**【重庆】我想去重庆纯玩双动5日游行程单**

【重庆】我想去重庆纯玩双动5日游

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | CQ1756264671gM | **出发地** | 兰州市 | **目的地** | 重庆市 |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 动车 | **返程交通** | 动车 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 真纯玩 0购物全程准四酒店 升级两晚携程四钻酒店特色美食 江景火锅 蒸笼宴 江湖菜 | | | | |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| 第1天: 抵达重庆                                   餐：无                             住宿：重庆  ☎ 客服人员于出游前一日21:00前与游客联系（请保持手机畅通），确认侯车时间、地点电话。● 根据时间接动车，抵达重庆后由司机接站后入住酒店。注意事项：【今日抵达重庆，接站司机会提前跟您联系，请每位游客下车后保证手机畅通，不要随便和陌生人交流，不要与陌生人随意走动】★ 送至酒店入住后自由活动，无行程安排，不含导服、餐、车服务；行程在不减少景点的情况下，行程游览顺序可能会有所调整。司机或导游人员将在晚 19 点至 22 点之间短信或电话联系您第二天的接车时间，请您保持手机畅通。第2天: 重庆-武隆天生三桥-仙女山国家森林公园                    餐：早  中               住宿：武隆     早餐后约7:30在酒店接后出发经渝湘高速（高速路段约160KM,车程约2.5小时），前往武隆。11:30左右仙女镇中餐，中餐为武隆当地最具特色的【蒸笼宴】，后前往武隆游客接待中心游览张艺谋影片《黄金甲》唯一外景地、国家AAAA级景区、“武隆喀斯特”世界自然遗产核心区、国家地质公园、世界自然遗产地、世界上最大天生桥群、世界第二大天坑群----【天生三桥】（换乘交通车统一进出， 电瓶车15元/人自愿消费，游览时间不低于2小时），武隆天坑三桥景区以其壮丽而独特的“三硚夹两坑”景观称奇于世，世界最大天生桥群和世界第二大天坑群相映生辉，坑与坑之间以桥洞相望，桥与桥之间以坑相连，规模宏大，气势磅礴，瑰丽壮观；游客亲临拍摄地、观看唐朝古驿站。由好莱坞导演迈克尔·贝执导，美国派拉蒙电影公司出品的动作科幻电影《变形金刚4》，其中最震慑的场景擎天柱化身了龙骑士，骑着机器恐龙小队的喽罗霸王龙“钢锁”挥剑露脸----这个场景就在重庆武隆天生山桥景区进行航空取景拍摄。然后乘车前往游览享有“东方瑞士”之称的【仙女山国家级森林公园】（游览时间不低于1小时，小火车费用25元/人自愿消费）；漫步辽阔草原，仙女山平均海拔1900米，拥有森林33万亩，天然草原10万亩，以其江南独具魅力的高山草原，被誉为"南国第一牧场"。后送酒店入住休息。备注：武隆为区县城市，暑假酒店承载量有限，武隆房可安排在涪陵同等级标准！第3天：乌江画廊-816地下核工程                                      餐：早  中           住宿：重庆           酒店早餐后游览【乌江画廊游船】（游览时间不低于60分钟），千里乌江、百里画廊美丽风光，乌江发源于贵州省威宁县，自贵州省沿河县进入重庆酉阳自治县万木乡、龚滩镇、彭水自治县，至重庆涪陵汇入长江，全长1073公里，其中乌江彭水自治县、酉阳龚滩至贵州沿河段约100公里，拥有“千里乌江，百里画廊”的美誉。乌江百里画廊“山似斧劈、水如碧玉、虬枝盘旋、水鸟嬉翔”，“奇山、怪石、碧水、险滩、古镇、廊桥、纤道、悬葬”构成了乌江画廊的景观要素，乘车至【816地下核工程】（含电瓶车15元/人、中转车5元/人）其为军工洞体，集神奇、神秘、神圣于一体，是最具有特殊魅力和象征意义的三线建设遗产资源，也堪称离我们最近的特殊红色旅游资源。著名景观设计大师、北大景观设计学研究院院长俞孔坚教授将其比喻为深埋山间的和氏璧，并称其堪与三峡大坝争锋。曾有多位中科院院士在对洞体进行详细考察后评估，816军工洞体在世界上已解密的人工洞体中是世界第一大人工洞体，游览结束后返回酒店休息。第4天: 白公馆-磁器口-城上天幕乐游观光塔-李子坝轻轨穿楼-解放碑-山城步道-洪崖洞      餐：早 中   住宿：重庆                             早餐后前往【白公馆】（如遇白公馆维修闭馆或者人数太多，我社有权将白公馆换为红岩魂陈列馆。景点内不含馆内讲解 ，游览时间不低于 40 分钟）缅怀革命先辈。白公馆原为四川军阀白驹的郊外别墅，1943年中美合作所成立后，白公馆曾改为来华美军人员招待所，到1945年又作为特别看守所重新关人。游览结束后前往【磁器口】（游览时间不低于 60 分钟）始建于宋代，拥有"一江两溪三山四街"的独特地貌，形成天然良港，是嘉陵江边重要的水陆码头。曾经"白日里千人拱手，入夜后万盏明灯"繁盛一时。磁器口古镇蕴含丰富的巴渝文化、宗教文化、沙磁文化、红岩文化和民间文化，各具特色。一条石板路，千年磁器口。随后前往独家升级的江景火锅店【长嘉河图】品尝地道重庆火锅，独揽洪崖洞，大剧院，江北嘴的绝美江景。边吃热辣火锅，边赏重庆城市8D风光。午餐后去往【城上天幕乐游观光塔】地处渝中半岛中轴线，位于南滨路皇冠国际双子塔A塔顶层。致力于为游客打造独特的观景体验和丰富的高空游乐项目，在这里，您不仅可以领略到“重庆外滩"独有的浪漫与优雅，将长江两岸的美景尽收眼底，感受到山城、江城、不夜城的独特魅力。无论白天黑夜、晴天雨雾，均可欣赏到山城美景。随后前往【李子坝轻轨穿楼】（参观时间不低于15分钟）感受重庆十八怪之一的“轻轨楼中穿过来”，被网友称为神一样的交通。在重庆轻轨2号线的李子坝站穿越房屋，每天都会上演轻轨穿楼越壑，空中飞驰而过的神奇一幕。【解放碑】是抗战胜利的精神象征，是中国唯一一座纪念中华民族抗日战争胜利的纪念碑 ，也是重庆解放及重庆市的象征。【山城步道】山城步道，相当于北方的胡同，南方的巷子，走山城步道，不仅仅是体验“爬坡上坎”，更多的是感受市井文化，感受时代的变迁。【洪崖洞夜景】古色古香的洪崖洞仿佛让你置身于千与千寻现实版场景中。洪崖洞以具巴渝传统建筑特色的"吊脚楼"风貌为主体，依山就势，沿江而建，以拥城市旅游景观、商务休闲景观和城市人文景观于一体而闻名，是游吊脚群楼、观洪崖滴翠、逛山城老街、赏巴渝文化、看两江汇流、品天下美食的好去处。特别声明：白公馆如遇维修或闭馆则改为红岩魂广场望谅解！第5天：重庆返程                           餐：早                       住宿：温暖的家                      今日自由活动期间无导游。 请于12:00之前退房（如返程交通是中午以后的，游客可把行礼寄存在酒店前台再外出游玩，以免造成不必要的损失），旅行社会根据您返程车次提前安排送站，自行返回，结束愉快的行程！ |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：全程空调旅游车（根据人数定车型，保证每人每座）；2+1航空座椅，不足12人安排商务车/五座小车或仿考斯特（保证1人1座）。2、门票：含天生三桥、仙女山，乌江画廊，816核工程，城上天幕乐游观光塔，行程所含景点门票为旅游团队打包价，所有优惠不再退费，如游客因自身原因中途退团或放弃游览或因人力不可抗拒因素（涨水、道路封闭等）造成景区无法游览均无费用可退！优惠证件: 所有门票价格均按优惠核算，凡持优惠证件、免票证件以及享受优惠政策游客均不享受优惠，产生半价门票、免票门票全程无退费，武隆景区均需现场稽核查验身份证件，团队结束后导游返还回客人。3、住宿：全程入住2晚准四酒店，升级2晚携程4钻酒店，房型提供双人标间，确保每人每晚一床位，如遇单男单女时，旅行社征得游客同意后拆分夫妻(或者在条件允许下拼房)，如无法安排时，游客自愿现补单房差。重庆准四参考酒店:美豪丽致酒店、居缘酒店、富驰酒店、德轩酒店、富佳园酒店、斯维登酒店、橡树林、瑞豪、布丁、丽呈睿轩北站、环旅酒店、福星大酒店、喆啡、锦江之星、渝都花园、南坪瑞浦、泊尊、云悦酒店、戈登、君澜、环旅、凯旋摩天、汀龙、清华綦瑞或其他同等级酒店；重庆四钻参考酒店: 汇豪酒店、艾扉酒店、艺龙壹棠酒店、禧满鸿福酒店、丽柏酒店、尚高丽呈酒店、千合假日酒店或同级酒店。武隆准四参考酒店：金海大酒店，大自然酒店，橙子酒店，爱仟宿酒店同等级。涪陵准四参考酒店：五登花园酒店，重庆云一酒店，重庆江鑫鹤酒店。4、导游：优秀专业导游服务；8人内含8人司机兼向导。5、用餐：4早3中（早餐为酒店含早，不用不退，正餐30元/人/餐，10人1桌，8菜1汤。人数增减，菜量相应增减，不含酒水，团餐为提前安排，不用不退，敬请谅解）独家升级一餐价值128/人的江景火锅。6、保险:旅行社责任保险（如出现赔付，将按保险公司相关条款进行赔付）。7、以上行程所列时间均为参考时间以实际游览时间为准。 | | |
| **费用不包含** | 1、不含仙女山小火车25元/人、天坑出口电瓶车15元/人。2、不含行程外或行程中已注明的任何自费项目。3、不含旅游人身意外伤害险，为确保人身安全，强烈建议每位游客购买“旅游人身意外伤害险”，具体赔付细则详见保险公司相关理赔条款；如因交通事故造成客人身体伤害及财物损失的，按照《中华人民共和国道路交通事故处理办法》进行赔偿，解释权及理赔权由保险公司负责。4、本行程不包含由于不可抗力因素造成的旅游中需要增加的费用：如风雪、塌方等原因使道路通行受阻行程变化的餐饮、住宿、车辆及导服等额外增加的费用，不可抗力力条件下所产生的除行程约定费用外的其它费用需由游客自行承担。5、不包含须由游客自理和自费的费用。旅游期间一切私人性质的自由自主消费，如：洗衣，通讯，娱乐或自由自主购物等。行程中罗列以外的一切费用。必须消费1、以下景区交通及娱乐项目套餐请上团后统一交给导游：天坑换乘车40+天龙旋转梯45+乌江画廊游船158+综合服务费=298/人（无任何年龄优惠退费，必含游客现付当地导游，报名即认可此协议） | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 预订须知以上行程安排及时间仅供参考，导游有权根据实际情况做适当调整。1.因为是散客拼团，游客可能来自不同的地区省市，所以，返程车次或航班均不一致，地接旅行社会根据每位游客不同的返程时间安排提前送站，请游客一定保持手机畅通，耐心等侯旅行社工作人员的联系。2. 酒店的退房时间规定为中午的12：00之前，需延长休息的游客请自行与酒店前台了解情况，并请根据酒店的要求办理退房手续。退房后可在酒店大厅等侯旅行社送站人员，大件行礼可寄存在酒店前台。贵重物品请自行保管。3.特别说明：在不减少景点和所列项目的情况下，我社可能根据实际情况调整景点游览先后顺序。酒店住宿以旅行社具体实际操作安排酒店，敬请理解。应旅游者要求，为使旅游团内旅游者更多了解目的地人文风俗，更好的体验当地文化，现将旅游合同中【旅游行程】的自由活动时间委托旅行社代为安排，经旅游者与旅行社双方充分协商，就本次旅行社代为安排和推荐的旅游购物和自费娱乐达成一致，旅游者自愿签署本补充协议。旅行社已就此次行程的购物相关、自费特色、自理项目事宜及相关风险对我进行了全面的告知、提醒。我经慎重考虑后，自愿前往上述购物场所购买商品，自愿按照自己喜好参加自费和自理项目，旅行社并无强迫。 我承诺将按照导游提醒办理相关事宜，并遵循旅行社的提示理性消费、注意保留购物单据、注意自身人身财产安全。如因自身原因取消或因旅行社不能控制因素无法安排的，对旅行社予以理解。 我同意《合同补充条款》作为双方签署的旅游合同不可分割的组成部分。备注说明1、所有参加旅行的客人请务必要带个人身份证； 住宿实行一人一证；2、如游客有男女单数，产生自然单间，请自补房差；3、有慢性病者报名时请注明健康情况，有急性病及传染病者我社不接受报名；4、以上行程均为散客拼团，行程中所列火车时刻仅供参考，以铁道部当时公布为准；往返火车铺位/座位根据报名时间随机分配；因游客人数变化较大，故每天的导游或车型都有可能变化，导游联系方式及车牌号较晚才能确定；但导游会在出发前一天的18：00左右给游客发短信，21：00左右会电话通知联系，通知车牌号码及注意事项；若21:00以后仍未接到导游电话，请游客速与我社联系，谢谢！5、所列游览顺序、景点游览时间为正常情况下的计划时间，不包括换乘交通工具的等候时间，不适用于节假日、旺季景区游客较多的时候，具体视实际游览情况而定；用餐时间不规律，请自备少量干粮。游客请务必提前十分钟到约定的地点集合乘车，超过约定时间且无法联系上即按合同条款中当天退团处理；车上请相互礼让，听从导游安排；身份证原件及合同请随身携带！景区游客较多，为防止失去联系，请游客一定随身携带导游或司机的联系电话；我社提供的接送服务因市区交通状况可能会导致部分游客等待时间较长，敬请谅解！如因我社提供的车辆未能按约定接送站或酒店，导致游客自行打车前往集合地点或酒店，因此发生的打车费用由我社承担！（游客凭此期间的出租车发票找地接导游直接报销）。6、为保证游客的人身安全，在旅游行程中因人力不可抗拒因素（如飞机、火车、轮船延误、交通事故、自然灾害、社会因素、国家政策、战争、瘟疫等）导致行程变更，我社尽力协调。根据实际行程情况，游客自愿同意旅行社在保证不降低行程标准的情况下对行程游览顺序进行前后调整。因情况严重导致不能履行合同及行程，本公司不承担任何违约责任。由此导致的费用增加由游客自理，减少的费用，本公司全额退还。7、我社按行程约定提供旅游服务，如遇不可抗力需要调整景点或游览时间，导游会提前向游客做出说明；游客也请配合导游完成行程，请勿随意行事，以免影响行程；游客如中途离团请务必告知导游并签字确认，离团过程中一切责任由客人自行负责，未产生的费用恕不退还。客人自行离团视同自动脱团，客人因脱团发生的误船误车及其它安全事故与旅行社及游船无关。自客人脱团起，视同自愿放弃所有游览项目及旅行社综合服务。8、请游客在旅游过程中注意保管好自己的个人财物；晚间休息，注意检查房门、窗是否关好，贵重物品需贴身保管。如因自身疏忽发生财物损失，我社不承担责任！9、接待质量以在旅游当地游客填写的意见单为主要依据，客人务必认真填写，如果在旅行过程中，出现任何质量方面的问题，请及时与地接导游协调。如地接导游的协调和处理无法让您满意请及时拨打报名营业点电话，我社会第一时间处理。旅途结束前，请如实填写《游客意见单》，（意见单是维护游客权益的重要凭证）我们将以此作为客人对我社旅游接待质量的依据之一，恕不受理因虚假填写或不填写意见单而产生的后续争议和投诉。如行程中对我社的接待服务或标准有异议，请在当地及时提出并在当地及时解决。如在整个行程中都未有对接待质量方面的反映，返程后再提出对接待质量的投诉，且无任何证据的情况下我社则视为无效投诉。中国公民国内旅游文明行为公约营造文明、和谐的旅游环境，关系到每位游客的切身利益。做文明游客是我们大家的义务，请遵守以下公约：1、维护环境卫生。不随地吐痰和口香糖，不乱扔废弃物，不在禁烟场所吸烟。2、遵守公共秩序。不喧哗吵闹，排队遵守秩序，不并行挡道，不在公众场所高声交谈。3、保护生态环境。不踩踏绿地，不摘折花木和果实，不追捉、投打、乱喂动物。4、保护文物古迹。不在文物古迹上涂刻，不攀爬触摸文物，拍照摄像遵守规定。5、爱惜公共设施。不污损客房用品，不损坏公用设施，不贪占小便宜，节约用水用电，用餐不浪费。6、尊重别人权利。不建议和外宾合影，不对着别人打喷嚏，不长期占用公共设施，尊重服务人员的劳动，尊重各 民族宗教风俗。7、讲究以礼待人。衣着整洁得体，不在公共场所袒胸赤膊；礼让老幼病残，礼让女士；不讲粗话。8、提倡健康娱乐。抵制封建迷信活动，拒绝黄、赌、毒。 |
| **退改规则** | 退改规则（1）请您仔细阅读本行程，根据自身条件选择适合自己的旅游线路。出游过程中，如因身体健康等自身原因需放弃部分行程，或游客要求放弃的，均视为自愿放弃，无费用退还，放弃期间的人身安全由旅游者自行负责。（2）游览期间，如因个人原因中途退团，由此造成项目未参加，费用一概不退；离团期间的安全问题由游客自理，并在离团前签订离团证明，如有问题，我社可协助解决，但不承担责任。（3）以上行程时间安排仅供参考，因各种不确定因素影响，我社有权在不减少游览景点的前提下，根据实际情况合理调整游览顺序。如遇天气等不可抗力因素导致无法正常游览，只负责退还本社的优惠门票，旅行社不承担由此造成的损失和责任，如产生超支费用由游客自理。（4）本线路价格为综合报价，持有任何优惠证件的游客均不再享受景区门票的优惠政策。如产生免票的，仅退还行程中所含景点的旅行社团队折扣价（赠送项目费用不退）；行程中自费景点如自带门票或使用优惠证件的需另外缴纳车位及导游服务费 100 元/点/人。 |
| **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，【 2025】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** | 旅行社意外伤害险 |
| **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 |