】（不含鸳鸯湖游船30元/人，非必须消费项目，自愿消费）—寻找一份爱情；妩媚而迷人的【响水河】更是贯穿了整个风景区。注意事项：小七孔景区内，路面湿滑，请小心行走，注意安全；景区外街边均为个体商户店铺，非旅行社安排，请谨慎购买。之后乘车前往国家级AAAA景区【西江千户苗寨】（不含电瓶车20元/人，保险10元/人，必须消费敬请自理），到达后乘景区电瓶车进入景区，西江千户苗寨是一个保存苗族“原始生态”文化完整的地方，由十余个依山而建的自然村寨相连成片，全寨共有1400余户、6000余人，苗族人口占99.5％，是目前中国乃至全世界最大的苗族聚居村寨，是苗族第五次大迁移的主要集散地，素有“千户苗寨”之称。走在村寨，感受浓郁而古朴的悠闲农居生活，观苗寨吊脚楼景观，赏田园风光，逛嘎歌古巷，体验苗族古法造纸、苗族酿酒、苗茶、苗族古歌、苗绣等苗族古老文化。根据时间返回酒店休息。温馨提示：进入景区无行李车，需要自行携带行李步行（10-20分钟）进入景区入住酒店，建议将大件行李存放车上，仅携带贵重物品以及必备洗漱品进入景区。交通：大巴景点：小七孔景区、到达城市：西江/凯里 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 西江/凯里 |
| **D3** |
| **行程详情** | **西江-丹寨万达小镇-贵阳**清晨扮着虫鸣鸟叫之声起床，清晨扮着虫鸣鸟叫之声起床，走街串巷，自由参观【田园风光】、【嘎歌古巷】、【博物馆】、【风雨桥】，参观原始的民族建筑，吊脚楼群、苗寨梯田，深入苗寨，走家串户，了解苗家人的生活以及风俗习惯。早餐后乘车（约1.5H）前往【丹寨万达小镇】(不含景区内游船30元/人，不含保险10元/人，费用敬请自理 )小镇以非物质文化遗产、苗族、侗族文化为内核，涵盖吉尼斯世界最大水车、3000米环湖慢跑道、千亩花田、四大苗侗文化主题广场，景区依山傍水、交相辉映、美不胜收。在这里，你可以漫步湖畔步道，享受惬意的时光；也可以体验竹筏游船、休闲脚踏船等水上项目；更可以品尝当地的地道美食，感受那份独特的味蕾盛宴。后前往卡拉村，全村面积1.23平方公里，共114户478人，是一个苗族聚居的民族村寨。鸟笼编织技艺有四百多年历史，被誉为“中国鸟笼之乡”，2009年被列入贵州省非物质文化遗产名录。游览结束乘车前往酒店休息，后自由活动。交通：大巴景点：丹寨万达小镇到达城市：贵阳 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳 |
| **D4** |
| **行程详情** | **非遗文化博物馆-黄果树大瀑布-贵阳/龙里**早餐后，乘车前往参观【非遗文化博物馆】（参观时间120分钟左右），馆内展出了各少数民族服饰、手工工艺品、民族文化历史等，集加工生产、少数民族图案研究、刺绣工艺开发、销售一条龙，品类多元，工艺独特，具有丰富的文化内涵，极高的收藏价值和装点厅堂的实用价值。后前往中国第一批AAAAA“国家重点风景名胜区”亚洲第一大瀑布群；景区由【天星桥】、【黄果树瀑布】、【陡坡塘瀑布】三大景点组成游览时间约为4小时。（不含环保车50元/人，保险10元/人，必须消费敬请自理），游览有水上石林、天然盆景之称的【天星桥】（只游览上半段），这里顽石突兀而起，星罗棋布，步步是景。石中有水水中有石的数生步、婀娜多姿的美女榕、鬼斧神工的瘦身石；猪八戒背媳妇的【高老庄】、静谧的天星湖、冬暖夏凉的天星洞、飞瀑桥等著名景观。之后游览亚洲最大，贵州必游景点【黄果树大瀑布】（不含扶梯往返50元/人，敬请自理），黄果树大瀑布宽101米，高77.8米，是世界上唯一可以从上、下、前、后、左、右六个方位观赏的瀑布，峭壁震颤，谷底轰雷，十里开外也能听到它的咆哮，溅起的水雾可弥漫数百米以上。【水帘洞】从其腰间全长贯通，是1986版西游记水帘洞取景处，能从洞内外听、观、摸瀑布，洁白的水帘飘然而下，扬扬洒洒，如绸缎飘舞，如仙袂飘举，如淑女浣纱，观犀牛潭，感受瀑布之壮美，品大自然之奇妙。之后乘坐观光车游览【陡坡塘瀑布】，是黄果树瀑布群中瀑顶最宽的瀑布，是1986年版【西游记】片尾曲里面取景地，瀑布形成百米多长的钙化滩坝上，在平水期，水流清澈，瀑布显得十分清秀妩媚，水层沿着和缓瀑面均匀的散开，在粼粼的钙化滩面上轻盈的舞动，如一层薄薄的半透明的面纱，又如一面面张开的素绢扇面在阳光下泛着银光。游览结束后乘车前往酒店，后自由活动。注意事项：如遇雨季暴雨景区涨水等不可抗力因素，景区内部分区域被淹没；景区发布关闭通知，导致无法游览，取消该段游览行程，景区套票无退费，敬请谅解。【温馨提示】1、水帘洞游览特别提示：（1）根据黄果树景区最新规定，水帘洞景点实行分时段实名预约制，需自行登录微信小程序“安旅通”平台或现场扫码进行预约；（2）旅行社团队票仅包含景区首道大门票，如需游览水帘洞，需根据行程内导游通知，进行时段预约，旅行社无法保证预约成功；（3）水帘洞道路狭窄，预约名额有限，如因库存问题，造成水帘洞无法参观，无任何费用退还，且不接受关于水帘洞未预约成功的投诉赔偿。参团即默认同意。以上敬请谅解！2、今日会稍早出发前往黄果树大瀑布，如果您没有休息好，可以在车上小憩，感谢您的理解与支持。天星桥景区分上半段及下半段，为节省体力提升游览品质，本行程安排游览半程。交通：大巴景点：亚洲第一大瀑布群到达城市：贵阳/龙里 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳/龙里 |
| **D5** |
| **行程详情** | **贵阳/龙里-赠送天河潭(外景)-贵阳**早餐后，前往赠送AAAA级景区【天河潭】(外景)（不含观光车20元/人，必须消费敬请自理）游览时间：不少于1.5小时。景区是以典型喀斯特自然风光为主、历史名人隐士文化为辅的风景名胜区，距贵阳市中心24公里，距花溪13公里，总面积为15平方公里。具有河谷曲拐，沟壑险峻的地貌特征，融山、水、洞、潭、瀑布、天生桥、峡谷、隐士为一体。山中有洞，洞中有水，洞行山空，空山闻水声，碧潭衍飞瀑，纵横密布，形态各异。有贵州山水浓缩盆景的美称，被谷牧誉为“黔中一绝”。后前往品尝享有‘中国第一酒镇’美誉的茅台镇酱香酒。在这片美丽的土地上，一股馥郁的酒香扑面而来，令人仿佛置身于一个世外桃源，品尝着我们酿造的美酒，传承着中国文化，享受优雅时光。交通：大巴景点：天河潭到达城市：贵阳 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳 |
| **D6** |
| **行程详情** | **贵阳送站**早餐后根据航班安排送站交通：飞机到达城市：兰州 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 酒店：三钻版：精选4晚携程网评3钻酒店+1晚西江2钻客栈（免拼服务）用餐：5早4正餐，正餐30元/人（用餐方式为10人/桌，保证10菜1汤，不足10人菜品减少，根据实际用餐人数酌情增加或减少菜量）交通：2+2豪华旅游车【保证每人1正座】8人以下根据人数匹配5座-19座车型、5人（含5人）以下独立发司兼导。门票：黄果树景区大门票、小七孔景区大门票、西江千户苗寨大门票、天河潭大门票导游：持证导游服务（接站为旅行社工作人员/接站司机，不是导游）保险：包含旅行社责任险，不含旅游意外保险。（建议自行购买旅游意外险）儿童包含：（1-14岁，不含14周岁）只含车位、半餐，导服。学生持学生证免门票，无证件产生自理 |
| **费用不包含** | 1.不含旅游意外保险。（建议出团前自行购买旅游意外险）。2. 小交通200元/人：（需游客自理）黄果树环保车50元/人及保险10元/人；西江电瓶车20元/人及保险10元/人；小七孔观光车40元/人及保险10元/人；天河潭电瓶车20元/人；丹寨游船30元/人及保险10元/人。3.黄果树大扶梯往返50元/人单程30元/人，鸳鸯湖划船30元/人（游客自愿选择参加）。4.交通延阻、罢工、天气、飞机、机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因导致的额外费用。5.单房差：不含自然单房差，如需单人入住一间房或携带异性儿童时，则需要补交单房差。6. 不含一切个人消费以及“费用包含”中未提及的任何费用。儿童不含：酒店早餐、床位、门票、观光车、电瓶车、索道、游船费等。赠送项目如产生请按实际收费自理。景区内另行付费景点或娱乐项目，请根据喜好自愿选择。 |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 非遗文化博物馆 |  | 120 分钟 |  |

**自费点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 黄果树环保车及保险 |  | 120 分钟 | ¥ 60.00 |
| 西江电瓶车及保险 |  | 120 分钟 | ¥ 30.00 |
| 小七孔观光车及保险 |  | 120 分钟 | ¥ 50.00 |
| 天河潭电瓶车 |  | 120 分钟 | ¥ 20.00 |
| 丹寨游船及保险 |  | 120 分钟 | ¥ 40.00 |

**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** | 1、全程空调旅游车，如有特别高标准用车要求，请提前说明，重新核价，贵重物品不能存放在旅游车上。2、由于旅行社组织的线路，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、由于在行程安排上会受诸多不确定因素影响（如酒店的方位、当时天气、交通状况等），因此旅行社有权在不减少景点的情况下根据当时实际情况调整游览及住宿顺序。4、入住酒店请检查酒店的用品是否齐全，热水、空调是否正常运转，如发现房间设施或用品存在问题，请第一时间联系酒店服务人员或导游。桂林是观光型旅游城市，游客在酒店停留时间较短，与沿海度假型旅游城市相比，性质不同。因此，大部分旅游酒店的设施设备，只保留了星级酒店的房间标准，其他各项配套设施均使用了减法：比如四星标准酒店（未挂牌），就是把挂牌四星级酒店里面的豪华大堂、商务中心、桑拿中心、游泳池等各类和睡觉不相关的项目去掉，只保留了四星级标准的房间，这样可以让您只花三星级的价钱，舒适地睡上四星级的觉，仅此而已。介意的游客请注明一定要挂牌星级酒店，差价自理，敬请理解！5、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（特色餐除外）。桂林用餐口味较辣，游客如果对口味有特别要求，请提前和导游沟通。6、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，则无差价可退。7、因人力不可抗力或已尽合理义务仍无法避免的（如堵车、景区涨水、政策性调整、人多排队等）、因返程时间原因不能游览的以及按景区规定特殊人群无法接待的情况，导致部分景点、餐等无法正常安排，我社有权取消或更换为其他等价景点（行程中如产生退费情况，所有退费标准以旅行社折扣价为依据，不以景区挂牌价为标准，赠送景点费用不退）。8、（遇龙河规定）饮酒者、患有心脏病、心脑血管等疾病者以及残疾人、孕妇、6岁以下儿童及65岁以上老人等特殊人群不准乘坐竹筏，给您带来不便，敬请谅解！9、为了维护旅客权益，参团期间如有异议和建议，请务必及时沟通反馈；行程结束后请务必填写“客人意见单”，我社将以此备档，请各位团友认真、如实填写。10、团队行程中，非自由活动期间，如您选择中途离团，未完成部分将被视为您自行放弃，未完成但已实际产生损失的行程，不退任何费用。团友投诉以在当地填写的《游客信息反馈单》为准，请各位团友认真、如实填写，过后反悔行程一概不予受理。此行程为散客拼团，导游有权根据当地实际情况调整行程顺序，方便大家更轻松的游玩，敬请理解配合，谢谢。 |
| **退改规则** | 自合同签订之日起生效，若因为客人自身原因退改行程所产生的损失由客人自己承担 |
| **报名材料** | 成人有效身份证70岁以上老年人需提供健康证明儿童有效户口本 |
| **保险信息** | 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，保险公司承保旅行社在组织旅游活动过程中因疏忽、过失造成事故所应承担的法律赔偿责任的险种。旅游人身意外伤害险(请关注各保险公司对于投保游客年龄的限制，对于70岁以上游客，保险公司一般是不接受投保)，游客自行缴费即为该保险的投保人和受益人，由保险公司对游客受到的意外伤害进行承保，意外伤害的定义是【指遭受外来的、突发的、非本意的、非疾病的客观事件直接致使身体受到的伤害】。游客认真阅读旅游人身意外伤害险的具体条款并无异议后，自己在保险公司购买或委托旅行社代为购买。游客如办理旅游意外险，国内游另交10元/人，由旅行社代游客到保险公司购买，理赔额度解释权归保险公司所有)，70岁以上请自行办理保险，保险公司的赔付额为最终赔付，旅行社不再进行赔偿。游客应保证自身身体条件能够顺利完成旅游活动，游客自身疾病不在保险赔付范围之列，由自身疾病所产生一切费用均自理，一切后果均自担，旅行社及保险公司均不承担责任。因道路交通事故造成游客人身及财产损失，将依据《道路交通事故处理办法》进行赔偿，我社给予协助。游客在旅游活动中，发生意外伤害时，旅行社协助游客联络医疗机构进行救治并向保险公司报案，游客或其家属自行缴付医疗费用，因游客或家属拒付医疗费用造成的各种伤害和风险旅行社不承担责任;治疗结束后，旅行社出具证明协助游客办理保险赔付手续 |
| **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              |