

**【爱尚香巴拉-昆大丽香】云南双飞纯玩6天游（昆进丽出）丨5A丽江古城丨5A雪山大索丨【印象丽江】丨松赞林寺 丨洱海丨虎跳峡行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | YM-YNASXBL20241219 | **出发地** | 广州市 | **目的地** | 云南省 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 去程：广州飞昆明CZ3409/08：05-10：35回程：丽江飞广州CZ3424/17：55-20：20仅供参考，以实际出票为准。 | | | | |
| **产品亮点** | ★A级盛典：①5A【丽江古城】+②5A【玉龙雪山冰川大索】+③噶丹松赞林寺★网红打卡：①【洱海生态廊道骑行+旅拍、航拍】-感受苍山洱海间无限风光②【音乐酒吧车】-乘坐专属定制行走的音乐吧唱游洱海③【蓝月谷】-被称为“小九寨”，碧蓝天幕的映衬下格外美丽★交通升级：昆明进、丽江出，不走回头路★三大古镇：①大理古城+②丽江古城+③独克宗古城★登高观景：西山看昆明全景，半山山水，半山城★超级赠送：大型实景演出【印象丽江】+蓝月谷电瓶车+雪山氧气瓶+羽绒服租借★舌尖美食：①大理白族特色餐+②南涧跳菜+③纳西特色餐+④香格里拉土司宴★住宿升级：昆明升级温德姆酒店+香格里拉升级酒店 | | | | |

**行程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **天数** | **行程详情** | **用餐** | **住宿** |
| D1 | 广州→昆明（飞机约2.5小时）→西山→滇池大坝→老街上午：今日请贵宾于广州机场集合，根据航班时间飞抵昆明（参考航班：广州飞昆明CZ3409/08：05-10：35）恭候多时的接机人员将以最温暖的笑容迎接你的到来，前往我们精心挑选酒店。（满20人派全陪，如遇资源紧张等情况，全陪会直接在昆明等候贵宾或不同航班飞抵昆明）下午：午餐后，前往游览昆明名胜景点、国家AAAA景区【西山风景区】（游玩约120分钟，含景区索道+电瓶车）景色秀丽的西山是昆明当代“十六景”中最独具魅力的景致。它传载着昆明最有吸引力的传说——西山睡美人，西山的魅力就如同李祚忠诗词中所说：“忙趁春晴到此游，寺阁巍丽璧途幽。立身高在龙门上，百里滇池一览收！后乘车前往【滇池海埂大坝】（参观约1小时），参观美丽的“高原明珠”滇池，眺望有“睡美人”山之美称的西山。后前往【昆明老街】，南屏街是昆明历史上的老街区，也是昆明市古老的商业街，其中南屏街是昆明旧时的金融、商业和娱乐中心，维持城市中心区的吸引力，设立步行街，鼓励商业、文化和娱乐发展。后入住酒店休息。温馨提示：1.初上高原，各位贵宾注意休息，避免剧烈运动。2.昆明昼夜温差较大，注意增添衣物。交通：飞机/汽车 | 早餐：X 午餐：√ 晚餐：X | 盘龙戴斯精选温德姆酒店（农大店）、戴斯精选温德姆酒店(昆明官渡云大西路店)、戴斯精选温德姆酒店(昆明滇池会展中心店) 、云桢戴斯温德姆酒店(昆明高铁南站店)、官渡古镇麦客达温德姆酒店或不低于以上标准 |
| D2 | 昆明→大理（车程约4.5小时）→音乐酒吧车→骑行、航拍旅拍、扎染上午：酒店自助早餐，后乘车前往大理。下午：抵达后，前往游览桃源线。游览如下：第一站:【乘坐音乐酒吧车】到达大理苍山十九峰之首云弄峰下，观苍山之险峻，赏洱海之碧波，乘坐【音乐酒吧车】行进廊道之中，共享海天一色（20分钟）。 第二站:【生态廊道骑行】可选心仪自行车，骑入自然之中，用些许汗水换取美妙风景，为自己的心灵之旅添上一笔美好回忆（30分钟）。第三站：【航拍、旅拍】专业摄影师和航拍师已为您提前找好记录苍洱美景最好的机位，只等您的到来，带上您最好的状态展现在镜头前，将您留在大理的笑容再一次具象化（4张照片、15分钟）。第四站：【金花共舞】廊道最美草湾，临水与白族金花共同起舞，同乐于苍洱大观（15分钟）。第五站：前往【喜洲古镇有风小院】体验大理民间传统手工艺【非遗白族扎染】（可带走一份A4大小扎染布）扎染是我国民间传统的染色技术之一，与蜡染和镂空印花并称为我国古代三大印花技术。扎染曾一度较为兴盛，技术成熟，花色繁多，很多地区都生产使用。唐朝尤为兴盛，后来由于历史原因，扎染濒临绝迹。扎染除了在印度、柬埔寨、泰国、印度尼西亚、马来西亚等国保留外，仅在中国的西南少数民族地区仍旧保留使用。 后入住大理酒店。温馨提示：1.高原地区紫外线强，请各位贵宾涂抹好防晒霜，带好遮阳帽等，并注意安全。2.少数民族聚集地，请尊重少数民族风俗文化，避免为您带来不必要麻烦。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：南涧跳菜 | 大理漫悦M花园酒店、大理理途酒店、大理火车站美仑酒店、景岸逸林酒店或不低于以上标准 |
| D3 | 大理古城→赠送【丽江印象】→丽江古城→住丽江早上：酒店自助早餐。上午：乘车去游览历史文化名城【大理古城】，城内依然保存着大量的明清以及民国时期的建筑，寺庙、书院、教堂等古建筑点缀其间，古老斑驳的城墙与街道，盛名远洋的文献楼，青瓦屋檐的民宅无一不是南诏古国历史的缩影。自由活动中可前往打卡南城门、五华楼、红龙井，更有诸多美食老酸奶、烤乳扇、包浆豆腐、凉鸡米线、木瓜水、各类梅子等。下午：乘车前往丽江，前往玉龙雪山景区，赠送观赏原生态大型实景演出游览结束后观看【印象丽江】（赠送项目，不用不退）感受一场真正意义上的荡涤灵魂的实景演出盛宴。第一部分“雪山篇”是与山的对话，体验生命与自然的紧密关系；第二部分是通过人们攀登玉龙雪山，游历丽江古城，从而与生活对话；第三部分“古城篇”是与祖先的对话，在对话中发现古往今来在人们的内心深处，始终存在一个神圣的王国。晚上：可自行前往【丽江古城】（含古城维护费）丽江古城属于开放式景区，大家自行游览，游玩后自行返回酒店。自由活动期间，您可前往打卡网红油纸伞街、大水车、夏夏手鼓店等，当然也可以去古城寻觅古今中外荟萃的美食，烤串、鸡豆粉、腊排骨等，自由选择，大饱口福。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 丽江慕伦朗格、丽江途景雅阁度假酒店、丽江隐茂雪山观景精品酒店、丽江茹心禅院、丽江亚俪雪山揽景度假酒店、丽江右见雪山美宿酒店或不低于以上标准 |
| D4 | 束河古镇→玉龙雪山大索道→蓝月谷→住丽江早上：酒店自助早餐，游览中国魅力名镇【束河古镇】。“夜市荧火，龙门望月，雪山倒映，断碑敲音。鱼水亲人，西山红叶，石莲夜话，柳烟平桥。”丽江著名的束河八景，是马帮几百年踩出的烙印，这里曾是木氏土司的发祥地和纳西集市，现如今成为了游人最爱的丽江休闲之所。上午：后根据预约时间乘车前往游览国家5A级景区【玉龙雪山】（整个景区约180分钟）。乘坐【冰川大索道】（赠送雪山能量包：防寒服，小瓶氧气）走进冰川公园，攀登雪山栈道，看青山如黛，赏雪山美景。玉龙雪山是中国最南的雪山，也是北半球最南的大雪山。最高海拔5596米， 以险、奇、美、秀著称于世；有时霞光辉映，雪峰如披红纱，娇无比。在碧蓝天幕的映衬下，像一条银色的玉龙在作永恒的飞舞，故名“玉龙山”。之后览雪山冰川融水汇聚而成的“小九寨”--【蓝月谷】（赠送电瓶车，不坐不退）俗称"白水河"，以其湛蓝如玉的湖水与雄齐秀丽的峡谷风光享誉世界，因湖水湛蓝、山谷呈月牙状而得名，相传是英国作家詹姆斯·希尔顿笔下《消失的地平线》中蓝月亮山谷的原型。温馨提示：1、玉龙雪山大索道管理处告知，至2015年起，丽江玉龙雪山风景区参观实行限流政策，游客乘坐大索道前往冰川公园执行实名制预约制度，我社尽量预约大索道门票。如遇预约不成功或者因天气、检修停运或限制游览人数等不可抗力原因不能上大索，则将改为景区应急索道票（云杉坪索道或牦牛坪索道），并退差价80元/人。如三条索道皆限流或停运，将现退差价120元/人不上索道。请知悉，敬请理解！2、关于儿童寒暑假、黄金周以及门票紧张的玉龙雪山儿童门票的告知：①身高范围在1.4米或以上，则按成人团队套票报名时需购买：儿童只要超过1.4米的身高，都需要提前输单制团队卡（针对旅行社输单制卡只能按成人票价格来结算），临时现场补票是不保证贵宾的儿童能补到票的，可能会出现家长有票，儿童只能在雪山下等家长的情况，所以建议携带儿童身高超1.4米的家庭务必报名时确认身高以免造成不必要的损失和不便，儿童雪山结算价格402元（古维50+进山费210元+大索120+电瓶车20+保险2）。②身高范围在：1.2-1.39米的按景区现场优惠价补票，1.19米以下免费（仅供参考，具体根据景区现场收费标准来）。③儿童价不含印象丽江表演费用，景区挂牌价280元，儿童具体收费标准根据景区实际情况收取。3、玉龙雪山海拔4000m以上，如出现头晕、呼吸困难等症状，请尽快告知随团导游或景区工作人员；4、旺季游览期间，索道游客集中，有可能会出现排队现象，请您耐心等待；5、雪山上气候温度较低，游览时请注意防寒保暖；交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X | 丽江慕伦朗格、丽江途景雅阁度假酒店、丽江隐茂雪山观景精品酒店、丽江茹心禅院、丽江亚俪雪山揽景度假酒店、丽江右见雪山美宿酒店或不低于以上标准 |
| D5 | 前往香格里拉→虎跳峡→独克宗古城→噶丹·松赞林寺→纳帕海→住香格里拉早上：酒店自助早餐上午：乘车前往香格里拉，途中游最美世界十大峡谷之一的【虎跳峡】（不含观光扶梯费用，50元/单程、70元双程，自愿选择）是万里长江第一大峡谷，横穿与哈巴和玉龙雪山之间因猛虎跃江心石过江的传说而得名。后探秘千年茶马重镇-【独克宗古城】，独克宗古城的石板街就仿佛是一首从一千多年前唱过来的悠长谣曲，接着又要往无限岁月中唱过去。对于穿越茶马古道的马帮来说，独克宗古城，是茶马古道上的重镇，也是马帮进藏后的第一站。下午：前往【噶丹·松赞林寺】（含电瓶车）。是云南省规模最大的藏传佛教寺院，也是康区有名的大寺院之一，还是川滇一带的黄教中心，在整个藏区都有着举足轻重的地位，被誉为“小布达拉宫”。该寺依山而建，外形犹如一座古堡，集藏族造型艺术之大成，又有“藏族艺术博物馆”之称。后游览【纳帕海】位于香格里拉县城西北部，是高原季节性湖泊。纳帕海四季景致各有特色，夏末秋初是雨季，此时水量较大，纳帕海是一大片湖泊。夏天水草丰满，草原上长着小花，羊、牛、马成群吃草，和草原融为一体。秋天的草原一片金黄，雪峰倒映在湖泊中。而到了冬春旱季，湖面缩小甚至干涸，变成大片的沼泽。景区的入口处有座八瓣莲花白塔，这样的塔全世界只有两座，另一座在印度。晚上：观看藏族有特色的歌舞表演【土司宴】(项目赠送，不含烤牛羊肉费用，不去不退费用，且无替代项目）品藏家牦牛小火锅，青稞面，酥油茶等，观看特色民族风情晚会,边吃边欣赏），温馨提示：1.景区人流较大，请注意保管好个人财物。2.高原地区紫外线强，请各位贵宾涂抹好防晒霜，带好遮阳帽等，并注意安全。3.少数民族聚集地，请尊重少数民族风俗文化，避免不必要麻烦。交通：汽车 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ | 都吉呢咪藏文化主题酒店(独克宗古城店)、安信唐宸大饭店、唐香嘉秀大酒店或同级 |
| D6 | 时轮坛城→丽江→送机→飞→广州早上：酒店自助早餐。上午：前往游览【香巴拉时轮坛城景区】，坛城于2005年开始建设，经过了十年多的努力，建成了一座非常宏伟高大的建筑，集现代建筑与藏式建筑风格为一体。是目前藏区介绍藏文化及藏传佛教文化较为全面的场所。整个文化博览中心占地面积为22亩，建筑面积为25131平米。顶层为白塔式镀金金顶。整个建筑在藏区是独一无二的，尤其是外观设计、装修和彩绘方面更为突出。主建筑中心大楼共11层，高约60米，耗资近6亿元人民币的香巴拉时轮坛城文化博览中心。下午：乘车前往丽江，根据航班时间，乘车前往丽江三义机场，贵宾乘机返回始发地，（参考航班：丽江飞广州CZ3424/17：55-20：20），结束愉快的云之旅！温馨提示：1.退房、返程前请仔细整理好自己的行李物品，请不要有所遗漏，增加您不必要的麻烦。2.感谢各位贵宾对我们工作的支持和理解，针对我们的精心安排和导游服务工作中的不足，请留下您的宝贵意见。我们希望有机会再次为您服务，如果您对这次云南之行感到满意，请不要吝啬介绍给您的亲朋好友，谢谢！交通：汽车/飞机 | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X |  |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 1、交通：广州-昆明， 丽江 -广州往返程飞机经济舱特惠机票，航班时间等以航司出票为准； 2、住宿：入住当地酒店双人标间（不挂星）；每成人每晚（12周岁以上）一床位，出现单男或男女请报名时自补房差。在遇到政府征用或旺季房满的情况下，旅行社将不得不选用同等级但未在行程内列明的其他酒店时不另行通知，敬请谅解。3、用餐：全程含5早8正，30元/人/正，（酒店含早餐，不占床不含早餐）备注：餐饮风味、用餐条件与广东有一定的差异，大家应有心理准备。 4、用车：当地5-55 座空调旅游车，按实际人数用车，保证一人一正座。云南因山路较多且地理环境较特殊，高原行车，汽车容易出故障，途中可能会安排检修，敬请谅解； 5、导游：当地普通话导游服务，费用已含导游服务费，不派全陪。 第一天及第六天接送机为工作人员，不安排导游当地分段导游服务【10成人起安排地陪导游，10成人以下安排司机兼向导】（提别说明：为保证成团率，此线路为广东拼团线路，第一天和最后一天是接送组师傅负责接送，师傅会提前短信或电话联系您约定集合时间地点，注意留意手机信息，及时回复确认。接送期间无导游陪同，请注意；昆明导游第一天上团，带完大理古城行程下团，丽江导游到大理接贵宾带完丽江下团，中甸导游带完中甸行程下团，第六天返丽江车上无导游）；6、门票：成人含景点第一道大门票（自费景点门票除外, 本线路已经按云南免大门票政策核算，所有的门票优惠减免无费用可退），不含景点小门票，个人消费及行程上自理的项目。赠送项目如因特殊原因不能成行，不做退款。特别提示：由于云南旅游景点多为提前制卡制度，一旦制卡，费用不便退出；另：享有免票的特殊人群（如：老人、残疾人、军官、学生、记者、儿童等可能发生优惠的证件者）因我社门票为旅行社团体采购，已超出个人优惠值，均不再享受任何优惠政策 7、小童（2-11岁）：只含半正餐餐费、车位、机票；不占床位、不含门票、不含早餐（早餐费用按入住酒店前台收费规定，由家长现付），小孩也不享受赠送景点，全程超高门票自理。。 8、购物点：全程不安排购物店。（云南部分景区游购结合，景区景中店不属于购物点）景区内或行程中途经的手工艺展示作坊、特色景点、民族村寨、步行街、商品批发市场、大型百货商场/超市、过脚过路店、公路边或服务区商店、公园、博物馆、展览馆、体验馆、制作工场、酒店，餐厅，前店后厂/前厂后店的购物场所附设商品销售为景区设施，仅供了解当地特色文化之用，途经的休息站、加油站、公共卫生间等地停留购物场所仅供休息和方便之用；游客购物为个人自主行为，以上均不属于我社指定购物店，请游客理性消费，游客因购物产生的纠纷与本社无关，敬请注意。 | | |
| **费用不包含** | 1、合同未约定由组团社支付的费用（包括行程以外非合同约定活动项目所需的费用、 游览过程中缆车索道游船费、自由活动期间发生的费用等）。 2、行程中发生的客人个人费用（包括交通工具上的非免费餐饮费、行李超重费、住 宿期间的洗衣、电话、酒水饮料费、个人伤病医疗费等）。 3、不包含个人旅游意外保险费、航空保险费，强烈建议出行游客购买个人旅游意外保险，具体保险险种请在报名时向销售人员咨询并购买。4、不含广州市区到广州白云机场接送，机场集中，机场散团。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 一、报名参团须知，请认真阅读，并无异议后于指定位置签名确认：1、本产品供应商为：广东新云美国际旅行社有限公司，许可证号:L-GD-100115，质监电话：020-83371233。此团 10人成团，为保证游客如期出发，我社将与其他旅行社共同委托广东新云美国际旅行社有限公司组织出发（全国拼团），如客人不接受拼团出发，请报名时以书面形式注明。此团由广东新云美国际旅行社有限公司委托旅游目的地具有相应资质的地接社承接本旅行团在当地的接待业务，地接社的相关信息、委派的导游姓名和电话，以及具体车次时间、最终行程（游览顺序）及入住酒店的具体名称等信息，一并在出团前派发的出团通知书行程表中告知，客人对此表示同意。2、我司在不影响原行程游玩标准及游览景点的前提下，根据航空公司机票或火车票出票时间调整出入港口及行程游玩顺序。具体的行程游览顺序将根据航班安排的首末站城市最终确定。客人对航班及出入港口有特别要求的，请于报名时向我社前台同事说明，并将要求写在报名表上，否则我社视客人已清楚旅行社以上安排，同意并接受旅行社安排。行程游览顺序或用餐安排将根据游玩期间实际情况最终确认，如有调整由当地导游与游客签名确认。3、由于航班机位等存在不确定因素，我社在确保不影响游客在当地行程游玩标准的情况下，同一团种出发的游客可能采用不同时间段的航班往返（同一游玩团体可能选用2个或以上的航班班次）。4、机票浮动幅度较大，且部分客人已享受我司报名优惠政策，故导致不同日期报名，且同团出发的客人，团费有较大差异，无价格退还，敬请旅客注意！5、团队均提前7天或以上订购机票、酒店、车辆、门票等，如客人报名后退团（含改期，改线，更改登机姓名或证件号码等），根据合同的扣款标准，我社将扣除实际损失费用（机票、火车票、门票、酒店、车费分摊等，我社不提供机票报销单据，客人可自行前往航空公司办理），特此说明。6、在保证行程景点游览的前提下，我社将根据旅游目的地实际情况对此参考旅游行程的景点游览的先后顺序作合理的调整。如遇不可抗力因素（如塌方、大雪、塞车、天气、航班延误、地质灾害、政府行为等原因），造成行程延误或不能完成游览或缩短游览时间，不视旅行社违约，未能完成游览的景点我社将按旅行社协议门票价格退还。7、若因客人自身原因（含感冒等原因，导致身体不适合继续行程）中途离团或放弃游览景点（含赠送项目）的，我社视客人自动放弃行程，我社不退返任何费用；客人擅自、强行离团或不参加行程内的某项团队活动时（含酒店、用餐、景点等），请游客注意人身及财产安全，发生此类情况一切后果请客人自行承担，客人离团期间的一切行为责任游客自负。8、免费景点及赠送项目如发生优惠、免票、自愿放弃或因航班时间、天气、政策性原因关闭或预约问题等原因导致不能赠送参观的，敬请谅解，我社不退任何费用。旅游者参加属于高风险性游乐项目的，敬请旅游者务必在参加前充分了解项目的安全须知并确保身体状况能适应此类活动；如旅游者不具备较好的身体条件及技能，可能会造成身体伤害。在参加此类活动时应当购买相应的个人意外保险。如非旅行社责任造成的旅游者意外伤害，旅行社不承担相应的赔偿责任。9、云南地区是当地旅游度假城市，硬件及软件服务均与沿海发达的广州存在一定差距，请团友谅解。如遇旺季酒店房满或政府征收等情形，旅行社会另外安排至不低于所列酒店标准的同类型酒店。10、购物：云南地区旅游发展较为成熟，包括部分景区，公园，博物馆，纪念馆，展览馆，民俗展现场所均配备购物场所，行程中途经的休息站，加油站，公共卫生间等地停留仅供休息和方便之用，游客购物为个人自主行为，游客因购物产生的纠纷与本社无关，敬请注意。11、行程服务项目特别约定及说明：A.为了确保旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，请旅游者在出行前做一次必要的身体检查，如存在下列情况，因服务能力所限无法接待：1）传染性疾病患者，如传染性肝炎、活动期肺结核、伤寒等传染病人；2）心血管疾病患者，如严重高血压、心功能不全、心肌缺氧、心肌梗塞等病人；3）脑血管疾病患者，如脑栓塞、脑出血、脑肿瘤等病人；4）呼吸系统疾病患者，如肺气肿、肺心病等病人；5）精神病患者，如癫痫及各种精神病人；6）严重贫血病患者，如血红蛋白量水平在50克/升以下的病人；7）大中型手术的恢复期病患者；8）孕妇及行动不便者。B.未满18周岁及老年旅游者预订提示：1）未满18周岁的旅游者请由家属陪同参团，因服务能力所限，无法接待18周岁以下旅游者单独报名出游，敬请谅解。2）70-75周岁人群需提交三甲医院的体检报告且有70岁以下家属陪同，需签署免责并购买对应的旅游意外保险方可出游。3）因服务能力所限，无法接待75周岁及以上、台胞及持护照客人报名出游，敬请谅解。12、失信人特别通知及提示：失信人意为“失信被执行人”，由国家最高人民法院发布。失信人不得乘坐飞机、火车卧铺、高铁及动车。请游客报团前一定要自行查询好是否为失信人！如游客属于失信人而报团时没有向旅行社提前说明，报名后旅行社为保留客人机票位置向航空公司支付了机票定金（或全款），失信人的机票费用将全额损失，只能退税，产生的所有损失由客人自行承担！国家最高人民法院失信人查询网站如下： http://shixin.court.gov.cn/，客人报团前可到该网站进行查询！因客人失信人身份产生的实际损失（机票、房费、车费、导服费用等等）需要由客人承担。13、我社解决投诉依据客人在当地所签“意见单”为准，有任何投诉请于当时提出，否则无法给予处理。14、请游客（报名人及报名人代表之参团的全体同行人）请游客报名时认真阅读此行程每一点，一经报名，双方签字或盖章之日起，即表明合同及行程签订人及同行人已认真阅读此行程并同意相关约定条款，同意其作为《广东省国内旅游组团合同》、《报名表及补充约定》之附件。15、【安全注意事项】：1、“安全第一”，在旅行过程中，大家必须十分重视安全问题，出团前带好相关证件，保存好与亲人朋友、导游的联系方式。2、参加团队旅游，必须听从领队或导游的指挥安排，不可随意活动，禁止擅自脱队。行程中特别是在山地、天雨路滑时，请大家做到走路不看景，看景不走路。3、入住酒店后，应了解酒店安全须知，保管好房卡，在酒店大堂、餐厅、卫生间时，注意不要滑倒。入住后不要单独外出行走。4、请大家注意食品及餐具的卫生，不应吃不洁和生冷食品。在旅行社安排的餐饮之外自行购买或食用食物引起的疾病，旅行社不承担任何责任。5、注意财物安全，旅行中携带物要少而精，必要的物品要带齐，现金与贵重物品须贴身携放保管（特别是手机与钱包）。6、旅游者在旅游活动中应当遵守社会公共秩序和社会公德，应当注意的旅游目的地相关法律、法规及宗教禁忌，遵守当地的风俗习惯、文化传统和宗教信仰。同时旅游者应当明确，如涉及的活动为中国法律所禁止的，无论旅游目的国家、地区是否合法或允许，旅游者都不应参加活动，包括：（一）含有损害国家利益和民族尊严内容的。（二）含有民族、种族、宗教歧视内容的。（三）含有淫秽、赌博、涉毒内容的。（四）其他含有违反法律、法规规定内容的。如旅游者未能遵守中国法律实施上述行为而导致旅游者需要承担相关行政或刑事责任的，与旅行社无关，由旅游自行者承担。 |
| **温馨提示** | 1.云南地区由于海拔较高、空气稀薄、气压偏低，含氧量明显降低，最初几天尽可能避免剧烈运动，饮食要有节制，以免增加胃肠道负担，吃饭不宜太饱，饮水不要太多，饮茶不要太浓，最好不要抽烟，饮酒，要具备良好的心理准备，保持乐观的情绪。这才是防治高原反应的最佳”良药”。 云南为海拔较高地区，车速、空调、同级酒店将不如广东。2.气候：云南省气候年温差小，日温差大；降水充沛，干湿季分明，每年5-10月份是雨季，其他季节为干季；昆明、大理年平均气温14.8℃，丽江、香格里拉12.6℃。3.高原地区昼夜温差较大，需准备长袖衣裤、羊毛衫、夹克衫、羽绒等，需要随时增添衣物，注意身体。请备舒适的旅游鞋、太阳帽、雨具等。3.高原海拔高，日照强烈、紫外线高，对眼睛有一定的伤害，请准备有效隔绝紫外线的太阳镜，更应准备充足有效的抗水性防晒用品（阴天也要涂抹）、润唇膏，同时配备清热、解渴、滋润的药物或冲剂，如夏桑菊冲剂、板兰根等，以免一时难以承受过于干燥低温气候。4.由于云南属于高原地区，海拔较高容易出现高原反应，提醒女性游客在怀孕期间与60岁以上老人家及体弱者，慢性病患者，为避免出现意外，建议在医院做体检、谨慎出行！5.云南环保原因、大部分酒店规定摄氏28度以上才开空调，不当地带中央空调的酒店空调均定时开放，还请见谅请谅解；6.云南因山路较多且地理环境较特殊，只适用底盘较高国产旅游车，故座位间隔可能未如理想；高原行车，汽车容易出故障，途中可能会安排检修，为免影响游客行程，司机在山路或高海拔路段行驶时将不开空调，建议可打开车窗，敬请谅解！因云南当地旅游车条件有限，整个旅游市场上旅游车车龄都较长。为了行车安全，导致车速有所限制，可能会延长行车时间，敬请注意。7.云南是少数民族聚居地，请尊重当地少数名族的生活和信仰，避免与当地居民发生冲突；8.本旅游线路含有高原地区的游览项目，在此提醒，70岁以上者、患有高血压、冠心病、糖尿病、慢性支气管炎、肺心病、哮喘、贫血、感冒患者、孕妇、精神疾病患者等不适宜去高原地区旅游，请切勿盲目冒险进入高原。【安全注意事项】： 1、“安全第一”，在旅行过程中，大家必须十分重视安全问题，出团前带好相关证件，保存好与亲人朋友、导游的联系方式。 2、参加团队旅游，必须听从领队或导游的指挥安排，不可随意活动，禁止擅自脱队。行程中特别是在山地、天雨路滑时，请大家做到走路不看景，看景不走路。 3、入住酒店后，应了解酒店安全须知，保管好房卡，在酒店大堂、餐厅、卫生间时，注意不要滑倒。入住后不要单独外出行走。 4、请大家注意食品及餐具的卫生，不应吃不洁和生冷食品。在旅行社安排的餐饮之外自行购买或食用食物引起的疾病，旅行社不承担任何责任。 5、注意财物安全，旅行中携带物要少而精，必要的物品要带齐，现金与贵重物品须贴身携放保管（特别是手机与钱包）。 6、旅游者在旅游活动中应当遵守社会公共秩序和社会公德，应当注意的旅游目的地相关法律、法规及宗教禁忌，遵守当地的风俗习惯、文化传统和宗教信仰。同时旅游者应当明确，如涉及的活动为中国法律所禁止的，无论旅游目的国家、地区是否合法或允许，旅游者都不应参加活动，包括： （一）含有损害国家利益和民族尊严内容的。 （二）含有民族、种族、宗教歧视内容的。 （三）含有淫秽、赌博、涉毒内容的。 （四）其他含有违反法律、法规规定内容的。 如旅游者未能遵守中国法律实施上述行为而导致旅游者需要承担相关行政或刑事责任的，与旅行社无关，由旅游自行者承担。 |