**（2025贵州）【黔寻秋意之山脊之巅】双飞6日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GZ1756885329D2 | **出发地** | 甘肃省-兰州市 | **目的地** | 贵州省 |
| **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** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **各地 > > > 贵阳**欢迎来到贵州的省会城市——爽爽贵阳，根据机场/高铁站/火车站抵达时间安排有专车接您，送至指定酒店入住，后可自由活动，请注意人身财产安全。【像本地人一样游贵阳】【太平路】：贵阳宝藏潮街2.0 【东山寺】：鸟瞰贵阳全景的的日落打卡点【黔灵山公园】：0元看大熊猫＆猴子 【花溪区十字街】：公园+咖啡+音乐会松弛体验【美的悦然时光】：美食+阶梯音乐会 【青云市集】：贵阳赛博朋克夜市＆0元路边音乐会\* 音乐会时间不固定，请关注各点音乐会预告温馨提示：市区打的起步价10元起（晚上22:00后12元起）当日车程：贵阳机场/高铁站约30分钟—贵阳酒店交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳 |
| **D2** |
| **行程详情** | **酒店 → 织金洞 → 水城古镇 → 六盘水**早餐后乘车前往国家重点风景名胜区、世界地质公园——【织金洞】（不含景区观光车20元/人，保险10元/人，费用需自理），午餐后乘车前往前往游览【水城古镇】，游览结束乘车前往酒店入住。★【织金洞】“中国溶洞之王”、地下塔林、广寒宫、凌霄殿、掌上明珠、霸王盔雄伟壮观的“地下塔林”、虚无缥缈的“铁山云雾”、一望无涯的“寂静群山”、磅礴而下的“百尺垂帘”、深奥无穷的“广寒宫”、神秘莫测的“灵霄殿”、豪迈挺拔的“银雨树”、纤细玲成的“卷曲石”、栩栩如生的“普贤骑象”、“婆媳情深”……一幅幅大画卷，一处处小场景，令人心魄震惊，叹为观止。据专家考察比较，织金洞规模体量、形态类别、景观效果都比誉冠全球的法国和南斯拉夫的溶洞更为宏大、齐全、美观。★【水城古镇】“荷城”、文化、山水、“一水绕两核”、“七桥串古今”以“文化”和“山水”为主题，围绕“一水绕两核”、“七桥串古今”构建，着眼于完善城市功能、保护古镇特色，注重保留水城古镇独特的建筑风格，保留“三线建设”时期建筑元素，是独具特色，集自然、人文、观光、休闲、度假为一体的特色古镇。当日车程：酒店约2小时-织金洞约2.5小时-水城古镇约0.5小时-六盘水交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 六盘水 |
| **D3** |
| **行程详情** | **酒店 → 阿西里西韭菜坪 → 兴义**早餐后乘车前往游览【阿西里西韭菜坪】（不含景区观光车往返50元/人+缆车往返80元/人，费用需自理），游览完毕乘车前往酒店入住。★【阿西里西韭菜坪】原生态韭菜花海连绵数万亩，每年八九月盛开，五彩缤纷，气势磅礴。放眼望去，起伏的山丘上数万亩野韭菜花竞相开放，漫山遍野的紫色球状韭菜花，点缀在万亩绿色草叶之间， 灿烂，辽远，让人心旷神怡。畅游花间，野韭菜花的芳香扑面而来，令游人留连忘返，陶醉其间。当日车程：酒店约1.5小时-韭菜坪3.5小时-兴义交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 兴义 |
| **D4** |
| **行程详情** | **酒店 → 马岭河 → 万峰林 → 万峰湖 → 兴义**早餐后乘车前往【马岭河峡谷】（不含观光电梯单程30元/人、往返40元/人，属景区内自愿消费项目），午餐后乘车前往“中国锥状喀斯特博物馆”【万峰林景区】（不含景区观光车50元/人，费用需自理；小火车50元/人，属景区内自愿消费项目），游览完毕乘车前往【万峰湖景区】（不含游船80元/人，费用需自理），游览结束后入住酒店。★【马岭河峡谷】“百画、百瀑、百帘、百泉”、“天下第一缝，中国第一漂”、一步一景由于长期雨水的侵蚀作用，地块被塑蚀成深切狭长的地缝景观，孕育了多姿态多采的“百画、百瀑、百帘、百泉”的奇观，构成了马岭河峡谷的独特风景 “百画”，拥有国家自然遗产、国家重点风景名胜区、国家地质公园三大桂冠。景区内人文古迹众多，民族风情浓郁，气候温和湿润，四季如春，昼夜温差小，冬无严寒，夏无酷暑，是人们寻幽、览胜、访古、探奇、避暑、休闲的胜地。由于“千泉归壑，溪水溯蚀”的作用，孕育着多姿多彩的峡谷奇观。★【万峰林景区】喀斯特峰林、列阵峰林、宝剑峰林、群龙峰林、罗汉峰林、叠帽峰林由近两万座奇峰翠峦组成，放眼万峰，山形高耸、连绵不断、气势宏大壮阔，与山下弯曲的河流、古朴的村寨、葱郁的树林融为一体，构成天底下罕见的峰林田园风光。明代著名旅行家徐霞客就曾到过万峰林，赞叹：“天下山峰何其多，惟有此处峰成林”。根据峰林的形态，分为列阵峰林、宝剑峰林、群龙峰林、罗汉峰林、叠帽峰林等五大类型。每一类都各具特色，既独立成趣，又与其他类型的峰林相辅相成，组成雄奇浩瀚的景观。万峰林旅游景区先后获得“国家重点风景名胜区”、“中国最美的五大峰林”等称号。★【万峰湖】一日三景、吉隆堡、红椿码头、水上布依山寨万峰湖因万峰环绕而得名，是云贵高原上的一颗平湖明珠，享有“ 万峰之湖，西南之最，南国风光，山水画卷 ”之美誉。景区美景天成，山中有水，水中有山，烟波浩渺，丛峦叠嶂，鱼肥水美，是众多钓鱼者聚会的天堂，湖光山色美不胜收。它早、中、晚景致各异，还有“一日三景”的美誉。当日车程：酒店约0.5小时-马岭河约0.5小时-万峰林约1小时-万峰湖约1小时-兴义交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 兴义 |
| **D5** |
| **行程详情** | **酒店 → 黄果树 → 贵阳/贵安/龙里**早餐后乘车前往【黄果树风景名胜区】，为国家AAAAA级景区，景点之间需换乘景区观光车（50元/人，保险10元/人，费用需自理；不含大瀑布扶梯单程30元/人、双程50元/人，属景区内自愿选择消费项目。）游览完毕乘车前往酒店入住。★【黄果树大瀑布】亚洲第一大瀑布、盆景园、水帘洞、可从8个方位观赏世界著名大瀑布之一，以水势浩大著称。瀑布高度为77.8米，宽101米，也是亚洲第一大瀑布，可以从上、下、前、后、左、右、里、外八个方位观赏。每当水量充沛时，黄果树瀑布便如银河倾泻，水声震耳欲聋，气势磅礴，令人叹为观止。瀑布后有一长达134米的水帘洞拦腰横穿瀑布而过，穿过水帘洞，仰望大珠小珠落玉盘。★【天星桥上半程】数生步、水上石林、美女榕、天星湖、高老庄脚踏在石上，人行在水中，小桥流水，曲径通幽，这里溶汇了喀斯特地貌的精华，集山、水、林、洞、根、滕、石、瀑为一体。蕴含了世界上每个人生日的数生步，自然形成宛如美女的根抱石景观，风刀水剑刻就的万顷盆景，根笔藤墨绘帛的千古绝画，带您领略大自然的鬼斧神工。★【陡坡塘瀑布】“吼瀑”、西游记黄果树瀑布群中最宽的瀑布，是一个高21米、宽达105米的天然坝型瀑布，平水时，水流清澈，瀑布水层沿着和缓的瀑面，均匀地撒开，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，故有人戏称为“新娘面纱”。但当洪季来临，白水河中由于携带了大量山洪冲下来的泥沙而呈土黄色，陡坡塘瀑布便消失了往日平水时的秀色，而变得异常凶猛雄壮。 这里也是《西游记》中唐僧师徒四人牵马过河的取景地。【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。3、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。当日车程：酒店约3小时-黄果树约2小时-贵阳交通：大巴 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 贵阳/贵安/龙里 |
| **D6** |
| **行程详情** | **酒店 → 送站**早餐后根据航班时刻送站、结束愉快的旅途！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1. 交通：用车横排2+1头等舱保姆车（7人以内使用奔驰/别克商务车）。2. 住宿：行程所列酒店或同级标准酒店，不提供三人间，如产生单人请自行另补单房差。3. 用餐：行程中团队标准用餐（人数不足10人，则菜品数量相应减少），含5早5正餐，30元/人/餐的标准。（当地特色美食，地道黔味体验；行程中备注不含用餐敬请自理，如因自身原因放弃用餐，则餐费不退）4. 门票：含行程所列景点首道大门票，具体请参考行程描述。（贵州景点购票为实名制，请提前准备身份证交予导游） 5. 导服：当地中文导游，贴心服务。 |
| **费用不包含** | 1. 不含单房差，如全程未产生住宿费用则退房差。 2. 不含景区必消小交通：黄果树观光车50元/人+保险10元/人，织金洞观光车20元/人+保险10/人，万峰林观光车50元/人，万峰湖游船80元/人，韭菜坪观光车往返50元/人+缆车往返80元/人，合计350元，费用需自理。3. 不含景区内自费项目：黄果树大瀑布扶梯单程30元/人、双程50元/人，万峰林小火车50元/人，马岭河电梯单程30元/人、往返40元/人，属景区内自愿选择消费项目，可根据个人需要自愿选择。4. 儿童价标准：年龄2~14周岁（不含），不占床，只含车费、正餐半餐费和导服，不含景区门票及小交通，产生的其它费用敬请自理。5. 保险：包含旅行社责任险，不含旅游意外险。（请游客或组团门市出团前购买旅游意外险，注：若未购买旅游意外险的游客或组团门市，责任自负，敬请知悉！）6. 服务项目未提到的其它一切费用，例如特殊门票等，请自理。7. 酒店内行李搬运、洗熨、电话、传真、收费电视、烟酒、饮料等私人费用，请自理。8. 旅游费用不包括旅游者因违约、自身过错、自由活动期间自身行为或疾病所引起的人身和财产损失。 |

**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** | 儿童标准：14岁以下按儿童算，14岁以上按成人算儿童超过1.2米，需补景区必销小交通儿童不含酒店床位费，不含早餐（如酒店需额外收费，敬请现场自理）儿童不含多彩贵州风表演（儿童价100元/人）儿童费用包含：车位费、餐费半价、服务费 |
| **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              |