

W A N W E I C H O N G Q I N G T I Y A N S H A N C H E N G C H E

传奇毕业季

主题产品

青春记录式旅行
CHUANQIBIYEJI

玩转 young 大重庆

都市
CHUNWAN
纯玩

BIYE!!

青春毕业季 首款都市纯玩产品

玩转 大重庆

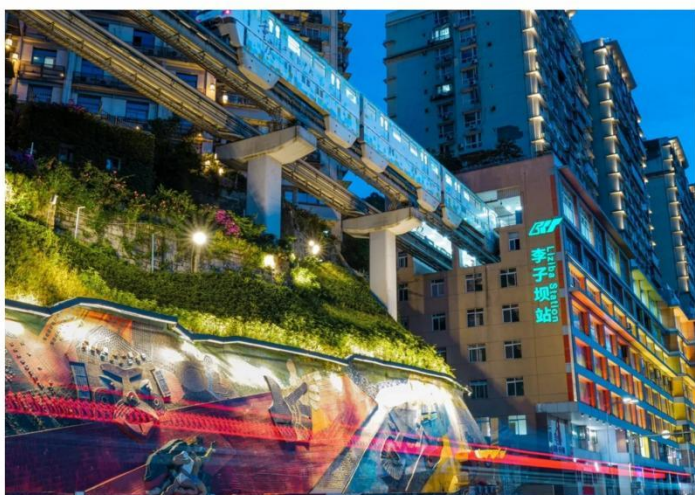
雾都永远不缺故事
热闹的喧嚣声里人来人往
独属于少年的炙热与勇敢……
来重庆，记录重庆，因为山城值得！

8D 魔幻重庆 MOHUAN CHONGQING

走近重庆奇幻交通世界

MOHUANCHONGQING

穿楼而过的轨道交通
横跨江面的长江索道
解锁山城人民的交通出行



开往夏天的列车遇见嘉陵江的微风
造型奇特的山城建筑
永远都可以在这里发现惊喜
随手一拍皆是大片



重庆的交通
“上天入地，穿山过海”

玩转
大重庆

音乐BBQ+火锅天花板+好吃街



小桥夜色 水榭楼台
灯光渲染 文艺表演



重庆火锅天花板
南山鲜龙井火锅
吃美味火锅
看美丽夜景

麻辣鲜香品味舌尖重庆
吃重庆地道美食
最抚凡人心
人间烟火气



没错,我也很喜欢重庆

Yes, I also like Chongqing

重庆潮流青年聚集地

峨岭二厂

《从你的全世界路过》
《少年的你》拍摄地



这里拥有最独特的视角
复古、怀久、文艺
打卡拍照不踩雷

**历史文化
与现代文明交融**

走近悠悠古今



弹子石老街



CHOANGQING

玩转
大重庆

泡汤/冷水冲浪

在重庆过最清凉的夏天

Wenquanchonglang



超大泳池 激情冲浪

肆意飞扬

湿了身体 潮了青春



When you have true faith,
the power of faith becomes a reality.

网红都市纯玩五日游

行程速览

X I N G C H E N G S U L A N

DAY 01

接机-送酒店

DAY 02佛图关-李子坝-鹅岭二厂-中餐-钟书阁-涂鸦一条街-
交通茶馆-住贝迪颐园温泉酒店（音乐BBQ-冷水冲浪）**DAY 03**民国街（换装秀）-中餐-山城步道-十八梯-八一好吃街-
解放碑-洪崖洞-大剧院-重庆夜景**DAY 04**磁器口-观音桥好吃街（寻觅美食）-长江索道-弹子石老街-
龙门浩月-火锅天花板（南山鲜龙井火锅）-看重庆最美夜景**DAY 05**

接机-送酒店



DAY1	出发地-重庆			
	早餐：自理	午餐：自理	晚餐：自理	住宿：重庆

游客根据航班/车次时间乘飞机/动车/火车赴重庆，专业接机人员接至酒店入住。入住酒店后，根据时间安排可自由选择前往重庆商圈步行街或网红景点游览。当天无全陪导游陪同，请注意自身人身财物安全！

重庆，简称巴和渝，别称巴渝、山城、渝都、桥都，雾都，是中华人民共和国中央直辖市、国家中心城市、超大城市、世界温泉之都、长江上游地区、金融中心和创新中心，政治、文化、科技、教育、艺术等中心，国务院定位的国际大都市。中西部水、陆、空型综合交通枢纽。

温馨提示：出游前 1 天 19:00-21:00，导游将与游客电话/短信联系，确认候车时间、地点、导游电话，请游客确保手机畅通以及早上务必开机。

DAY2	佛图关-李子坝-鹅岭二厂-钟书阁-涂鸦一条街-交通茶馆—铁路四村			
	早餐：酒店早	午餐：重庆川菜	晚餐：BBQ	住宿：温泉酒店

☞告别闹钟，睡到 8：00，早餐后前往【佛图关】佛图关地势陡峭，林木葱郁，风光旖旎，登关远眺两江，道路萦回，两岸美景尽收眼底。此关自古以来是兵家必争之地，也是历代文人墨客笔下多记载的巴山奇景，在沿途悬崖峭壁上布满历年碑记，从清朝到民国年间的石刻仍然依稀可见。

☞后乘坐轻轨，亲身感受轻轨穿楼【李子坝轻轨】独具特色的山城，形成了独具一格的“魔幻交通”，重庆轻轨 2 号线李子坝站，一座高架侧式车站，位于八楼，是国内第一座与商住楼共建共存的跨座式单轨高架车站，轻轨每次都是从一栋居民楼的高层中间穿楼而过，刺激震撼。

随后去网红【从你的全世界路过】鹅岭二厂，承载着这个城市的时代记忆，静静地流淌在老重庆人的血脉中。透过二厂这样重叠城市记忆与创意新生的工业遗产，你可以看到时代在这里留下的痕迹，也可以感受到不同时代的中国人在抗战时期的民族大义、在和平年代的艰苦奋斗和精雕细琢的创业精神以及新时代下锐意进取、革故鼎新的创新精神。

【钟书阁】借用了重庆的地貌特征，将山城之“山”与知识之“光”融入空间，打造出了一个温暖而魔幻的阅读空间。

【涂鸦一条街】叛逆朋克的涂鸦与生活自然相融，进入涂鸦一条街，如同掉进颜料世界里马路两岸五颜六色的房子同时涌进视野，视觉冲击就在一瞬间，每一座房子都有其独特的个性。

【交通茶馆】这里不仅是一个喝茶的场所，更是重庆的时代缩影。在这里，每一位茶客都会不自然的放空思想，享受那不易得到的慢时光。

【铁路四村】老重庆模样，在古老的村子里漫步，回忆小时候的时光。

随后前往【温泉酒店】入住，晚餐享用音乐BBQ(专业驻唱，可点歌，可自唱)，尽情欢唱！【冷泉冲浪】放肆飞扬，青春的印记。

DAY3	民国街-山城步道-十八梯-八一好吃街			
	早餐：酒店早	午餐：民国宴	晚餐：自理	住宿：重庆

告别闹钟，睡到8:00，【民国街】具有“民国特色、陪都风情”的民国街，这条以“中国历史”、“巴蜀特色”为主题的特色街区，重现了民国时期重庆的社会生活和历史风貌，它是重庆唯一集合100年前老重庆建筑集群地，复建200多栋民国时期老重庆著名建筑。通过典型街巷的集群化仿建，形成了堪称中国唯一、世界罕见的建筑奇

观。冯小刚执导、重庆电影集团首部投资的影片《一九四二》以该街道作为重要取景地。

【换装秀】穿上民国时期的服装，走在民国街上，一次时光之旅就此展开

👁️【山城步道】一条坡度较高的历史古道，保持了老山城的行走爬山的本色，增加了现代元素，将历史文化与现代景观，观光串联在一起，属重庆地方特色的独有旅游观光品牌。

👁️【十八梯】连接着重庆的上半城和下半城，也连接着重庆的历史记忆与现代生活。曾是下半城历史上代表性的商贸活跃地段，是最具传统市井生活特色的山地佳区，是重庆传统巴渝文化的典型承载地。

👁️【八一好吃街（寻觅美食）】解放碑八一路好吃街是重庆主城区人气比较旺的好吃街，地处重庆市中心最繁华的解放碑商业区内，有一个闻名遐迩的名字叫“好吃街”，堪称是重庆特色美食的天堂。

👁️【车观夜景】重庆是很多人一生必来的城市，也是让人“一眼万年”的绝美夜城，每当夜晚来临，重庆这座蛰伏的城市便开始“躁动”，连一晃而过的车灯都仿佛带着肆意的畅快感。

👁️【洪崖洞】的灯光灿若星辰、交错重叠，恍若电影搬进现实，其中行人往来，觥筹交错之景，热闹非凡。各大桥梁也是霓虹满布，印着水光粼粼，分外迷人。

DAY4

磁器口-观音桥好吃街-长江索道-弹子石老街-龙门皓月

早餐：酒店早

午餐：自理

晚餐：火锅

住宿：重庆

👁告别闹钟，睡到8:00，早餐后前往【**磁器口古镇**】磁器口明清古镇，中国历史文化名街，重庆市重点保护传统街，重庆“新巴渝十二景”，巴渝民俗文化旅游圈。磁器口古镇位于重庆市沙坪坝区嘉陵江畔，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。

👁【**观音桥好吃街**】观音桥好吃街，网红的不二打卡地，这里百味解百胃，每个人都能在此寻觅到舌尖上的知音。

👁【**长江索道**】长江索道，位于中国重庆，是重庆第二条跨江索道，市级文物保护单位、4A级旅游景区。长江索道是中国自行设计制造的大型跨江客运索道，全长1166米，连通重庆的渝中区和南岸区，被誉为“万里长江第一条空中走廊”和“山城空中公共汽车”。

👁【**弹子石老街**】弹子石老街是重庆能同时“观两江”、“看三桥”、“览三地标”的地方，登上拥有270度广阔的观景视野“两江汇观景平台”可横看整个渝中半岛以及江北片区

👁【**龙门皓月**】“属古“巴渝十二景”之一，位于重庆长江南岸的弯月形狭长地带，西与渝中半岛隔江相望，东与南山诸峰道路相连，南邻海棠溪，北接玄坛庙，是重庆著名的水陆码头和历史文化街区。徜徉于龙门浩的山水空间，在老街老巷中享受宁静悠闲，在深宅大院中追怀悠远过往，在路边小店中品尝风味美食，可以说是一次终生难忘的惬意之旅！

👁**火锅**：人间多风味，火锅迷人醉，晚上微风拂过，在南山鲜龙井火锅店，一边享受火锅的麻辣，一边欣赏美丽重庆夜景，回味此次旅程的美好，览山城梦幻美景，夕阳西下，华灯初上，霓虹倒映、流光溢彩美轮美奂。

DAY5	返程：重庆-出发地			
	早餐：酒店早	午餐：无	晚餐：无	住宿：

自由活动，根据返程交通时间安排送站.....

（酒店退房时间为中午 12：00，请合理安排行李寄放）

服务标准

费用包含	交通	出发地—重庆往返大交通（具体交通方式及车次时间以实际出票为准） 全程旅游资质车辆，确保每人一座。
	用餐	早餐为酒店提供 含餐 4 早 4 正（其中包含音乐 BBQ，重庆老火锅。如未按我社所安排进行游览，行程中所含餐视为自动放弃，不退不换） ◆ 可在当地自费品尝重庆特色、麻辣串串、黔江鸡杂、南山泉水鸡、歌乐山辣子鸡等.....山城美食，一网打尽。
	住宿	升级一晚温泉酒店，三晚舒适型酒店 温泉酒店参考酒店：： 贝迪颐园、心景温泉、天赐温泉或同级 舒适型酒店参考酒店：重庆皇侨大酒店、天友大酒店(重庆两路口地铁站儿童医院店)、重庆时代同辉酒店、重庆岷山园林大酒店、重庆德菲酒店、雅斯特酒店、凯旋摩天酒店(重庆北站店)、希漫酒店、星程酒店、壹木酒店、麓辰酒店、清华慕瑞酒店、豪源两江酒店、和颐酒店(重庆南坪万达广场轻轨站店)、南坪星宇酒店、重庆贵侨酒店、重庆海德大酒店、伊凡酒店、重庆壹世榕泰酒店、重庆庆泰金贸酒店、瑞浦酒店、艾扉酒店(重庆江北机场 T3 航站楼店)、重庆丁香树酒店、lu 酒店、城市便捷酒店、维也纳酒店、奥蓝酒店、尚高丽呈酒店、宜尚 PLUS 酒店、格雷斯酒店（机场中心店）、伴山子语大酒店、两江盛锦酒店、丽呈睿轩酒店 入住行程中指定住宿 2-3 人间或大床房一晚，有独立卫生间。指定住宿，散拼团根据游客报名时合同约定住宿标准安排：当地的住宿条件有限,请游客理解，其住宿条件不可以与城市住宿条件相比较；当地提倡绿色环保，酒店都不提供一次性洗漱用品及毛巾游客需自备，如产生单男单女，我社有权安排拼房或三人间或加床，若无法安排，游客需自补单房差，请谅解。请游客务必带上身份证原件，未成年人请带户口正页方可入住登记。 特别备注： 1. 如遇旺季酒店客房紧张或政府临时征用、大型会议等特殊情况，将安排不低于原

		档次的其他酒店，敬请谅解。 2. 酒店标准均有备注，请在预订时自查标准，如对住宿要求较高的游客，请在报名时自行补交差价升级酒店 3. 3人同行的游客可补房差；不提自然单间和拼房服务。遇特殊原因（如天气，交通，地面，酒店接待能力），可能变更住宿地点，标准不变。 酒店设施服务为酒店配套项目，以酒店提供为准，不属于旅游行程质量范围，敬请谅解。
	保险	包含旅行社责任险。建议游客自行购买旅游意外险，购买旅游意外保险后如出现意外摔伤等状况需进行赔偿处理，将按保险公司相关条款进行赔付，保险公司赔付结束后以外的理赔旅行社将不再另做任何赔付。如因游客本人放弃购买旅游意外保险造成人身或财产损害旅行社不做任何赔付。
	导游	中文持证导游（导游服务费5元/天/人）；（景区内不允许导游讲解，因此客人需要讲解可自行找景区请景区的讲解员讲解）。
	小孩	只含汽车车位、导游服务，其他费用由客人（家长）自理。特别提示：【因新交规规定，凡是小孩包括幼儿均需占车位】。
费用不含		1、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、车辆及导游等额外增加的费用，不可抗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。 2、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。
特别说明		【请在签订合同时仔细阅读】 1、游客在旅途中如意外受伤，应及时告知随团导游或签约门市； 2、游客意外受伤须在县级以上的正规医院进行治疗，且是医保用药范围内用药； 3、旅行社代为游客购买旅游人员意外伤害保险，如出现意外伤害，均由游客自行垫付医疗费后，根据保险公司理赔相关规定进行报销。 4、实际旅游中，因特殊原因在不减少旅游景点的情况下，我社保留旅游行程临时调整的权力。 5、费用只包含成人每天一床位，若出现单男单女且团中无同性团友可同住，请在当地自补单房差；请管理好自己的财物，以免发生丢失，旅途中听从导游安排，遵守当地习俗。 6、沿线住宿条件有限，请游客理解，其住宿条件不能与城市住宿条件相比较；当地所有酒店热水、空调都分时段供应；酒店提倡绿色环保，酒店都不提供一次性洗漱用品游客需自备，希望理解。 7、团队中如有60岁以上老人或心血管方面有器质性病变者必须提供正规身体健康证明并用手写体形式签字确认情况属实！！如有隐瞒病情者产生任何后果敬请游客自行负责！！ 70岁以上的老人因考虑身体因素，建议不参加，请选择其他适合老年游的线路参加。
健康确认		

本人姓名 _____ 身份证号 _____

参加贵社组织的 _____ 年 _____ 月 _____ 日至 _____ 年 _____ 月 _____ 日的旅游行程。

旅行社工作人员已经告知本人，70岁以上老人不含旅游人身意外伤害险。本人已完全了解贵社接待人员告知的注意事项，并根据对高龄人群的相关要求承诺如下：

1、本人了解自己的身体状况能够适合参加此旅游团，并承诺能够完成此次旅游团的全部行程并按期返回。

2、如本人未按贵社要求如实告知相关健康情况，本人承担因此而产生的全部后果，并承担给贵社造成损失的赔偿责任。

3、在旅游过程中，本人自愿放弃不适宜高龄人群参加的相应景点或相应活动；若因本人坚持参加而所产生的全部后果均由本人自行承担。

4、在旅游过程中，如果本人由于自身健康及意识性错误导致的意外伤害事故，我公司免除一切经济赔偿责任。如因第三方责任造成的意外伤害事故，追偿事宜由本人亲属自行办理。

5、本人已就此承诺告知了直系亲属并得到他们的同意。

以上承诺内容是本人的真实意思表示。对本承诺函的各项条款，贵社工作人员已充分告知本人，本人已阅读并完全理解各项条款的意思。若发生纠纷，以本承诺函中的承诺为准。

特此承诺！

承诺人： _____

直系亲属签字： _____

亲属联系电话： _____

时间： _____

注意事项

游客安全告知书

尊敬的游客：欢迎您在我司报名参加本次旅游活动，为了确保您的旅行安全顺利，我社特就旅行中应注意的问题与安全事项，向您提示与告知，请您仔细阅读。

一、出团前注意事项

1、自身健康告知：请在签约前以书面形式如实、详细告知自身身体状况，如因故意隐瞒自身健康状况、身体特殊情况（如怀孕或正在生病期）或是相关病史，所引发的一切后果由游客自行承担，旅行社不承担任何责任，给旅行社造成损失的须承担赔偿责任。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游客参团旅游，如执意参加请提前征得医生或家属子女同意并备好药品，如因自身原因发生意外，责任自负。70周岁以上老人需持有县级（二级）以上医院出具的健康证明方可出行。

2、个人用品：请带好如老年证、身份证、军官证、学生证、残疾证、户口本等有效证件。请带好如旅游鞋、防晒霜、太阳帽、晴雨伞、墨镜、拖鞋、插头转换器等个人用品，有些酒店不提供一次性洗漱用品，请自行准备。如有易碎和贵重物品请妥善保管，不要放置在托运行李中，以防丢失或损毁。提前检查身体，自备常用药品：如绷带、创可贴、伤湿止痛膏、感冒药、晕车药、止泻药、消炎药、风油精、健胃药、抗过敏药等。请在报名时留下准确的联系方式，并在旅途中请保持手机畅通，确保导游随时联系得上。

3、保险：为确保人身、财产安全保障，旅游社强烈建议每位游客购买“旅游人身意外伤害险”，保费、保额及具体赔付标准参照保险公司条款；如游客自愿委托旅行社代买旅游意外险后在旅途中意外受伤的，须

及时告知随团导游或签约门市启动旅游意外险；意外受伤后须在县级（二级）以上的正规医院就医治疗，且是医保用药范围内用药；门（急）诊治疗的保险时限与住院治疗的保险时限各不相同，请于意外发生后及时咨询导游或签约门市；旅行社代为游客购买旅游人员意外伤害保险后，如出现意外伤害，均由游客自行垫付医疗费后，再凭相关票据根据保险公司理赔相关规定申请理赔。

二、旅游活动中注意事项

1、请遵守当地法律及法规，尊重旅游当地的风土人情、风俗习惯及宗教信仰，以免发生口角或是冲突，如有异常情况请第一时间告知导游、全陪或签约旅行社，由他们出面协调处理；遇有紧急事件需寻求紧急救援，包括物品遗失、遇贼、意外受伤、急症、火警等等，请及时告知导游，也可拨打当地的 119、110、120 等电话求援，也可向街上的巡警或到警察局报案。请不要参加违反社会公德行为的旅游项目或涉足有关黄、赌、毒的场所，如游客不听旅行社劝阻而自行前往参加的，一切后果及法律责任与旅游社无关，均由游客自行负责。

2、饮食安全告知：

1）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引起的肠胃病旅行社不承担责任。

2）如遇餐食中含有跟自身体质过敏相关的食物，请慎重考虑是否食用，同时敬请注意地域差异带来的水土不服及口味差异等情况。游客可以根据自身口味，自带一些榨菜，辣酱品等佐菜品，让自己在用餐时尽量多吃，以保证有充沛的精力游览。

3）饮食有特殊习惯的游客（如回民）须提前跟导游打招呼，以便导游更合理的为您安排饮食。

3、酒店安全告知：

1）入住酒店前请自行交纳酒店钥匙牌押金，同时请妥善保管好收据于退房时凭房卡及押金收据按实际消费与否结账退款；同时请阅读安全手册，保管好房卡，房卡损坏须照价赔偿，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、缺少。如发现设施有损或缺少请及时告知酒店服务人员或导游，以免退房时发生不必要的麻烦。

2）进房休息或离开房间时，请注意检查房门、窗是否关好，贵重物品可放在酒店保险柜或贴身保管；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。

3）在使用房间内物品（如食品或日用品）时，看清是否是免费使用的，如使用非免费物品请看清标价，有些酒店的部分电视频道是收费的，请提前咨询饭店前台，如果自行享用后，请离店时到前台付费。

4）酒店房间内的电话拨打市内，国际长途均属自由自主消费项目，如自由自主消费后请自觉付费结账；

5）对于房间内不会使用的设施设备应主动阅读酒店设施设备的使用说明和守则，也可主动向酒店服务人员询问，避免因操作不当造成意外事故。

6）在入厕或洗浴时请格外小心，以避免因有水渍、洗漱液体类等导致滑倒摔伤。入厕或洗浴时请不要穿一次性拖鞋，一次性拖鞋粘水极滑，极易摔倒，切记注意以确保安全。

7）危险区域提示：包括但不限于酒店的卫生间、游泳池、健身房、餐厅、酒吧、天台、水池、通道等区域均是容易发生危险事故的区域，请在包括但不限于地面湿滑、恶劣天气、身体状况不适、穿着不当等的情况下不前往上述危险区域。若确需单独在上述区域停留，应有同行游客或导游领队陪伴或在附近守护。

8）夜晚最好不要外出酒店，如确需外出，最好邀约 3 人以上并有男士一道结伴而行，并告知导游或领队去处，最晚请于 23:00 之前回酒店。带上酒店名片以免迷路。如发生紧急情况，一定先与全陪和导游联系。

9）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、手巾、烟缸等属于酒店物品均不可携带。

4、交通安全告知：

1）在所有交通工具上（包括汽车、火车、轮船、飞机）请按相关规定就坐，如有安全带的请按提示系好安全带，严禁在交通工具行驶中随意走动或不按规定就坐；乘车时注意颠簸路段及司机急刹车以免扭伤或摔伤身体，车辆在颠簸路段行驶过程中请不要喝水或吃东西（主要是坚果类），以免发生呛水或卡咽等情况发

生危险。勿在车辆行驶过程中任意更换座位，头、手、脚等身体部位请勿伸出窗外，上下车时请注意来车方向以免发生危险，车未停稳之前请勿起身及离开座位，如需起身或离开座位请提前告知导游，如未按照以上要求执行，产生的后果一切自负。

2) 下车时请记住车号、车型。如迷路请站在曾经走过的地方等候、切不可到处乱跑，请随身携带酒店卡片，以便在迷路时打车回酒店。注意当地车行方向规定，遵守交通法规，过马路时，请遵守信号灯，红灯停，绿灯行，走入行道，请勿闯红灯，如不遵守交通规则出现事故，后果自负。

3) 请将前方座位主动留给老、幼游客乘坐。如有晕车、腰椎不好请提前跟导游司机说明，尽量安排坐在旅游车靠前的位置上。

4) 按照惯例和规定旅游车辆不能乘坐车辆第一排的导游领队专用座位，以免发生意外后不能得到赔偿。

5、景区安全告知：

1) 抵达景区游览前，请记好集合地点、时间、车牌号、导游或领队电话，万一走失请于集合地点等候或联系导游或领队。游览景区时，请不要把证件及贵重物品放在车上，须随身携带，否则发生遗失旅行社概不负责。

2) 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。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。

3) 如参加搭乘快艇、漂流木筏等水上活动，请按规定穿着救生衣，并遵照工作人员的指导。如有腰椎不好、晕水、晕船者请勿游玩水上项目。

4) 请勿随意进入非参观游览区及在请勿拍照地拍照等不良行为；旅游途中禁止攀爬，以免跌落受伤、被尖锐物扎伤或被山区蛇虫咬伤；在经过高处或钢索栈道时，必须扶好栏杆或钢索；不可拥挤追逐，小心踏空；经过台阶和狭窄、路滑地段，谨防跌倒；如经过有正在施工地段，需保持安全距离，走安全通道。不要因好奇心而随意进入施工现场，以防止跌落、扎伤、触电、坍塌等事故。

5) 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。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，应随时与全陪、导游联系以便在第一时间得到救护和救治。

6) 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。

7) 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，防止被动物抓伤、咬伤。

8) 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。

9) 到少数民族地区请注意民族禁忌，尊重当地民俗。

10) 特殊游览地区的安全警示：

高海拔及高原地区

1) 请你在出发前将自己的身体健康状况如实告知，患有肝、肺、肾、脾等各种身体器官有病变史及高血压、心脏病、贫血、皮肤外伤以及以往患过各种疾病或正在患病期间的游客均禁止前往。

2) 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，得到医生书面许可方能前往游览，如隐瞒身体情况发生的问题我社不承担任何责任。

3) 请旅游者带上必要的应急药品和物品，如果不慎在旅游过程中患上任何疾病或身体不适（包括轻微感冒或高原反应）应立即终止游览，卧床休息并告知导游领队，若病情严重应立即接受入院治疗。

4) 禁止剧烈运动，情绪暴躁，暴饮暴食，吸烟喝酒，注意自身保暖，保证充足睡眠，防止紫外线辐射，脱团外出需通知导游并有5人以上结伴出行。

5) 进入高海拔地区后要多吃碳水化合物、易消化的食品，多喝水，多食水果、蔬菜等富含维生素的食物，不要频繁洗浴，内服药及抗缺氧药物：红景天（如出发前3天服用红景天将可大大减轻高原反应）、葡萄糖、感冒通、泰诺、白加黑、诺氟沙星（或复方新诺明）；用于胆道、肠道及呼吸道感染；多本酶片（或乳酸菌素片、黄连素等）、用于消化不良、食欲不振；因缺氧和气压低的关系，很多时候开水都未滚透，初抵时可能会引起肚子痛、腹泻现象，所以需要准备此类的止泻药和止痛药；如加合百服宁、必理通、止痛片及头痛散等；预防高山反应引起的头痛；清热药品；如润喉片、菊花茶、夏桑菊及西洋参冲剂；维他命C可令身体增强抵抗力。外用药外伤药：纱布、绷带、创可贴、碘酒、止血带等也必须备齐；润唇膏能防止嘴唇干裂；云南白药能止血；风油精能提神、醒脑、镇痛；红花油能主治跌打损伤、风湿骨痛膏。

6、购物安全告知：

1) 切勿在公共场所露财，购物时请当众清数钞票，如需刷卡，请看清刷卡金额再签字确认，以免发生不必要的争执。

2) 购买商品时请忘记向商店索取完整的发票和购买证明。

3) 由于小摊位物品真伪及质量问题难以有保障且流动性强，所以请勿在小摊位购买商品，如确需在小摊位购买物品，请看好后再与商贩讨价，如无意购买切勿与商贩多做讨价，以免发生争执。

4) 个别景点内、洗手间旁、酒店附近或沿途均设有商品售卖店，但购物与否完全是客人自主自由自愿原则，与旅行社无关。

7、自由活动期间安全告知：

1) 自由活动时间的次数及时间，以行程安排为准。自由活动期间旅行社不提供司机、导游服务，敬请游客注意人身、财产安全。

2) 自由活动期间参加行程中含有或是游客自行参加当地项目如：潜水、跳伞、滑雪、滑冰、滑翔、狩猎、攀岩、探险、武术、摔跤、特技、赛马、赛车、蹦极、卡丁车、漂流、骑马等高风险项目的，请根据自身身体健康情况及年纪因素考虑是否参加，本社建议独立出行的未成年人、55岁以上老年人、有心脏病史及不适合参加以上项目的人群不要参加以上项目，以上项目存在一定安全风险。如在签约时代表人已签合约或是游客自由自主参加以上项目的，视为已全部清楚并完全理解以上项目所存在的风险，由于游客自身原因造成的一切伤害均由游客自行负责。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。（以上活动为高风险项目，不在一般意外保险的承保范围内）

8、财产安全告知：

1) 贵重物品（金银珠宝及钱财等）及有效证件（护照、身份证、户口簿等）的保管：请随身携带并自行妥善保管。不可放在行李箱内进行寄存、也不可在人离开酒店后将贵重物品留在酒店房间、更不可随意交他人保管或存于旅行社车上，同时请谨防扒手。如不慎遗失，旅行社不承担任何责任。

2) 切勿带危禁物品，以免被滞留。不要帮他人携带物品，更不要帮陌生人带物品，并注意将旅行包看管好，以免招致不必要的麻烦。

三、其他安全须知：

1、法律和风俗提示：各国、地区均有不同法律法规和风俗习惯，游客在出游前应主动了解并遵守和尊重旅游目的地的要求，对于不甚了解的情况游客应主动向本公司提出书面询问并将会得到我们的及时答复，除本须知内容外我们不再另外召开说明会议或提供任何形式的告知和提示。

2、游览行程单之外的活动风险提示：除游客和本公司签订的合同协议和确认的游览行程单当中的服务内容，本公司不再主动提供任何额外的服务。任何非本公司书面说明并签订服务协议的服务内容和游览行为均将视为是游客的自愿行为，是游客自由安排活动的一部分，游客了解并承担一切服务内容和风险。我公司郑重劝阻游客不参加包括但不限于赛场、骑马、攀岩、漂流、探险、滑翔、潜水、游泳、滑雪、滑冰、滑板、跳水、热气球、直升机、蹦极、冲浪等有可能产生危险并伤害到游客人身和财产安全的任何参观游览活动。