

【魅力湖北】

武汉黄鹤楼、长江大桥、户部巷、三峡大坝、三峡大瀑布、昭君故里、神农架-神农祭坛、长江三峡-巫峡-瞿塘峡、三峡原乡-旱夔门、恩施大峡谷-云龙河地缝、土家女儿城、梭布垭石林、尊享 8 日游

超值体验
Value experience

★ 一次出行，核心景区一网打尽! ★

★尊享标准：

- 1、承诺全程绝不更换、减少旅游景点（不可抗拒因素除外），全程绝不压缩景点游览时间
- 2、承诺选用合法经营旅游用车，豪华旅游大巴
- 3、深度纯净游，拒绝乳胶、翡翠、丝绸，承诺全程仅一个土特产综合超市
- 4、服务至上，承诺选用我社优秀导游，绝无索要小费行为
- 5、指定餐厅--保证饮食安全，承诺选用证照齐、味道好、口碑赞、环境棒的优质餐厅
- 6、承诺 8*24 小时服务响应，游客提出的一切问题，确保 30 分钟内回复响应
- 7、特别安排当地 5 大特色餐：宜昌抬格子宴+兴山昭君娘家宴+奉节豔(gǔ)子鸡+巫山烤鱼+恩施土家摔碗酒
- 8、独家每人每天赠送矿泉水一瓶

天数	行程安排	用餐			入住地区
D1	出发地>武汉	×	×	×	武汉
D2	武汉>前往宜昌>三峡大坝>升船机	√	√	×	宜昌
D3	三峡大瀑布>昭君故里>神农架天生桥	√	√	√	兴山
D4	船游巫峡-神女峰>自费白帝城+瞿塘峡	√	√	√	奉节
D5	赠送旱夔门观景台-恩施大峡谷>云龙河地缝>女儿城	√	×	√	恩施
D6	恩施梭布垭石林>宜昌打卡二马路历史文化街	√	√	×	宜昌
D7	土特产>武汉黄鹤楼>长江大桥>户部巷送团	√	×	×	武汉
D8	武汉>出发地	√	×	×	温馨的家

第一天 出发地→武汉

用餐/自理 住宿/武汉

全国各地赴英雄武汉，抵达入住酒店后自由活动

自由活动推荐：

（游玩推荐，不产生门票）自由漫步中国最长的步行街【江汉路】有“天下第一步行街”的美誉，始名于 20 世纪 30 年代，曾有“车马如梭人似织，夜深歌吹未曾休”的诗名来形容它，也有“小香港”的提法。在此，还可见 30 年代遗留下来的西洋建筑，也是“武汉二十世纪建筑博物馆”

（饮食推荐，费用自理）前往【水塔街】水塔街小吃。这条不到 200 米的小街道，位于武汉最热闹的区域-江汉路，白天的水塔街，还不足显示它在武汉吃货心中的地位，直到晚上，它的威严才完全展露，档口排起长队，美食的香味充斥在空

气中，人流入织，说是摩肩接踵都不为过！

(推荐游玩，不产生门票) 漫步【汉口江滩】：阳光明媚，鸟儿啼叫；樱花盛开，悠闲地走在绿树繁花之中，穿行于鹅卵石铺成的小径，感受那浓重的武汉韵味和快节奏的大武汉氛围下的漫生活，欣赏沿江两岸的如画风光。

(特别建议：好好休息，为第二天精彩旅程养足精神)。

第二天 宜昌三峡大坝→升船机

用餐/早 住宿/宜昌

早上 08:00 武昌或汉口接站，前往宜昌游览【三峡大坝】(游览时间约 2.5 小时) 游览目前世界上规模最大的水电站和清洁能源基地，也是目前中国有史以来建设最大型的工程项目，三峡工程制高点——【坛子岭】坛子岭是三峡坝区较早开放的景区，因其顶端观景台形似一个倒扣的坛子而得名，该景区所在地为大坝建设勘测点，是三峡工地的制高点，因此这里也是观赏三峡工程全景的合适位置。坛子岭整个景区里还包括有浮雕群、钢铁大书、亿年江石模型室和绿化带等，综合展现了源远流长的三峡文化。【185 平台】185 观景平台，位于三峡大坝坝顶公路的左岸端口处，因与三峡坝顶齐高，同为海拔 185 米而得名。它与大坝的坝顶是登高的，站在平台上向下俯瞰，就如同身临坝顶，可以感受到大坝的高度，巍巍大坝，就从这里延伸到江南，将整个长江拦腰截断。可自愿参加另行付费项目——亲临体验中国人自己创造的世界之最【三峡大坝升船机】(自愿自理 290/人) 登“长江三峡”系列豪华观光游轮，乘船经过世界大型升船机三峡大坝升船机，体验乘百米“升船电梯”过三峡大坝的震撼感受，领略“高峡出平湖、当惊世界殊”的壮丽画卷。

温馨提示：自选项目三峡升船机，如遇人力不可抗力因素或政策性关闭等原因造成无法游览，则置换成【长江夜游】(自理 180 元/人)。

晚上可自愿参加另行付费项目——【宜昌长江夜游】(自愿消费 180 元/人) 晚 19:00 左右船起航，途观世界水电之都、三峡明珠——【宜昌夜色】：欣赏从万达广场到葛洲坝船闸一带的沿江大道夜景。游轮经过万里长江【葛洲坝船闸】，【体验水涨船高】的独特体验(过闸时间约 40 分钟) 历时 2 小时左右。

第三天 三峡大瀑布→昭君故里→神农架神农祭坛

用餐/早/中/晚 住宿/兴山

早餐后前往【三峡大瀑布景区】(景区电瓶车费用自理，往返 20 元/人) 景区内青山叠翠、峡谷雄峻、碧水潺潺、瀑布飞流，珍稀树木随处可见，多种野生动物在此繁衍生息。寒武天书、四不像、巴人戎洞、晓峰大佛等 20 多个景点布满景区，三峡大瀑布主瀑高 102 米，宽 80 米，飞流直下，气势如虹，蔚为壮观，被誉为“华中第一瀑”。沿途观赏纸湖洞、藏经洞、长桥飞渡、四不像、野人谷、猕猴乐园、仙女瀑、珍珠瀑、晓峰大佛等数十个自然景观，让您放松身心，尽情游玩

温馨提示：如遇【三峡大瀑布】闭园，则更换为游览国家 5A 级——【屈原故里】景区。

乘车进入三峡库区第一县——秭归县，游览国家 5A 级景区——【屈原故里】(游览时间约 1.5 小时)(景区电瓶车费用自理，往返 10 元/人)：拜谒世界文化名人——伟大爱国诗人屈原，穿越时空隧道感受古老的峡江民俗风情，看古老峡江皮影戏和秭归地花鼓表演；赏“三峡裸纤”雕塑，追忆那远去的“青滩泄滩不是滩，崆岭才是鬼门关”西陵峡之险。在景区多视角立体观赏雄伟的三峡大坝，领略毛主席所描绘的“截断巫山云雨，高峡出平湖”的壮丽画卷。

【兴山最美水上公路】(古昭公路)是我国首条生态环保公路，位于王昭君的出生地湖北省兴山县，为双车道二级公路，这条公路全长 10.9 公里，其中有 4.4 公里是建在峡谷的“水上”，整条公路宽 12 米，总投资 4.4 亿元。正因这两座特大桥架在河道中，故得名“水上公路”，夹岸风景秀丽，又被人们称为“最美水上公路”。

温馨提示：因美丽画廊水上公路为生态环保公路，沿途通车，故不能下车游玩，只能车上途径，不便之处敬请谅解)

前往游览我国古代四大美人之一的王昭君的故乡——【昭君故里】(景区电瓶车费用已赠送)是全国有名的旅游胜地。它那浓厚的人文氛围和美轮美奂的自然风光，共同形成了天、地、人、文和谐自然浑然天成的人间仙境。宝坪村云雾缭绕，幽静清恬。绿色梯田天光山色，一级一级直铺上山顶，盘旋公路曲折缠绕伸展向远方，溢翠浮香的橘林深情地将昭君村搂在怀中。有炊烟的地方就有繁花修竹，垂柳细杨，偶尔清脆婉转的鸟鸣沁人心脾。自然与人文、传统与现代和谐地统一在昭君村的建筑里，现代技术融入进了古朴典雅的古文化内涵。昭君宅修建十分精致玲珑。逼真的汉代建筑特色给我们对昭君起居生活的联想和想像提供了依据，拓展了空间。昭君纪念馆造型庄严，结构流畅，镂雕古朴，图案雅致，墙堵翘角、龙飞凤舞。馆内正中立着一尊高 2.8 米的王昭君汉白玉雕像，她冰清玉洁、倾国倾城、端庄淑静、飘逸秀慧，充分再现了昭君的丰仪和美丽，惟妙惟肖，栩栩如生。

前往【神农祭坛】神农祭坛景区地处湖北省神农架林区木鱼镇，是神农架旅游的南大门，也是中心旅游区。闻名遐迩的香溪河由此缓缓南流。整个景区内青山环抱，美丽而幽静，吸引了无数港、澳、台胞和海外侨胞寻根，祭祀炎黄子孙的祖先

——炎帝神农氏。景区内青山环抱，幽静美丽，主体建筑为神农巨型牛首人身雕像，高达 21 米，宽 35 米，寓意中华 56 个民族紧密团结。祭祀区内，五色石代表五行学说，图腾柱、浮雕和九鼎八簋等文化元素，展现了神农氏的丰功伟绩和中华民族的祭祀文化。整个景区分为主体祭祀区、古老植物园、千年古杉等。祭祀区分天坛、地坛，依山而建，主体建筑为巨型牛首人身神农雕像；古老植物园内有数百种国家珍稀植物，如血皮槭、银杏、香樟，珙桐，鹅掌楸...同时可以观千年古树—铁坚杉，此树距今已有 1250 多年树龄。景区不仅文化底蕴深厚，还充满了娱乐性和观赏性，是游客探访神农架、吊古祭祖的绝佳去处。

游览结束后，前往兴山入住酒店休息!

中餐安排特色餐：土家抬格子晏；晚餐特色餐：昭君娘家宴

第四天 船游巫峡→神女峰→赠送打卡巫山神女大扶梯-自费白帝城→瞿塘峡深度游

用餐/早/中 住宿/奉节

早餐后，前往巫山码头 10:00 乘船游【巫峡】，巫峡自巫山县城东大宁河起，至巴东县官渡口止，全长 46 公里，有大峡之称。巫峡绮丽幽深，以俊秀著称天下。它峡长谷深，奇峰突兀，层峦叠嶂，云腾雾绕，江流曲折，百转千回，船行其间，宛若进入奇丽的画廊，充满诗情画意。紧接着船观【神女峰】，神女峰又名望霞峰，美人峰，巫山十二峰之最。相传巫山神女瑶姬居此。在重庆市巫山县城东约 15 公里处的巫峡大江北岸。一根巨石突兀于青峰云霞之中，宛若一个亭亭玉立、美丽动人的少女，故名神女峰。巫山十二峰各有特色，有的若金龙腾空，有的如雄狮昂首，有的像少女亭亭玉立，有的似凤凰展翅，千姿百态，妩媚动人，其中以神女峰最秀丽最有名。金秋时节（最佳欣赏时间 11-12 月），数千亩红叶红得似火，满山似彩霞。两岸层层耸艳，从河底红到山顶，看尽秋色；在红叶的映衬下如一幅展开的壮美山河画卷

游览结束下船，赠送网红打卡世界上最长最高的城市扶梯——【巫山神女大扶梯】，比皇冠大扶梯长，这是一条有着 1136 级台阶，市民称为神女大道的通道，支撑着这座依山而建、因势就形的带状小城。巫山神女超级扶梯——总长度约 905 米，纵向提升高度约 242 米，相当于 80 层楼高。该扶梯被命名为神女大扶梯。这一长度是皇冠大扶梯的超 8 倍、高度是重庆皇冠大扶梯的近 5 倍。

【温馨提示】：《巫山神女大扶梯》为赠送景点，如遇天气、检修等原因无法游览，不退不改

可自愿参加另行付费项目——【白帝城】+【瞿塘峡】深度游船（自愿自理 290 元/人）

【白帝城】原名子阳城，为西汉末年割据蜀地的公孙述所建，公孙述自号白帝，故名城为“白帝城”。位于重庆市奉节县白帝镇白帝村 1 号社，地处瞿塘峡口长江北岸，白帝山上，东望夔门，南与白盐山隔江相望，西临奉节县城，北倚鸡公山，地处长江三峡（长江三峡西起重庆奉节白帝城，东至湖北宜昌南津关）西端入口。历代著名诗人李白、杜甫、刘禹锡、苏轼、黄庭坚、范成大、陆游等都曾登上白帝城，留下大量诗篇。因此白帝城又有“诗城”之美誉。白帝城也是“夔门天下雄”的最佳观景点，打卡 10 元人民币背后图片-【夔门】。然后【瞿塘峡深度游】乘坐游船驶入瞿塘峡，船观“夔门天下雄”的壮阔景观。入口处两山相对，北边的山是赤甲山，相传古代巴国的赤甲将军曾在此屯营；南边的山是白盐山，因粘附在岩石上的水溶液富含钙质，色似白盐而得名。杜甫诗云“赤甲白盐俱刺天，间阎缭绕接山巅”。瞿塘峡西起奉节白帝城，东至巫山大溪镇，峡长 8 公里，是长江三峡中最为雄伟险峻的一段峡谷。瞿塘峡在长江三峡中最短、最窄、景色气势最为雄奇壮观，文物胜迹最为丰富，著名景点有奉节古城、八阵图、鱼复塔、古栈道等。游览结束，入住酒店休息

第五天 奉节→早夔门→恩施大峡谷→云龙河地缝→土家女儿城

用餐/早/晚 住宿/恩施

早餐后赠送【早夔门】观景台留影打卡：在上方观赏平台拍照特别 NICE，早夔门与长江三峡自然景观夔门相似，由两处如刀削般的 600 多米绝壁构成，两山之间形成一道 400 多米宽的天然大石门，被地质界称为世界上最大的“山门”。【温馨提示】：《早夔门》观景台为赠送景点，如遇天气、景区等原因无法观看，不退不改。

前往灵秀湖北十大旅游名片之一的【恩施大峡谷】（国家 AAAAA 级景区，游览时间约 2 小时），大峡谷位于恩施市屯堡乡和板桥镇境内，是清江大峡谷中的一段，峡谷全长 108 千米，总面积 300 多平方千米。峡谷中的百里绝壁、千丈瀑布、傲啸独峰、原始森林、远古村寨等景点美不胜收；【云龙河地缝】（地缝小蛮腰垂直电梯 30 元/人，自愿自理）云龙河地缝位于恩施大峡谷境内，纵贯大峡谷前山绝壁脚下。全长约 20 公里，平均深度为 100 米，地缝上窄下宽呈“八”字状。上宽平均约为

16.8米,下宽平均约30米。地缝入口最宽达100余米。·云龙地缝是世界罕见的U形地缝,也是世界上唯一两岸不同地质年代的地缝。主要景点包括云龙绝壁、风雨桥、时空桥、云龙悬瀑及跌水等。两岸陡峭,飞瀑狂泻,缝底流水潺潺,形成奇异独特的喀斯特景观。地缝上共有7条半瀑布,其中彩虹瀑布是地缝中众多瀑布中第一个被阳光照射到的,每当阳光照射的时候,一般会伴有两道或三道彩虹出现,给瀑布又增添了几分灵气。

前往【恩施土家女儿城】游览土家女儿城,位于湖北省恩施市区七里坪,作为全国第八个人造古镇,土家女儿城合理且精心地谋划了整体建筑风格,仿古与土家吊脚楼相结合,完美的体现了土家族的民风民俗。土家女儿城囊括300家小商品,30家特色餐饮,40家美味小吃,8000平景观草坪,同时还拥有湖北省内最大的水上乐园。参观非遗街 感受土家人非遗文化底蕴,结束后乘车返回恩施入酒店。晚餐特别安排特色餐:恩施摔碗酒

【温馨提示】:

- 1.【恩施大峡谷云龙河地缝】如遇人力不可抗力因素或政策性关闭等原因造成无法游览,则置换为游览国家4A景区-【黄鹤峰林景区 赠送上行索道40元/人+电梯30/人】。
2. 女儿城表演若因时间、天气或官方停演不接受任何投诉。

第六天恩施梭布垭→宜昌-打卡二马路历史文化街区

用餐/早/中 住宿/宜昌

早餐后前往游览【恩施梭布垭石林】(游览时间大约2小时)是央视《地理·中国》栏目三大地质奇观的拍摄地之一。据专家考证,梭布垭石林的形成和恩施大峡谷、腾龙洞一样,都是清江流域发育的一片喀斯特地貌带,经历复杂的地质构造运动,形成现在神秘莫测的龙鳞石、远古的石罄之音、四亿年的猛兽化石,成为央视《地理·中国》及考古专家深度聚焦的地质奇观。石林形成主要分为三个大的阶段:在距今四亿多年前,恩施地域仍然是一片汪洋,当时生活着很多古老的海洋生物,有三叶虫、草履虫、中华震旦角石等等。当这些生物死亡后混合着泥沙沉入海底,奥陶纪地层逐步形成,一直有中国“戴冠石林之首”的赞誉,是国家4A级风景区。它名字中的“梭布”是土家语“三个”的意思,“垭”意为高山大岭间的狭窄之地,合在一起,即指三个垭。而就在这样的垭口之处,遍布着无以计数的石林和石柱,它们有的形若雄鹰远眺,有的神似仙女回眸,有的又酷似朵朵莲花...所谓奇石林立、环环相连,不外如是。最令人惊叹的是,梭布垭虽是石林,却满眼绿色,那长在石缝中的草,立在石顶上的树,给千姿百态的奇石披上了一层厚厚的伪装,给人一种“不在其中走,哪知是石林”的错觉。

【温馨提示】:

因恩施属于山地,旅游车需要加刹车降温水,前往大峡谷的途中有很多农民给大巴车免费提供加刹车降温水,给游客免费提供卫生间、免费加茶水等,同时将自己种植的茶叶销售给客人,沿途农民设的这种场所属于公共购物场所,不属于我社安排的购物店。

后乘车前往宜昌名片百年老街网红打卡【二马路历史文化街】(游览时间大约1小时)登上央视镜头的老街,烟火气与文化味并存,这里就是宜昌“二马路”。位于湖北省宜昌市西陵区,2020年2月被湖北省人民政府列为第一批省级历史文化街区。该街区是宜昌开埠历史的见证者,现存领事馆、洋行、海关旧址等文保单位,承载盐运文化、洋务文化及民族工商业发展脉络。街区建筑以“万国建筑”风貌为特色,通过严格修缮原则保留民国街巷肌理。岁月的青砖上刻着宜昌的浪漫,每条街道都藏着不期而遇的心动。经过大焕新赋予新气息,有“看头”、“玩头”、“尝头”的新体验!

游览结束后前往酒店入住休息!

第七天 宜昌特产超市→武汉黄鹤楼→户部巷送团

用餐/早 住宿/武汉

早餐后前往当地【土特产超市】不少于90分钟,自由选购心仪的土产。

后乘车前往武汉,游览江南三大名楼之一国家5A级景区——【黄鹤楼】(游览时间约1.5小时):登楼远眺,流连于“昔人已乘黄鹤去,此地空余黄鹤楼”的诗海情境中,感受古典与现代熔铸、诗化与美意构筑的精品魅力。享有“天下江山第一楼”、“天下绝景”之称。黄鹤楼是武汉市标志性建筑,与晴川阁、古琴台并称武汉三大名胜。黄鹤楼始建于三国时代吴黄武二年(公元223年)。唐代著名诗人崔颢在此题下《黄鹤楼》一诗,使它闻名遐迩。黄鹤楼坐落在海拔61.7米的蛇山顶,京广铁路的列车从楼下呼啸而过。楼高5层,总高度51.4米,建筑面积3219平方米。黄鹤楼内部由72根圆柱支撑,外部

有 60 个翘角向外伸展，屋面用 10 多万块黄色琉璃瓦覆盖构建而成。黄鹤楼楼外铸铜黄鹤造型、胜像宝塔、牌坊、轩廊、亭阁等一批辅助建筑，将主楼烘托得更加壮丽。主楼周围还建有白云阁、象宝塔、碑廊、山门等建筑。整个建筑具有独特的民族风格，与蛇山脚下的武汉长江大桥交相辉映;登楼远眺，武汉三镇的风光尽收眼底。

赠送武汉长江大桥桥头堡拍照打卡。【**武汉长江大桥**】是中国湖北省武汉市境内连接汉阳区与武昌区的过江通道，位于长江水道之上，是中华人民共和国成立后修建的第一座公铁两用的长江大桥，也是武汉市重要的历史标志性建筑之一，素有“万里长江第一桥”美誉。

前往游览【**户部巷**】，全称户部巷汉味风情街，位于湖北省武汉市武昌区司门口，是武汉最具代表性的汉味小吃特色街区之一。清代因毗邻藩台衙门(对应京城的户部衙门)而得名。武汉人将用早点，称为“过早”，这最初来自于清代的一首《汉口竹子枝词》。以“小吃”闻名的户部巷，就是武汉最有名的“早点一条巷”，民间有“早尝户部巷，宵夜吉庆街”之说，是来武汉的游人必到的景点。

游览结束后，送站结束愉快的旅程。

温馨提示:

今天是本次游程的最后一站，如若您对本次行程有任何异议，请告诉我们，我们会在第一时间根据您的反馈情况 落实调查并及时处理；并请您为导游如实填写【**质量跟踪调查表**】以便于我们得到您真实意见的反馈。我们将以此作为旅游服务质量标准依据。并以多数游客填写的《质量跟踪调查表》作为旅游服务质量评定标准。如果游客在完团后提出与填写《质量跟踪调查表》意见不符的投诉，我社将不予处理。

下午 16：30 游览结束，17：00 开始送汉口或武昌送站，结束愉快旅程！

第八天 武汉→出发地

用餐/早 住宿/温馨的家

早餐后自由活动，我社根据客人返程交通时间，安排统一送站！！

备注：由于客人报名时间及报名方式不同，导致报名价格不同；若客人在旅途中私自比较价格，引起不必要的投诉，我司不予处理并需当场补齐出团前优惠的差额！感谢您的理解与配合！

☆☆接待标准☆☆

- 1、交通：当地空调旅游车；
- 2、住宿：7 晚酒店；(宜昌两晚四钻，兴山一晚四星，奉节一晚三钻，恩施一晚三钻，武汉两晚两钻)
- 3、餐饮：全程含 7 早 7 正，(升级 5 个是特色餐 土家抬格子+特色摔碗酒+昭君娘家宴+巫山烤鱼+豉(gǔ)子鸡，正餐 10 人一桌不少于九菜一汤；人数不足 10 人酌情减少菜品，保证一人一个菜，不吃不退不换)
- 4、导游:优秀中文导游讲解服务。(走行程为一车一导，散拼接送站为工作人员，请谅解)；
- 5、【**保险**】:旅行社责任险和运输车队意外险、景区意外险。

☆☆儿童接待标准☆☆

1.2M 以下儿童仅含当地旅游车位及导游服务，其他产生任何费用现付。

注：根据运管部门的相关规定，凡带儿童出团旅游的游客，不管多大的小孩必须占座位！报团的时候请告知旅行社是否有小孩跟随，如有隐瞒，司机发现超载拒绝驾驶，同时有权请客人下车！

☆☆费用不含☆☆

- 1、必消套餐：699 元/人=黄鹤楼+三峡大坝+大坝环保车+三峡大瀑布+昭君故里+神农架神农祭坛+重庆段游船+恩施梭布垭石林+石林环保车+恩施大峡谷云龙地缝+地面缆车+车导综合服务费，(门票为政府补贴惠游湖北：统包优惠价格，所有景点游客不游览或有优惠证件，均不退任何费用！)；
- 4、不含全程入住酒店产生的单房差及加床费用 (全程单房差：600 元/人)；
- 4、不含旅游期间一切私人性质的自由自主消费 (如：长话费、洗衣、娱乐、自主购物及超出行程以外的费用)
- 5、景区内另行付费景点或娱乐项目，请根据喜好自愿选择
- 6、不含因自身违约、自身过错、自身疾病等原因导致的人身财产损失所额外支付的费用

☆☆自愿自理☆☆

- 1.三峡大坝电瓶车 10 元/人
- 2.三峡大坝耳麦 20 元/人
- 3.三大瀑布电瓶车 20 元/人
- 4.黄鹤楼景区电瓶车 10 元/人
- 5.恩施云龙河地缝垂直电梯 30 元/人
- 6.三峡大坝升船机 290/人 (备选三峡人家)
- 7.白帝城+瞿塘峡深度游 290 元/人
- 8.行程中未标注已含的其它个人消费支出

☆☆注意事项☆☆

- 1、旅游全程请服从导游的安排，牢记导游告之的安全事项，带小孩的请时刻注意小孩的安全，防止走失；
- 2、晕车的团友早上不要吃鸡蛋，坐车时最好选择前排或中排靠窗的位置；
- 3、要注意劳逸结合，不能“疲劳游”，建议晚上不要夜不归宿。该地区地处山区地形，海拔较高，游玩时，要量力而行，不宜剧烈运动，不要在人群中乱挤；
- 4、游览时最好穿平底鞋，以免扭伤。要做到“走路不看景，看景不走路”（特别是登山的游览）；
- 5、爱护文物古迹，保护环境。旅游者每到一地都应自觉爱护当地的文物古迹和景区的自然环境；
- 6、尊重当地的习俗；
- 7、注意卫生与健康。旅游在外，品尝当地名菜、名点，无疑是一种“饮食文化”的享受，但一定要注意饮食饮水卫生，切忌暴饮暴食。油腻的食物要少吃，以免肠胃不适引发消化系统疾病。多吃蔬菜水果，少吃方便面。忌食用不卫生、不合格的食品和饮料，不喝泉水、塘水和河水；
- 8、警惕上当受骗，注意防盗、防抢。在旅游期间要特别注意人身和财产安全，妥善保管好身份证、现金、相机等贵重物品；
- 9、气候多变，外出时最好带上雨具，以防不测风云（登山时无论下雨与否，严禁打伞登山，雨衣较佳）；
- 10、每晚睡前用热水泡脚，睡时将小腿和脚稍垫高，以防下肢水肿；
- 11、因服务能力有限：
 - ①患有心脏病.高血压.糖尿病.冠心病等，不得参加本团，如强烈要求参团，请提前告知我社，并且必须有年轻健康的亲属陪同；
 - ②癌症、癫痫/小儿麻痹症，及有听力视力障碍者，身体残疾行动不便者，有精神疾病无行为控制能力者及孕妇，恕不能参团，望请谅解。如游客隐瞒参团而发生事故，我社不承担任何连带责任！