**甘青环线纯玩8日游行程单**

丹青望山河

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | DH2025001 | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 甘肃省-青海省 |
| **行程天数** | 8 | **去程交通** | 汽车 | **返程交通** | 汽车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 经典线路设计：甘青环线精华景点一网打尽※藏传佛教格鲁派圣地，祁连草原上的梵音净土【阿柔大寺】※祁连山脉守护神，藏语意为"众山之神"的圣洁雪峰【阿咪东索】※上帝打翻的调色盘、"中国最美的七大丹霞"之一【张掖七彩丹霞】※戈壁滩上的大地艺术，巨型婴孩雕塑与纯白幻城的时空对话【大地之子/无界】※全国第一批重点文物保护单位，隐身在大漠里的美术馆【莫高窟】※风夹沙而响，泉映月而无尘【鸣沙山月牙泉】※墨色山峦如月球表面，被誉为"地球上最像火星的地方"【黑独山】※世界上第二大盐湖，翡翠盐田与万丈盐桥的奇迹【察尔汗盐湖】※传说中的天空之镜，一生不可错过的美景【茶卡盐湖天空壹号】※中国最大内陆湖，被誉为"上帝的最后一滴眼泪"【青海湖】产品特色：※ 纯玩，0购物，0暗店，进店赔付3000/人※ 赠送特色旅游小镇---丹霞口文旅小镇※ 超值赠送：价值580/团茶卡盐湖天空壹号航拍小视频※ 超值赠送藏族哈达礼仪迎宾※ 超值赠送：288元云风·里原生牧场体验：草原变装秀、投壶、射箭、高原高尔夫、牦牛羊喂养、蹴鞠、大力王、黑帐篷打卡、藏式祈福至尊服务:※豪华空调大巴 | | | | |
| **产品介绍** | 行  程  预 览D1兰州/西宁接机无餐兰州/新区/西宁D2兰州---阿柔大寺--阿咪东索--张掖早中张掖D3张掖--七彩丹霞--丹霞口小镇--大地之子/无界---瓜州早中瓜州D4瓜州--莫高窟--鸣沙山--敦煌早中敦煌D5敦煌--黑独山--察尔汗盐湖--格尔木早中格尔木D6格尔木--茶卡盐湖天空一号早中 青海湖沿线D7青海湖二郎剑-云风·里原生牧场-兰州/西宁早中 兰州/新区/西宁D8兰州/西宁送机早无 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **各地—兰州/西宁**  【关于接机】：1.根据航班时间客人自行前往机场乘机赴兰州，抵达兰州后，可赠送接机服务，接机为师傅接机（期间无导游，接机为散拼，等待时间不超过60分钟，赠送接机服务，不用不退），抵达酒店后自行办理入住手续，后可自由活动。2.如果不愿等待可自行前往市区酒店入住，费用需自理。（a.机场至市区城际高铁21.5元/人，b.机场大巴抵达市区30元/人，c.打车前往市区200元/辆左右）客人出发的前一天，我方会通过短信或电话联系客人，并告知师傅电话.【舌尖上的兰州】：如果白天想找寻美食，尤以步行街张掖路与大众巷区域较多。地标式的“正宁路小吃夜市”则是您晚餐、夜宵的好去处，名扬天下的西北小吃几乎在这里都能觅见。来兰州，定要来上一碗鼎鼎大名的“兰州牛肉面”，马子禄、吾穆勒蓬灰、马有布等都是当地知名招牌。西北特色小吃：烤羊肉串、胡辣羊蹄、牛奶鸡蛋醪糟、杏皮水、灰豆子、酿皮子、糖锅盔、浆水漏、甜胚子等。温馨提示：1.来西北旅游，请随身携带身份证，带好御寒衣物，防晒用品；气候干燥，多饮水，多吃水果！2.西北地区，住宿，餐饮条件有限，请包涵！交通：空调旅游大巴到达城市：兰州市 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州/西宁 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **兰州---阿柔大寺--阿咪东索--张掖**  早餐后 ，一路向西 ，打卡第一站【阿柔大寺】，后打卡【阿咪东索】景区 ，行程结束后晚上入住酒店。【阿柔大寺】 （游览约2小时，含首道门票） ，踏入阿柔大寺 ，像是一脚踏进另一个时空。这里经幡烈烈 ，在风中讲 述着古老的故事。红墙金顶的建筑错落有致 ，每一块砖石都沉淀着历史的厚重。 阿柔大寺以它独有的姿态 ，安抚着每一颗到访的心 ，让人在这片净土寻得内心的安宁。【阿咪东索】 （游玩约2小时，含首道门票 ，不含必消景交30/人），阿咪东索为藏语，意为千兵哨兵 ，蒙古语称之为“乃曼额尔德尼”，意为八宝山。这里一山览尽四季景；春日，油菜花香，一派高原河谷的农家景象；夏日，绿草如茵是优良的牧场；秋日，广阔的灌木丛生，一派林海风光；冬日，举目向上严峻的石山，峰顶的积雪中年不化，冬意圣洁。【温馨提示】1、行程车程时间较长，防止晕车 ，请自备晕车药，多为盘山公路，路况不是很好，不可随意停车2、西宁进出的客人此天上车时间相对较晚 ，请耐心等待。2.行程车程时间较长，可自带小零食，为防止晕车，请自备晕车药，多为翻山公路，路况不是很好，不可随意停车。景点：卓尔山到达城市：张掖市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 祁连/张掖 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **张掖--七彩丹霞--丹霞口小镇--大地之子/无界---瓜州**  早餐后 ，先打卡【七彩丹霞】，后打卡【丹霞口小镇】景区 ，再次前往 【大地之子/无界】行程结束后晚上入住酒店。【七彩丹霞】（游览时间约2小时 ，含首道门票 ，不含必消景交38元/人）“河西胜景映苍穹 ，七彩丹霞画卷雄。峻岭连绵披锦绣 ，奇峰错落舞霓虹。 霞光绚烂千重色 ，地貌斑斓万古风。信步云台心欲醉 ，自然妙笔韵无穷。”七彩丹霞 ，是大地的华彩乐章 ，是上苍遗落人间的调色盘。那斑斓的色彩 ，如梦幻的笔触 ，在大地之上肆意挥洒。【丹霞口小镇】 以张掖历史文化为载体 ，穿插河西独有的宝卷念唱的表演方式 ，通过天赐丹霞、张国臂掖、古邑甘州、炀帝西巡、邦国会盟五幕剧的形式来讲述张掖在汉朝和隋朝时期的传奇故事 ，将霍去病西征、隋炀帝西巡、万国博览会等故事栩栩展现在观众面前 ，用最朴素的民俗民风和最真实的历史生动再现古丝绸之路的辉煌。【大地之子】 【无界】 【 汉武雄风】 （游览时间约 30 分钟 ，免费） 当你踏上西北这片广袤无垠的土地 ，那种雄浑壮阔的感觉便扑面而来。沉睡在沙漠中的大地之子 ，荒漠中的“海市蜃楼” ，仿佛沉思的汉武帝 ， 那壮观的景 象让人无不感叹着人类的智慧 ，也赋予了这个艺术更深远的意义~【温馨提示】1、 西北地区气候干燥 ， 日夜温差大 ，请预备保暖衣物和防晒用品。交通：空调旅游大巴景点：张掖七彩丹霞、嘉峪关关城（门票自理）大地之子、无界到达城市：敦煌市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 瓜州 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **瓜州--莫高窟--鸣沙山--敦煌**  敦煌停留一日 ，早餐后一起见证穿越千年的文化瑰宝 ，璀璨明珠【莫高窟】 ，后游玩 【鸣沙山月牙泉】 ,行程结束后返回酒店。【莫高窟】 （游览时间约2小时 ，含 B 类票 ，参观4个洞窟 ，如果预约上 A 类门票 ，需现补差价 138 元/人） 走进莫高窟 ，仿佛踏入了一个神圣而神秘的艺术殿堂。那数以千计的洞窟 ，宛如一个个时光的宝盒 ，每一个都蕴含着无尽的故事和艺术魅力。在这里 ，你可以领略到千年艺术的魅力 ，可以感受到历史的厚重 ，可以收获心灵的震撼与启迪。【鸣沙山月牙泉】 （游览时间约2小时 ，含首道门票） 一个藏在沙漠里的浪漫奇迹 ，沙漠与清泉并存是无比的美丽，历来水火不能相容，沙漠清泉难以共存，但是月牙泉就像一弯新月落在黄沙之中，这就是鸣沙山月牙泉，丝路上的奇观。 鸣沙山与月牙泉就像诗与歌 ，相织相错 ，交汇出一曲最美的沙漠赞歌。从古至今，奉为传奇。莫高窟游览流程：莫高窟官网 https://www.mgk.org.cn/因莫高窟新政策规定前期只发放A类正常参观票 ，在A类票库存（6000张） 售完后才会发放B类票！本行程包含莫高窟B票 ，若B类应急票未发售 ，我社只能为游客预约 A 类正常参观票 ，游客需现补138元/人的差价 ，感谢您的配合，给您带来不便敬请谅解！备注：A类正常票(2场数字电影+参观8个洞窟)； B类应急票(参观4个洞窟)1、如莫高窟有特殊情况（无票、景区有接待、天气原因等） 无法安排游览 ，将安排莫高窟姊妹窟一西千佛洞；2、为确保参观莫高窟 ，导游会根据莫高窟门票实际预约时间 ，跟鸣沙山调整景点参观顺序；3、莫高窟预约按照下单前后顺序依次进行预约 ，故同团中会出现预约莫高窟参观时间不一致的情况；预约成功后退票将产生手续费 ，具体金额参照《敦煌市物价局文件：敦价发 〔2015〕85号》文件。4、莫高窟如同一颗渐渐褪去光华的明珠 ，在自然氧化和人为因素的作用下 ，彩塑壁画正在慢慢失去神韵 ，所以出于文物保护的目的 ，在窟穴参观时禁止摄像。此政策为政府行为 ，报名时请仔细阅读此条款 ，不能作为投诉理由！ 【温馨提示】：1.游玩期间注意随身携带的照相机、 手机等贵重物品 ， 以免损坏或丢失；2、 鸣沙山骑骆驼时不要大声尖叫和打伞以免骆驼受到惊吓 ，抓紧扶手 ，不要转身拍照；二．当日【莫高窟】和【鸣沙山月牙泉】游览顺序会根据天气及莫高窟预约情况进行相应调整，望周知！交通：空调旅游大巴景点：鸣沙山月牙泉、莫高窟到达城市：敦煌市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 敦煌 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **敦煌--黑独山--察尔汗盐湖--格尔木**  早餐后出发前往 【黑独山】 ，在这里随便一拍都是大片 ，根本不需要滤镜；最后抵达格尔木游览 【察尔汗盐湖】 ， 行程结束后晚上入住酒店。【黑独山】 （游览时间约 1 小时 ，门票免 ，不含必消景交车60元/人 ） 有人说： 黑白代表着孤独与荒凉 ，就像黑独山 , 经过千年的风蚀 ，却独留黑白两色，冷艳 、孤寂、神秘。那深沉的黑色 ，仿佛是大地沉淀了千万年的心事 ，静静诉说着岁月的沧桑。风在这片寂静的土地上呼啸而过 ，吹起的沙尘仿佛是历史的回声，让人不禁沉醉在这无边的静谧之中。【察尔汗盐湖】 （游览时间约 2小时 ，含首道门票 ，不含必消景交 60 元/人） 这里是青海 ，柴达木盆地 ，察尔汗盐湖 ，蒙古语“盐泽”之意 ， 它是世界第二大盐湖、亚洲第一大盐湖 ，是茶卡盐湖的 56 倍 ，是隐藏在柴达木盆地的聚宝盆心脏 ，是一面几乎未开发的天空之镜 ，犹如上帝给自己制作的苹果汁 ，湖水碧绿清澈 ，湖中有着形态各异、晶莹剔透的盐花 ，有的像珊瑚 ，有的像花朵 ，有的像宝塔 ，美不胜收。交通：空调旅游大巴景点：察尔汗盐湖到达城市：格尔木市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 格尔木 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **格尔木--茶卡盐湖天空一号**  早餐后乘车前往天空之镜-- 【茶卡盐湖天空一号】 ，最后抵达青海湖 ，行程结束后入住青海湖沿线酒店。【茶卡盐湖天空一号】 （游玩时间约2小时 ，含首道门票 ，不含必消景交60元/人） 一半是盐湖 ，一半是童话。在茶卡盐湖 ，盐雕宛如凝固的艺术诗篇。 它们以盐为材 ，展现出独特的魅力 。洁白的盐雕与纯净的天空相互映衬 ，构成了一幅如梦如幻的画卷。在这里 ，天空仿佛触手可及 ，那无尽的蓝色与盐雕的白色完美融合 ，让人感受到一种超脱尘世的宁静与美好。【温馨提示】1.一定要戴上偏光墨镜 ，天气晴朗的时候 ，阳光照在盐湖上 ，反射很强 ，会对眼睛造成一定伤害。2.盐湖最美的就是海天一色的倒影照了 ，最好带上一些鲜艳的衣服 ，这样拍摄效果会更佳。3.注意盐湖里很多小溶洞 ，千万别踩 ，注意安全哦。4.由于青海湖和茶卡条件所限 ，酒店条件不可与城市酒店相比较 ，酒店综合条件较差 ，请理解！交通：空调旅游大巴景点：茶卡盐湖天空壹号到达城市：青海湖 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 青海湖沿线 |
| **D7** | |
| **行程详情** | **青海湖二郎剑-云风·里原生牧场-兰州/西宁**  早餐后前往 【青海湖二郎剑】 游玩 ，游览后草原 【云风里原生牧场】 体验游玩 ，后返回兰州入住酒店。【青海湖二郎剑】 （游玩时间约2小时 ，含首道门票）“天高尘世远 ，宁静青海湖”如果你行走过很多地方 ，很少 再为什么而沉醉 ，那么 ，就去青海湖吧！碧波连天的青海湖 ，如一个巨大的翡翠玉盘 ，嵌于高山、 草原之间 ，斑斓 得让人心醉如狂！站在这无瑕的翠玉前 ，人们会感觉到周身都被荡涤着 ，心一下子变得如湖水般清澈单纯。【云风·里原生牧场】 （游玩时间约2小时） 云风·里原生牧场 ，悠悠白云、 湛蓝如洗的天空，茵茵碧草、无边无 际的大草原上 ，绘就“天苍苍 ，野茫茫 ，风吹草低见牛羊”的画面 ，生活需要仪式感， 变装藏服 ，拍一张旅拍 让您火爆朋友圈 ，也可参加特色趣味活动项目：投壶、射箭、飞镖、大力王、蹴鞠、 高原高尔夫、藏式祈福、牛羊喂养等 ，让大家深刻地体验草原风情感受藏族文化。【云风·里原生牧场温馨提示】1.体验部分是赠送项目 ，如不体验 ，或天气原因无法体验都不退费。2.请文明游览，入乡随俗，交流过程中尊重少数民族习俗。交通：空调旅游大巴景点：塔尔寺、原子城。到达城市：兰州市 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |
| **住宿** | 兰州/西宁 |
| **D8** | |
| **行程详情** | **兰州/西宁----各地**  早餐后根据航班时间送飞机，结束此次西北之旅…【温馨提示】1.请带好自己的行李，随身物品，身份证件等贵重物品。2.我社赠送拼车送机，请根据通知时间提前退房，再自行安排活动（请注意酒店退房时间12：00前，避免不必要的损失，外出前可将行李寄存前台），登机手续请根据机场指引自行办理。交通：空调旅游车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 导 游： 当地持证中文导游服务(接送机为工作人员 ，不安排导游；不足10人为司机兼向导)交 通： 当地空调旅游大巴； 目的地赠送接送机/站（接送机用车为拼车）；住 宿： 全程当地准4酒店 （如遇满房或堵车等不可抗力因素 ，调至其他酒店 ，无差价可退）门票： 行程所列景点首道门票；体验项目不参加不退费。 门票优惠按旅行社协议价退费 ，60-69岁及半票优惠证件 ，退门票优惠150元/人；70岁以上及免票优惠证件 ，退门票优惠300元/人用 餐： 行程内所列餐食 ，含7早6正（不用餐不退；途中用餐时间难于掌握可能用餐时间会较早或较迟 ，请游客提前自备零食 ，异地旅游用餐较易引起水土不服 ，请自备常用药）。儿 童： 2-12 周岁儿童费用仅含：1、儿童全程含早2、跟团游期间用车费用、半价正餐 ，早餐；不含门票、不含床位费3、如超高产生门票及其他费用由家长现付 ，儿童请携带户口本本人页原件4、1位成人携带 1 位儿童出行 ，儿童必须占床 ，请选择单房差选项。 | | |
| **费用不包含** | 1、自费景点门票、娱乐活动、人身意外伤害保险、自由活动期间的餐、车、导游服务、单房差；2、不提供自然单间，产生单房差或加床费用自理；3、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：4、旅游人身意外保险及航空保险：5、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：6、“旅游费用包含”内容以外的所有费用。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 70 周岁以上老人（精确到日）协议优惠退费 300 元,60 周岁（精确到日）至 69 周岁（精确 到日）之间协议优惠退费 150 元 ，其他特殊证件按照各景区实际认定情况进行协议优惠退费 |
| **温馨提示** | 1.旅游者应确保身体健康，保证自身条件能够完成行程；未满 2 周岁或年满70 周岁的，有心肺脑血管病听视力障碍的，不宜长途 及高原旅行的，既有病史和身体残障的，均不适合参加；任何隐瞒造成的后果由旅游者自行承担。 又见敦煌演出或者乐动敦煌演出进甘青宁前睡眠和休息要充足，可提前适当服用红景天、葡萄糖、肌酐等抗高反药品，氧气自备。 凡有高血压、心脏病、脑溢血、冠心病以及患有呼吸道疾病尚未痊愈等病情或年龄在60岁以上者，为了您的身体健康建议最好有年轻的家人陪同，请旅友根据自身的身体状况活动，不要勉强，带足御寒衣物，水壶、墨镜太阳帽、纱巾、和特级防晒油品以做外 出护肤之用，对可能出现的水土不服症状，可携带一些有关常备清热、解渴、滋润的药物或冲剂（如夏桑菊冲剂，藿香正气水、十滴水、创可贴、感冒药或治疗肠胃不适药物等）。建议最好不要抽烟饮酒，以免加重高原不适感。2.此产品为全国散客拼团，因其特殊性，根据具体航班，天气，路况，车次及不同的出发时间，由此可能造成等待；行程中约定时间均为预计，实际可能有一定误差。因非我社原因造成的旅游者无法出游的，我社需收取已产生费用，并收取业务预定损失，需换人参加的，需另签合同为准；出发后要求退团的，所有团款不退；因非我社原因造成的旅游者行程变化的，减少部分我社不予补偿，增加的费用由旅游者自行承担。 3.行程内行车途中均会提供沿途休息及上厕所，请主动付费自备小钞。包括餐后休息，酒店休息，行程中标明的自由活动均属自由 活动时间，期间旅游者自身财产及人身安全由其本人自行负责，请注意安全，并请勿参加违反中国法律不宜参加的活动。 4.因旅游过程中的特殊情况，在不减少旅游景点游览的情 况下，我社保留旅游行程临时调整的权利。 5.因不可抗力因素(如航班取消，延误，自然灾害等)所产生的损失及费用(餐饮，住宿，门票，交通费等)由客人自理。 6.行程中未经协商的擅自离团，视同旅游者违约，未完成部分将被视为自行放弃，我社不再退费，并不予承担旅游者由此产生的额外费用。 7.保持乐观情绪，轻松面对高原反应，是缓解高反的最佳良药。尤其是沿海低海拔地区的人们，进入高原每个人都会有不同程度的高原反应，如头痛、胸闷、呼吸急促、乏力、恶心、失眠等，一般来说过1-2天后，以上不适症状都会逐步减轻或消失。西北地区因经济落后，发展速度慢，交通不发达，有些路段还在修路，尤其兰州市在修地铁，全市路段拥堵严重，希望游客积极配合导游工作按导游规定的集合时间准点抵达，避免漏乘或耽误后续行程。8.除行程标明的游览，自由活动地点外，其它所有途经地均不为必须停留，游览，介绍，讲解地。 9.游客的投诉以在当地意见书及签字证明为准，请游客务必认真填写意见单。如回程后投诉与意见单所写不符，恕不受理；郑重声明：请不要对旅游行程，行程附件，补充协议做任何更改；如果因为自行变更引起的投诉，我旅行社概不承担任何法律责任。 |
| **报名材料** | 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，【 】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 |
| **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 |