**D3-尊享长白-双高5日游-20250626行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | JH-DB17509205992S | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 高铁 | **返程交通** | 高铁 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **北京-长春**北京乘坐火车前往中国汽车城之称的---长春，抵达后工作人员安排相近时间客人同时出发送往酒店（会出现个别等待现象，敬请谅解）乘坐高铁抵达长春的乘客，今日可抵达长春，今日无导游，司机接站，送至酒店，今日自由活动。高铁参考车次：北京-长春(约3.5-4.5小时) G959(07:45/12:34)/G931(08:30/13:05)/G937(10:07/15:08)/G965(11:40/16:36)/G3641(11:32/16:22)G967(12:12/16:46)/G3603(13:00/16:58)/G947(13:40/18:32)/G917(15:00/18:51)/等说明：客人可自行选择出行交通方式，不指定车次和铺位，以实际出票为准：【温馨提示】 工作人员提前一天电话确认接机事宜，请保持手机畅通。抵达酒店后自行出示身份证件办理入住手续。按照酒店要求自行缴纳入住押金。退房时客人自退押金，导游晚20:00左右短信或电话通知次日集合时间。【入住提示】参考酒店房型（双床/大床）不指定，如您有特殊要求，请您在预定时提前备注说明，我司将尽量安排，实际房型以酒店前台为准。交通：高铁 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 长春携程四钻 |
| **D2** |
| **行程详情** | **吉林-延吉-二道白河**早餐后赴延吉市，游览【中国朝鲜族民俗园】在这里可以欣赏和体验朝鲜族传统生活习惯，古朴的民居，秋千、跳板、摔跤场，村内展示着百年老宅、山地民居、富人宅邸等朝鲜族特色建筑，再现了从古代达官贵人到普通人民的生活方式、居住档次和室内装修情况。其中的九座百年老宅是来自全州不同县市的各个村落，最大程度的保留了朝鲜族传统老宅的原始风貌。游人置身其中，不禁被浓郁的民族乡土气息深深吸引。午餐已含：【韩味小筑】随后来到延吉必打卡地：【延边大学的网红弹幕墙】延吉网红墙(延边大学正对面)，这是一个拍照超级出片的地方，不管是风景照，还是人像照，不管是用的专业相机，还是手机，高级感大片信手拈来，延吉旅行的“流量密码”，不来一趟这里都不敢说自己到过延吉。让你一秒穿越到韩国的感觉。打卡后乘车前往二道白河小镇，入住温泉酒店。【长白山温泉】（占床客人赠送温泉，不去不退，不可转让。）。长白山温泉有“神水”之称，属于高热温泉，多数泉水温度在摄氏60度以上，最高泉眼可达摄氏82度，把自己滑入温润的泉水中，氤氲的水汽掩着远处的茫茫长白山颠，倾世豪情融化了一腔豪情，自备泳衣放松一下吧~舒舒服服洗个温泉澡，长白山好梦！！第二天又是满状态。整洁、卫生的环境和细致、周到的服务可以让宾客在缓解疲劳之时享受尊贵。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 长白山四钻 |
| **D3** |
| **行程详情** | **长白山-敦化/镜泊湖**早餐后，乘车赴国家5A级景区【长白山国家级自然保护区】。【长白山国家级自然保护区北坡】国家5A级景区（已含首道大门票105元/人，不含必须乘坐环保车80元+倒站车85元+环线车35元）：抵达后乘坐环保车进入景区。景区中转服务站自由活动或根据天气情况，乘坐景区倒站车（旺季人多需排队等候）登松花江、鸭绿江、图们江三江之源亚洲最大的火山口湖【长白山天池】：又称白头山天池，是中国境内保存最为完整的新生代多成因复合火山，天池周围火山口壁陡峭，并形成十几座环状山山峰，海拔均在2500米以上，素有“三江之源”的雅称。2000年，长白山天池被上海大世界基尼斯总部公布为“海拔最高的火山湖”。【长白山瀑布】：是长白山天池北侧的天文峰和龙门峰的中间的一个缺口，这个缺口就是天池的出水口，被称为“闼门”。天池的水从闼门流出来在白头山天池的北侧，距长白山瀑布下约1公里处，有一奇特的天然温泉群【聚龙泉】：是温泉群中水量最大、分布最广、水温最高的温泉，堪称长白山第一泉。后游览【长白山小天池】：在长白瀑布以北3公里处，隐在幽静的岳桦林中，在周围的岳桦树环绕下仿佛套上一个银色的光环，所有这里又名“银环湖”。【绿渊潭景区】：因池水碧绿深窘而得名。绿渊潭瀑布飞流直下，最高落差达26米，瀑水落于巨石而四渐，而后流入深潭。每逢雾起，潭上水雾弥漫，与高山岳桦、旷古巨石浑然而一体，美不胜收，恰似人间仙境。后下山【小贴士】：门票：105元/人已含，景区交通车：环保车85元/人+环线车35元/人+倒站车80元/人自理。旺季长白山景区限流（如果遇到长白山北景区限流改到长白山西景区）体验【长白山漂流】（赠送景点-根据情况调整游览顺序-也可能上山前游览）：长白山漂流,体验自然拥抱生命之美，沉浸在清澈的河水中,感受无尽的自由与快乐一路欢笑,一路探险,让美好的回忆留在心底，漂流途中,随着河水的跌宕起伏,心情也随之起伏，看着流水潺潺,心情内心仿佛也变得澄净，水流速度适中，两岸景色优，欣赏美景的同时一定要注意安全哦！后游览【长白山东北虎园】（赠送），近距离观赏东北虎的风采，让您大开眼界，感受虎虎生威的神采。【长白山朝鲜族古村落】把一个百年前的朝鲜族村落，鲜活地再现在世人面前，为人们了解中国朝鲜族打开了一扇窗口，它将解开封清政府长白山开禁政策与朝鲜移民潮形成之谜。走进朝鲜族农耕文化展览馆，您将会看到朝鲜族的农耕、稻作、礼仪、服饰、风俗等文化历史积淀与灿烂的农耕文化原生态特征。在古村落的体验馆里，您还可以尽情体验辣白菜的腌制、打糕等朝鲜族传统美食的制作工艺。古村落非遗馆里展示着朝鲜族传统歌舞、民俗等绚丽多彩的非物质文化遗产。朝鲜族古村落将向您全面、系统地展示中国朝鲜族的百年历史，为您揭开百年朝鲜族神秘的面纱。（村民售卖产品与我公司无关，自愿购买）随后前往敦化/镜泊湖入住。【温馨提示】1、旺季长白山景区限流（如果遇到长白山北景区限流改到长白山西景区）2、旺季长白山游客较多，且部分酒店早餐时间较晚，为保证游览顺利，故早餐为餐包，给您带来不便，敬请谅解！3、景区内行程自由、分散故不统一安排午餐，景区内有自助餐厅60元/人。景区里提供温泉鸡蛋，温泉玉米，泡面等供游客选择。4、长白山景区观赏效果视天气而定，如遇大雨大风可能出现封山情况出现，根据当天实际情况，如景区交通未产生，可当地退还；5、长白山景区由导游带到天池后自由活动，故无全程陪同，请您自行游览景区内景点，并注意安全。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 敦化/镜泊湖四钻酒店 |
| **D4** |
| **行程详情** | **敦化/镜泊湖-横道河子-哈尔滨**早餐后，游览【镜泊湖景区】（含大门票）（景区电瓶车30元/人自理），观赏我国著名的三大瀑布之一—【吊水楼瀑布】，观黑龙潭。吊水楼瀑布因其居镜泊湖北端，又名镜泊湖瀑布。火山爆发，熔岩遇江水形成一道天然大坝。坝上为湖，坝下为江。镜泊湖出口，水流深切玄武岩石中，形成瀑布。瀑布四周布满黑色的火山岩，落差20米，幅宽40米，洪水期瀑布宽达100多米。因受下跌水流冲蚀，瀑底形成直径70米、深60米的圆形水潭。瀑水飞泻直下，浪花四溅，气势磅礴，震声如雷。后乘电瓶车抵达码头，自由活动，由导游带领前往观看镜泊湖著名景观“毛公山”。后乘车前往横道河子（以下景点整体游览40-60分钟）午餐品尝镜泊湖特色滋补鱼宴。【俄罗斯风情小镇风景区】【俄罗斯童话乡】网红玩法初体验；百年老镇的美丽教堂，见证了这片土地一个世纪的变迁。【东正教圣母进教堂】是全国唯—的全木质东正教堂原址，呈现出俄罗斯早期的建筑风格。【油画村】位于圣母教堂东南，是鲁迅美术学院等7家美院的写生基地，不时有主题展，另有一些私人 根雕、铜器等手工作坊，街墙上也挂着一幅幅油画。【俄罗斯老街】位于教堂的另一个方向，可在参观完油画村后原路折返老街两侧尽是黄白相间的小砖房为当年中东铁路职工的寓所，继续往前走，有几间俄式木刻楞，左右邻里仍以砖房 为主比起老街一带更有生活气息，异域风情的绝妙气质，假装自己在俄罗斯乡间漫步。【横道河子机车库】是铁路史上的“明星”建筑，从空中望去，机车库宛若一把打开的折扇，15个紧密排列的车库是15根扇骨搭起的扇面，这是大蒸汽时代的遗迹，中国火车站的“颜值担当”！下午乘车抵达哈尔滨入住。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 哈尔滨四钻 |
| **D5** |
| **行程详情** | **哈尔滨市区游-北京**【索菲亚教堂】（外观）远东最大的东正教教堂，有着“帐篷顶、洋葱头造型的拜占庭式建筑，气势【百年老街中央大街】它记录了这座城市的历史、变迁、被称为“亚州第一街”，穿梭期中，就像走在一条建筑艺术长廊一般， 是哈尔滨乃至全国最具特色的步行街之一。恢弘，精美绝伦，构成了哈尔滨独具异国情调的人文景观和城市风情。【打卡中央书城】借助中央大街的人气和地气，浓郁的欧式气息，一举成为学生打卡地。【打卡万国洋行】存在中央大街的历史长河中，已变成大街的一部分，一座古朴的小楼承载着多年回忆。【打卡大街邮局】小小的房间，大大的思念，在中国快速发展之前，成为传递思念最快的方式。【中东铁路桥】19世纪末，随着中东铁路第一根枕木的落下，成为了少有的先有铁路，后建城的城市，又被称为“火车拉来的城市”；“T”字型的中东铁路线在这里交汇，走上铁路桥，忆当时的华洋杂集，与欧美并驾齐驱的大都市；【人民防洪纪念塔】在塔身上记录着几次危险的最高水位，它是哈尔滨开埠以来最年轻的保护建筑，建立在美丽的松花江畔，它记录了哈尔滨几次历史性的洪水峰值位置，记录了人民抗洪护城的英雄时刻！它代表着这座英雄城市历史的记忆和对未来的无限憧憬。参观【哈尔滨工业大学】，航天馆、校史博物馆、大学校园，庄重而典雅的建筑在岁月的洗礼下散发着独特的魅力。那些古老的教学楼，不仅见证了800壮士为中国工业科技崛起的奉献，也见证了一代又一代学子的成长与奋斗，承载着哈工大百年厚重的历史底蕴。冬日里，皑皑白雪覆盖着校园，为其增添了一份宁静与圣洁。建筑的轮廓在白雪的映衬下更加清晰，宛如一幅幅精美的画卷。参观哈尔滨工业大学，不仅是一次视觉的盛宴，更是一次心灵的洗礼。在这里，你能感受到知识的力量、创新的活力和历史的沉淀，让你对未来充满了无限的憧憬和期待。（赠送景点：周一闭馆，或政策性闭馆，费用不退）【东北饺子】来哈尔滨，怎么能不吃顿饺子呢。参考菜单：三鲜水饺3盘、西芹猪肉3盘、白菜猪肉3盘，青椒猪肉3盘，西葫芦鸡蛋2盘、炝拌土豆丝、香辣菠菜、酸辣海带、鸡汤豆腐丝。行程结束后，根据火车时间安排送站返回北京。高铁参考车次：哈尔滨-北京（约10小时-14小时）G908(16:24/21:23)G910(16:36/21:28)G942(17:05/22:41)G954(17:32/22:54)等【特别说明】因为各种原因，火车车次不稳定，以实际出票车次为准，不指定车次和铺位。请熟知。以上行程时间安排可能会因航班、天气、路况等不可抗力因素，在不影响行程和接待标准前提下，进行游览先后顺序调整，敬请谅解！交通：汽车+高铁 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 温馨的家 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 大交通：北京-长春高铁二等座 哈尔滨-北京高铁二等座用车：每人1正坐（满15人升级2+1头等舱豪华大巴）用车特别说明：如遇高速公路封路，区间汽车改成火车，火车票费用自理，旅行社有权调整行程先后顺序。接送站/机根据实际人数安排车辆为小车/商务车门票：中国朝鲜民俗风情园、长白山大门、镜泊湖门票（不含小交通）赠送景点：长白山漂流、长白山东北虎林园、哈工大参观赠送景点特殊原因无法参观不退费用，儿童因不含门票请旅游者于景区售票处自购。酒店：全程网评四钻酒店（我社不提供自然单间，产生单男单女，会安排调整三人间或补齐房差）参考酒店：长春4钻：美豪酒店、思瑞秋酒店、丽晶饭店、雅客小镇酒店、羽吉藏茶酒店或同级二道4钻：金水鹤、山水泉、观景温泉、季枫、山水泉、御麓泉、乐高美或同级（6月20日前升级5钻）镜泊湖/敦化4钻：天泊丽景、雪乡湖畔度假酒店、敦化金豪精品酒店、敦化泰格酒店、敦化金豪国际商务酒店哈尔滨4钻：悠融酒店、伯爵酒店、华融饭店、世界欢乐城达维景酒店、奥利加尔酒店或同级由于东北处于旅游起步阶段，硬件水平和服务意识仍有待提高，旺季如遇满房等不可抗力因素，我社有权调整入住城市。用餐：全程含4早5正餐 （酒店含早不吃不退，不占床无早餐，十人一桌，八菜一汤，酒水自理，不足十人菜品酌减） 特色餐顺序根据实际情况我司有权调整，团上不足6人餐费现退导游：司机兼向导，负责行程活动中接待服务，不提供景区讲解服务，敬请谅解！保险：旅行社责任险，建议自行购买意外保险。儿童：1.2m以下，只含当地车位、导服、半价正餐，不占床，不含早餐，其他费用产生自理注：2周岁以上12周岁以下儿童不含门票、床位及早餐。车位、导服、正餐半餐 其他：因交通延阻、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所引致的额外费用。酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费；当地参加的景区交通以及以上"费用包含"中不包含的其它项目。赠送项目，如因时间、天气或是政策原因我社有权利取消该项目，赠送项目不去不退！再不减少客人游览景点的前提下，我社导游根据实际情况有权调整行程景点先后顺序！ |
| **费用不包含** | 、根据景区规定需乘坐以下小交通（无年龄优惠当地现付）镜泊湖电瓶车30 元/人、长白山环保车85元/人+环线车35元/人+倒站车80元/人（自理） 2、个人旅游意外险（建议旅游者购买）；3、如遇单男、单女的情况，请自补房差；4、个人费用，包括：酒店内电话、传真、洗熨、收费电视、饮料等费用；洗衣，理发，电话，饮料，烟酒，付费电视，行李搬运等私人费用；签证相关的例如未成年人公证，认证等相关费用； 5、自由活动期间的餐食费和交通费；6、因交通延误、取消等意外事件或战争、罢工、自然灾害等不可抗拒力导致的额外费用；7、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；8、“旅游费用包含”内容以外的所有费用；9、导游会利用无聊的乘车时间，为游客简单介绍当地糖果、小食品等品偿后根据个人需求而定；为了丰富行程的丰富性及更好的体验度，我们将会推荐当地一些特色项目自愿参加不强制。1、ATV全地形车穿越山林间280元/人2、镜泊湖峡谷景区套票/镜泊湖全湖280元/人3、哈尔滨室内冰灯238元/人 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、我社已办理旅行社责任保险，意外伤害保险请自行办理。2、游客不得私自离团，如因特殊原因必须离团，请游客必须给导游签离团申请书，并要求游客所报名的组团社以确认件的形式传真至我社，待我社确认后方可离团，未发生的费用一概不退，离团后所发生的任何情况均和我社无关。如客人未提出离团申请而私自离团，我社会立即向有关部门申报，解除旅游合同，并不承担因此而造成的任何相关的责任和义务。3、我社在不减少景点的前提下可以根据实际情况和游客协商调整行程的先后顺序，如遇天气、景区政策性调整等不可抗拒因素不能正常游览的景点和餐宿我公司按成本退还给游客。4、游客在游览中自愿放弃餐、住宿、景点等旅游项目，未产生的费用一律不退。 5、游客进行一些自费或自选活动之前，导游会讲解特别注意事项，请游客一定认真听取，严格按照要求操作。6、出游期间,在餐厅时可能会出现等位现象,请客人互相谅解;在景区游览人数可能很多,请注意保管好随身携带的贵重物品,特别是在拍照的时候;贵重物品请不要放在车上。7、在旅游过程中,应本着“安全第一”的原则,参加高危险项目,所产生后果自行承担。8、若您在旅途中有什么不愉快,请与您的导游友好协商;若遇上困难,请及时与我社联系。并如实填写好意见反馈单,我们将以此作为处理投诉的主要依据.。9、因人力不可抗拒因素，导致计划变更而超出的费用由旅游者承担，节省的费用返还旅游者。行程中赠送项目若因航班时间、天气、人力不可抗拒等原因导致不能赠送的，我社不退任何费用！10、如出现自然单间请补房差，或调整为三人间。11、感谢您对我社的支持和信任，为能给客人提供更称心的旅程，我社接待质量以客人意见单为准，请各位客人认真填写，有任何问题请第一时间致电意见单上的质检电话，我们将第一时间为您解决。如果游客在完团后提出与其填写意见不符的投诉，我社将不予处理。 |
| **温馨提示** | 、签定合同请提供有效正确的身份信息，并于行程中随身携带身份证件，遗忘遗失等造成的无法登机，无法入住酒店等损失由旅游者自行承担。2、东北三省均是老城市，该城市的三星、四星酒店普遍比内地大部分城市的同类酒店要旧，请您多多包容。较多酒店洗手间是浴缸和瓷砖地砖，洗漱沐浴时请注意防滑！3、东北地区的饮食口味偏咸。在旅游过程中，注意饮食卫生。旅游途中游客自行加菜或自己点菜，必先了解清楚价格和口味是否合适，如发生不愉快事情，我社将不再承担由此而引发的相关责任，敬请谅解。 4、请在旅程中听从导游/司机兼职向导的统一安排，遵守时间，统一行动，请不要擅自离团行动，不要进入旅游禁区。5、东北线路及旅游景区距离相对较远，车程时间较长，请调整旅游心态，放松心情休闲游览。6、以上产品70岁以上、孕妇、新疆少数民族不收，如60岁以上客人有监护人随行需签定免责及健康证明 |
| **报名材料** | 、出行安全注意事项1、旅游者应确保自身条件适合参加旅游团队，应根据个人年龄、身体状况等情况选择旅游线路和项目，行程中要自带适当的防护用品以及必备药品，做好个人健康及安全防护工作。2、景区（点）游玩时，应严格遵守景区（点）设置的安全提示和警示。3、参加水上娱乐项目，应穿戴救生衣或其他救生装备，听从工作人员指挥，勿超越安全警戒线，前往深水水域或危险河道。4、游客登山或参与活动中应根据自身身体状况进行，并注意休息，避免过度激烈运动导致身体无法适应。5、乘坐缆车或其他载人观光运载工具时，应服从景区工作人员安排；遇超载、超员或异常时，千万不要乘坐，以防发生危险。6、不私自参加行程以外的活动或项目。7、游客参加行程中安排的危险性较大的活动或项目（包括但不限于：骑马、攀岩、漂流、滑雪、潜水、滑板、蹦极），应严格遵守安全注意事项，并在相关工作人员指导下进行游玩，同时穿戴相应的安全装备（安全帽、护具、专业登山鞋等）。8、患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压者以及其他等疾病或身体情况不允许的游客，切勿参加危险性较大的活动或项目（包括但不限于：骑马、攀岩、漂流、滑雪、潜水、滑板、蹦极）。9、经过危险地段（山路或泥泞道路等），应注意安全不要打闹嬉戏，不相互拥挤等，前往险峻处游览，不要攀登、攀爬等。10、参观游览时，听从导游或领队安排，不擅自离队，单独游玩。11、外出旅游要带好证件（身份证、护照等），随身携带保管好贵重物品，不要将证件或贵重物品交予陌生人保管。12、夜间或自由活动期间出行，游客应当选择自身能够控制风险的范围内活动，并告知导游或领队，同时注意安全。13、老年人、未成年人、残疾人等旅游者，旅游中遇身体不适，不要强求和存侥幸心理，应立即就医，并告知导游14、旅游期间不得乱扔烟头和火种。15、如遇（雨天、雪天、塌方、险路等）或易滑区域，应注意安全，慢行、缓行、绕行。16、当旅游目的地国家政治动荡或突发事件频繁发生时，请谨慎前往。17、如遇旅游突发安全事故，及时向事发地有关公安、交通、旅游主管部门报警，并快速联系医院提供救助，组织必要的自救。出境游应向我国驻当地外交机构报告救助，请求境外有关部门协助开展医疗急救、财产保护、安置安抚和游客转移等工作。二、交通安全注意事项1、在旅游中听从导游和领队安排，记住集合时间、地点、车型、车牌等。2、遵守目的地交通规则。3、乘坐交通工具时，要系好安全带，不要将身体任何部位伸出窗外，在交通工具停稳后方可离开；上下交通工具时，须排队等候，讲究文明礼貌，并优先照顾老人、儿童、妇女，切勿拥挤，打闹嬉戏，以免发生意外。4、不带危险或易燃易爆物品上车。5、车辆行驶中，不得与驾驶员交谈，不得向车外抛弃物品。6、进入机场、火车站、车站、码头等公共场所，应严格遵守（机场、火车站、、车站、码头等）公共场所的安全规定。三、食宿安全注意事项1、旅途中购买食品要注意食品质量，不要购买“三无”（无生产日期、厂家、地址）商品。2、旅途中要注意食品安全卫生，不吃生食、刺身、不吃景区或街头无证摊点供应的小吃，不饮酒，不暴饮暴食。3、携带贵重物品入住酒店时，应及时办理贵重物品寄存，行李物品不脱离视线。4、入住酒店后，须了解酒店安全通道位置和安全疏散示意图；须检查酒店为你所配备的用品（卫生间防滑垫等）是否齐全，有无破损，如有不全或破损，请立即向酒店服务员或导游或领队报告。如因酒店原因，未能配备，请游客小心谨慎，防止发生意外。5、不要将住宿酒店房号告诉陌生人；不要让陌生人进入房间；出入房间要锁好房门，关好窗户。6、不要翻越酒店门窗或阳台围栏。在酒店或者餐厅光滑路面行走时小心行走，防止摔到损伤。四、购物娱乐安全事项1、不要轻信流动推销人员的商品推荐；不要随商品推销人员到偏僻地方购物或取物；无意购买时，不要向商家问价或还价，购物时应向商家索取正式发票。2、 要细心鉴别商品真伪，不要急于付款购物。3、在自由活动期间外出不要单独行动，不要参与涉嫌违法的娱乐活动。五、其他安全注意事项1、老年人或未成年人参团,需家属或朋友陪同参加，并签订《健康证明》和《免责书》。2、旅游车辆严禁超载,未成年小童及婴儿均需占有车位。3、凡患有心脏病、高血压、醉酒、怀孕或身体不适者不要浸泡温泉。4、孕妇参团,请事先告知，不得隐瞒。5、进入少数民族地区游玩时，请尊重当地少数民族的风俗和信仰,避免与当地居民发生冲突。6、参加游览时，穿运动鞋或平底鞋(不要穿新皮鞋、高跟鞋和硬底鞋),避免摔伤及扭伤。 |