**桂东避暑康养深度体验五日游行程单**

【避暑桂东我“氧”你】

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | GD20240730 | **出发地** | 长沙市 | **目的地** | 郴州市 |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 汽车 | **返程交通** | 汽车 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 1、全程绝无任何自费项目推荐；2、全程绝无任何购物店；3、全程含餐，五天4早8正餐；4、全程有专职管家服务；5、避暑康养圣地，远离空调，感受23度的夏天。 |
| **产品介绍** | 【桂东夏天平均温度23度，很适合避暑康养】桂东县以“养生天堂、避暑胜地”远近闻名，先后荣获“中国最佳生态旅游示范县”、“中国最佳消夏避暑旅游名县”等荣誉。桂东冬无严寒夏无酷暑，夏天平均温度为23摄氏度，全年康体温度（13-24度）时间长达11个月。桂东位于湖南东南部，地处湘粤赣三省交界处，是三省海拔制高点（全县平均海拔900米），是湖南的屋脊，有“湘赣粤小西藏”之称。因其湛蓝的天空、富氧的空气、清澈的流水、茂密的森林，夏季平均气温仅为23.6℃，享有“天然氧吧”“自然空调城”“避暑胜地”“养生天堂”等美誉。由于生态良好、森林覆盖率高，桂东空气中的负氧离子含量极高，平均达到4.6万个/cm³，最高瞬时值分别达15万个，而一般城市负氧离子含量为每立方厘米400至1000个。大世界基尼斯总部多次检测认定为世界第一，最适宜人们到桂东康养、疗养。 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **长沙-桂东**早上指定时间、地点集合，【今天旅游行程开始】。乘车前往郴州桂东县（正常行车时间4.5小时），桂东隶属于湖南省郴州市。位于湖南省东南边睡，郴州市东部。处罗霄山脉南端，南岭北麓，诸广山西翼，八面山东侧。县境东西宽 61.2 公里，南北长 53.6 公里，总面积 1500 平方公里。桂东县被大世界基尼斯总部检测认定为“负氧离子含量最高的县”，PM2.5 指数常年保持在 7 微克/m³左右。夏季平均气温比长沙低 8～10℃，是远近闻名的“养生天堂、避暑胜地”， 先后荣获“中国最佳生态旅游示范县”“中国最佳消夏避暑旅游名县”等称誉。办理入住，自由活动！【今天旅游行程结束】交通：旅游大巴车 |
| **用餐** | 早餐：不含 午餐：团队用餐，十人一桌 晚餐：团队用餐，十人一桌  |
| **住宿** | 当地经济型酒店/民宿 |
| **D2** |
| **行程详情** | **十万亩茶园-酒店**早餐后根据与导游约定时间集合，【今天旅游行程开始】，车赴【十万亩茶园】（车程约1.5小时），桂东县清泉镇十万亩茶叶观光园，漫山茶树从山底盘旋而上，休闲亭、游步道嵌入其间，绘就一幅天然生态的美丽画卷。这里百姓自明末种茶，至今已有300多年历史，十万亩茶叶观光园，茶园莽莽，缠绕着一座座山，一道道梁，从沟底一直延伸到山顶，参差错落间，勾勒出自然圆润的曲线，一眼望去漫山遍野郁郁葱葱。晚餐后自行漫步美丽村庄（可参加舞蹈或麻将等娱乐活动），入住休息。【今天旅游行程结束】交通：无 |
| **用餐** | 早餐：酒店配送，不吃不退 午餐：团队用餐，十人一桌 晚餐：团队用餐，十人一桌  |
| **住宿** | 当地经济型酒店/民宿 |
| **D3** |
| **行程详情** | **唐家大屋- 三台山公园-酒店**早餐后根据与导游约定时间集合，【今天旅游行程开始】，游览【唐家大屋】（游览时间不少于40分钟）唐家大屋始建于清末，系砖木结构民房。位于湖南省桂东县沤江镇红军路6号，原乃唐姓民房，始建于清末，建筑面积360平方米，两层砖木结构，硬山顶，小青瓦面，正面呈倒“凹”形，外筑院墙，构成小庭院落。1928年8月，红军从井冈山分兵进军湘南，遭致失败。毛泽东率部来桂东迎还红军大队。8月23日，两支部队会合后，在唐家大屋召开了前委扩大会议，总结了“八月失败”的经验教训‘议决重返井冈山，从而使井冈山革命根据地得到恢复和巩固。原房屋已坍塌，1966年按原貌修复，1972年湖南省革委会将唐家大屋公布为湖南省重点文物保护单位，1983年，湖南省人民政府将唐家大屋重新公布为湖南省省级文物保护单位，1993年，湖南省人民政府公布保护范围和建设控制地带，附近为“工农红军在桂东革命活动纪念馆”，外有保护性围墙将旧址和纪念馆连为一体。游览【三台山公园】（游览时间不少于2小时）景区位于桂东县城南侧，2011 年创建为国家 3A 级旅游景区，是县城居民和游客旅游观光、休闲避暑、养生休憩的重要场所，是“生态桂东”的一张靓丽名片，被誉为桂东的后花园。园内人文景观与自然景观交相辉映，屹立着一座纪念桂东革命英烈的“革命烈士纪念碑”和一座展示桂东先烈的“红色记忆”雕塑；此外还有三台寺、织女湖、冰臼群等景点，漫步公园，有遮天避日的林荫小道，或曲径通幽，或一线见天，是养生、避暑、度假的理想去处，后返回酒店享用中餐午休，下午自由活动！【今天旅游行程结束】交通：无 |
| **用餐** | 早餐：酒店配送，不吃不退 午餐：团队用餐，十人一桌 晚餐：团队用餐，十人一桌  |
| **住宿** | 当地经济型酒店/民宿 |
| **D4** |
| **行程详情** | **桂东植物园-荷花园-邓力群故居**早餐后根据与导游约定时间集合，【今天旅游行程开始】，游览【桂东县植物园】（游览时间不少于1.5小时）景区位于寨前镇水湾村，紧临国道，傍依汶江，山水交相辉映，生态风景迷人。2013年1月开工建设，2014年完工，总投资1.8亿元。植物园建设主要包括核心景区、生态产业和生态文化。前住【万亩荷花园】桂东县寨前镇党委、政府在精准扶贫工作中，大力调整产业结构——种植荷花。一朵朵小荷花成了该镇贫困村和贫困农户脱贫致富的大产业。槐村、水湾、流源大面积的荷花进入了开花旺季。荷花观光园区 连绵不绝达到种植面积达到近 10000 亩。成为桂东一道亮丽的风景线和生态名片！ 游览【邓力群故居】（游览时间不少于40分钟）建筑气势磅礴、建筑手法细腻，始建于清朝乾隆27年左右（公元1762年间），逾今已有近300年历史，具有典型的江南民居特点。该房屋为砖木结构，青砖墙，小青瓦面，占地面积900多平方米，建筑面积826.8平方米。故居坐西北朝东南，三进三厅三天井，有大小房屋29间。屋前有鱼塘，院落内建有小花园，后有竹山，整个环境典雅舒适。既是一处不可多得人文景观，又是一处具纪念意义的爱国主义教育基地，后返回酒店享用中餐午休。下午自由活动，晚上参加欢送会。【今天旅游行程结束】交通：无 |
| **用餐** | 早餐：酒店配送，不吃不退 午餐：团队用餐，十人一桌 晚餐：团队用餐，十人一桌  |
| **住宿** | 当地经济型酒店/民宿 |
| **D5** |
| **行程详情** | **桂东-长沙**早餐后根据与导游约定时间集合，乘车返回长沙!【今天旅游行程结束】交通：无 |
| **用餐** | 早餐：酒店配送，不吃不退 午餐：无 晚餐：无  |
| **住宿** | 当地经济型酒店/民宿 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 1、【交通】全程空调旅游车，车型根据实际人数安排，每人一个正座，位置以先来后到的方式安排，不便预留。行程中位子保持不变，如需调换请自行协商。（若出发前24小时内临时取消收取损失280元/人）；2、【门票】行程所列景点大门票（活动套餐门票无特殊优惠政策）。3、【住宿】桂东经济型酒店3晚或者4晚（建议自备洗漱用品）;4、【用餐】4天全程含3早7正餐，5天全程含4早8正餐，十人围桌，八菜一汤，人数不足，菜量酌减;5、【小孩】1.2米以下小孩报价只含车位费及综合服务费，不含门票、床位等，餐费需自理（五天团餐费200元/人，四天团餐费170元/人）；6、【导游】全程持证导游服务；7、【保险】旅行社责任险，不含旅游意外保险。（建议游客购买旅游意外险）8、【行程安排】在不减少景点情况下,导游可以灵活调整行程游览顺序； |
| **费用不包含** | 1、因不可抗力因素所引致的额外费用;2、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;3、团体旅游意外险(建议旅游者购买);4、个人消费（如酒水、饮料，酒店内洗衣、电话等未提到的其它服务）;5、“旅游费用包含”内容以外的所有费用及景区小交通所列的未含费用;6、购物：行程内无购物店。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1、请您仔细阅读本行程，根据自身条件选择适合自己的旅游线路。签订旅游合同后，如因身体健康等自身原因需放弃行程的，或游客要求放弃部分住宿、交通的，均视为自愿放弃，需自行承担相对应损失。2、此团行程是散客跟团游，有可能存在等待其他客人的情况，请听从导游安排，请游客谅解。景点游览顺序可能会根据当地天气情况或其它特殊情况进行调整，但保证景点不减少，时间不压缩。因不可抗力因素（自然灾害、交通状况、政府行为等），旅行社经与游客协商同意后可以作出行程调整，尽力确保行程的顺利进行。3、团队游览中不允许擅自离团（自行安排活动时间除外），中途离团视同游客违约，旅行社有权解除与游客的旅游合同，旅行社亦不承担游客离团时发生意外的责任，其未产生的所有费用概不退还。4、出游过程中，如产生退费情况，以退费项目旅行社折扣价为依据，均不以挂牌价为准。因门票按折扣成本价核算，故老年、学生、教师、军官等证件不再重复享受优惠，客人自动放弃景点不退费用。5、行程内行车途中均会提供沿途休息及上厕所，请主动付费自备小钞。包括餐后休息，酒店休息，每日行程结束后至次日行程开始前均为游客自行安排活动时间，期间旅游者自身财产及人身安全由其本人自行负责，请注意安全，并请勿参加违反中国法律不宜参加的活动。6、旅行社对交通因运力、天气等因素延误、变更、取消等无法掌控，如遇此种情况，旅行社将尽力避免损失扩大，旅行社可能因此将对行程做出相应调整，届时敬请旅游者配合谅解。 7、不同地区因经济不同，旅游中吃、住、行等方面会有各地的差异，请您理解。 |
| **温馨提示** | 二、温馨提示：行前安排:1、进行体检。出门旅居前在当地医院做一个全身健康体检，做到对自身状况有个客观了解，确认可出游后，再起程；若旅居者未按康养中心要求如实告知相关健康情况或者有所隐瞒，在旅途中因突发状况而产生全部责任及全部费用将由旅居者本人自行承担；2、备带药物。出门前最好准备一些日常药品,以备不时之需。常用的药品有维生素、感冒药、腹泻药、晕车药、止痛片、创可贴、防蚊水、清肠丸等等；老年慢性病患者，除了带日常服用的药物外，还须准备一些特殊的急救用药；有过敏史的老年人，应提前告知过敏史，尽量回避过敏食物及因外界环境引起的过敏反应；3、衣着注意事项。贵州气候湿润温和，可适量携带春秋季节薄外套衣物，准备自己舒适的鞋、帽、衣裤等穿戴物品，拖鞋、牙膏牙刷等需自带；当地注意事项：1、夏季来桂东康养旅居，应备有一些春秋的薄外套。2、因森林覆盖面广，蚊虫及野生动物也略多于城市里。康养基地为每位旅居的客人准备了防虫药。小镇大部分路段都可行走，偏僻且草木比较深的地方不建议去，如出现意外，请及时与宜途工作人员联系进行医治。夜晚与雨天，最好穿适脚、防滑的运动鞋结伴出行，腿脚不便的老人应带拐杖出门，以防在山路上出现意外。虽然小镇整体负氧离子含量高，旅居客人需根据身体情况适当运动，不宜激烈运动，如锻炼过程出现不适应立即暂停运动，感到身体不适时应及时与工作人员联系送医诊治。3、当您来到康养基地，我们为您准备了具有当地特色的餐食，天气炎热不免让人想吃酸辣、凉食等，老人应根据自身身体情况合理进食，不宜贪凉或贪多，以免引起胃部不适，还要注意饮食卫生，不吃不洁、生冷食物，防止肠道传染病从口入。如感到身体不适，请及时与工作人员联系。如果老人有忌口或服药注意事项，请提前告知工作人员，方便我们尽早为您安排适合您的餐食，以便您在康养旅居中享受到更健康、更美味的美食。4、此行程含全餐，请按时按点前往餐厅就餐，如在规定时间内没有前往就餐，敬请自理；此餐费已包含在房费中，不用不退；5、入住时请保管好房卡，检查房间内设施（卫浴设备、遥控器等）是否有损坏并及时告知管家， 以免退房时发生不必要的麻烦；房卡上贴有管家电话，有一切问题可拨打电话寻求帮助；6、入住期间注意安全用水用电，长时间离开请检查水龙头、电器等是否关闭；严禁对房间内私自进行改造；7、防止意外。行动宜谨慎小心，不要私自出远门，如需出远门请事先联系告知管家，晚上 22：00 必须到达房间。尽量避免独自出行，以免发生意外；若旅居者不听劝告私自、独自出行而导致意外事故发生，一切追偿事宜由旅居者本人自行承担办理；8、防止旧病复发：如果感到身体不适请尽早联系管家，重视预防过敏和水土不服等症状；如果旅居者本人由于身体不适或者其他原因导致不能继续完成行程，需要康养中心协助提前返回、就医等情况发生，将由旅居者本人承担全部责任及发生的全部费用；9、注意饮食卫生：不乱吃路边摊，少吃生冷食物，忌暴饮暴食；10、注意防滑：洗澡过程中注意防滑，时间不宜过长，以免身体不适；11、注重劳逸结合：旅居过程中注意休息，出门容易上火，请携带随身保温杯，注意多喝水，避免过度劳累。12、注重贵重物品保管：旅居过程中，为了您的财产安全，请自行妥善保管好随身的贵重物品， 如有遗失，康养中心概不负责；请妥善保管房卡，如有遗失或损坏需赔付；13、防止火灾：在房间内吸烟需注意，不乱扔烟头，不要让易燃物品接触电源火源，以防火灾。 |
| **退改规则** | 1、旅游者在行程出发前可以书面形式提出解除合同。在出发前七日（不含第七日）提出解除合同的、不承担违约责任；如已发生旅游费用的、应当扣除已发生的旅游费用。旅游者在出发前7日内（含第7日）提出解除合同的，需承担违约责任，出发前6日-4日 支付旅游总额20%；出发前3日至1日、支付旅游费总额40%；出发当日、支付旅游费总金额60%；如按上述约定比例扣除的必要的费用低于实际发生的费用，旅游者按照实际发生的费用支付，但最高额不超过旅游费用总额。2、旅游者未按约定时间到达约定集合出发地点、也未能在出发中途加入旅游团队的、视为旅游者解除合同、按照本标准向旅行社支付业务损失费（同上）3、旅游者在行程中脱团、旅行社可以解除合同、旅游者不得要求旅行社退还旅游费用；给旅行社造成经济损失的、旅游者应当承担相应的赔偿责任。（损失标准须分情况分列对应损失金额，必须保证合理、且能提供相应的原始凭据说明。） |