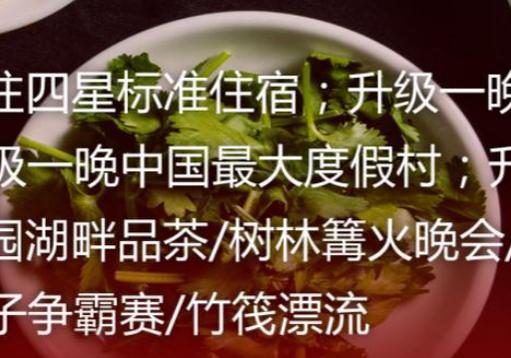




# 潮汕

客都梅州+高北土楼5天5晚游  
潮州古城+南澳岛+京明度假村



- 【酒店升级】 入住四星标准住宿；升级一晚温泉度假村  
升级一晚中国最大度假村；升级一晚南澳岛海边酒店
- 【潮汕体验】 茶园湖畔品茶/树林篝火晚会/温泉体验  
柚子争霸赛/竹筏漂流
- 【网红潮汕】 南澳岛/长山尾灯塔/滨江长廊灯光秀/潮州古城
- 【土楼打卡】 “福建土楼王”之称的承启楼

# 大潮汕

## 潮州古城+南澳岛+京明度假村+客都梅州+土楼 6天5晚游

### 产品理念

疫后出行，带您寻求健康的生活方式！

**土楼文化：**2008年7月7日，福建土楼被成功列入《世界遗产名录》，说明这一承载着灿烂历史的建筑形式进一步得到了世界承认。为永定客家土楼全面走向世界赢得了一张亮丽名片。福建土楼是一种集体聚居的生土夯筑的大型建筑，形式多样，且因地制宜，与周围山水和谐相处。客家土楼以其历史悠久，千姿百态、规模宏大、结构奇妙、功能齐全、内涵丰富著称于世，那数以万计用生土夯筑而成的永定客家土楼，错落有致、蔚为壮观，与大自然融为了一体，令人惊叹、令人陶醉。

**潮汕文化：**璀璨辉煌的中华文明源远流长，博大精深，有着十分丰富的内容，在国际影响力上更是誉播海内外。中华文化包含了中华各民族、各民系、各地区、各种专题的文化，潮汕文化便其中的重要组成部分。潮汕文化具有十分鲜明的地域特色，贯穿于潮汕人的社会生活之中。以潮剧、潮州建筑、潮汕功夫茶等为代表的潮州文化影响深远，有着很高的声誉。

**客家文化：**是指客家人共同创造的物质文化与精神文化的总和。客家文化既继承了古代正统汉族文化，又融合了南方土著文化，中原文化与土著文化碰撞、融合，催生出了一类既保留中原特色，又吸收土著精华的全新文化——客家文化。

### 特别安排-极致美景

- ★【南澳北回归线标志塔】：设计融合了天文现象和常识——自然之门
- ★【南澳岛青澳湾】：广东最美海岛沙滩——东方夏威夷青澳湾，留足时间戏水玩沙
- ★【京明温泉度假村】：中国最大的度假村，国家AAAA级景区
- ★【野生动物园】东南沿海最大的<野生动物园>，老虎骑马、猴子骑山羊等动物表演让您捧腹大笑
- ★【湖畔茶馆】湖边<湖畔茶馆>免费品茗，感受度假生活的休闲时光
- ★【京明橡胶园】占地面积700亩，50年代华侨回国后将国外的橡胶产业带回家乡，种植至今已超过70年。我们可通过橡胶了解东南亚潮籍华侨的特殊移民经历，参观时间约2小时。
- ★【竹筏漂流】观湖边世外桃源，品潮汕工夫茶
- ★【叶剑英故居】：粤东地区客家围屋，坐东朝西偏南反映叶剑英革命生涯
- ★【田中赋土楼】：现存不多的“世外桃源”，被公认为艺术家眼中的土楼。
- ★【潮州古城】：央视春晚分会场——潮州古城巷弄漫度小城时光

### 玩转闽粤-六大升级

1. 全程升级入住四星标准住宿
2. 升级一晚温泉度假村
3. 升级一晚中国最大度假村
4. 升级一晚南澳岛海边酒店
5. 重现土楼人家节庆仪式
6. 特别安排树林中的篝火晚会
7. 趣味横生柚王争霸赛
8. 空中酒廊红歌大赛

### 豪礼相赠

1. 百元养生大礼包
2. 潮汕特色点心
3. 乳胶巾

### 自费优惠大礼包——南澳海陆空深度游套餐 299元/人

- 最深海：出海捕鱼：乘坐最正规的南澳渔船，出海感受渔民生活，体验海上拖网捕鱼现场
- 最高点：南澳后花园旅游生态村：“海阔天空”个观景平台，俯瞰深澳镇及广阔的海湾。实地感受“海岛乡村”，保持着原始村貌的古村落如今还有村民居住其中，偶尔有挑着扁担的村妇经过，加之悠然漫步的公鸡，这些画面令久居都市的人顿感身心舒畅；
- 最原始：海岛渔民餐——品尝当年渔民日常餐食，现捞现煮的海鲜粥，感受大海最鲜美的味道；
- 最陆地：打卡海上人造陆地——渔排海鲜大排档品尝南澳岛原味海鲜盛宴

天数	行程安排	用餐			住宿
D1	接团	X	自理	自理	潮汕酒店
D2	南澳岛/长山尾灯塔/青澳湾沙滩/北回归线标志塔	含	自理	自理	升级南澳海边酒店
D3	阳美“亚洲玉都”之称/京明度假村/ <b>橡胶林割乳胶</b> /野生动物园/京明长城/盘国仙师庙/竹筏漂流/茶园/湖畔茶馆/树林中篝火晚会	含	客家菜	自理	升级揭西京明度假村
D4	<b>玉器城</b> /梅州客家博物馆/叶帅纪念园/故居/自由浸泡温泉	含	梅州大盆菜	自理	客都温泉度假村
D5	本草春生态基地 <b>铁皮石斛</b> /高北土楼/平和参观布达拉宫柚海/柚海摘柚子争霸赛/逛古城滨江长廊灯光秀	含	围龙宴	自理	潮汕品质型酒店
D6	潮州韩文公祠/泰佛殿/明清牌坊街/广济城楼/开元寺/湘子桥外观/送团	含	潮汕小吃宴	X	温馨的家

日期	具体行程
D1	<b>昆明</b>  <b>汕头</b>
	乘机前往中国东南沿海一座美丽的滨海城市汕头揭阳机场，司机接机后入住酒店。晚上客人可自由安排。
	早餐：敬请自理      中餐：敬请自理      晚餐：敬请自理
	酒店：潮汕酒店
D2	<b>南澳岛&gt;青澳湾沙滩&gt;北回归线标志塔</b>
	早上睡到自然醒，约定时间集合，乘车广东最美的海岛——【南澳岛】（车程时间约 1.5 小时），车游海上巨龙【南澳大桥】领略海上奇观，南澳大桥全长约 11.08 公里，于桥上可领略南海波澜壮阔的壮丽景观。后前往【长山尾码头灯塔】（游览时间 30 分钟）距离南澳大桥不远处，许多新人都会来此拍摄婚纱照，可见这个灯塔的颜值之高。沿途车游堪称“维多利亚港”之美，新南澳外滩——【海滨路】，途观【海上渔村】、远眺【亚洲沿海最大风车群】。
	前往被誉为“泳者天堂、粤东小塞班”之称的【青澳湾海滨浴场】（游览时间约 60 分钟），感受碧海蓝天、白沙细浪、温暖……游览首座建于海岛的北回归线标志塔——【自然之门】（游览时间约 40 分钟）。
	晚餐自理，后前往酒店办理入住，休整后前往空中酒廊，俯瞰青澳湾全景，今晚酒廊 KTV 将举办一场【歌王争霸赛】（记得提前报名参赛曲目哦）。
	推荐海陆空套餐：
1. 返璞归真的海岛生涯，跟着渔民【出海打渔】（每艘渔轮可容纳 30 人左右，船上有 KTV，麻将桌，出海时间约 1 小时），乘坐渔船出海观看渔民们是如何在海上拖网打渔，体验最真实的渔家生活，船上可眺望亚洲规模最大的【海岛风能发电场】；	
2. 【海岛渔民餐】：渔民以渔为生，以鱼为食，因着条件限制，对海鲜最礼遇的做法就是将刚捕捞上来的鲜鱼配以大米烹调成鱼粥，配上些地瓜小菜，如此即成渔民最丰盛的一餐（温馨提示：岛上海鲜均属于生猛海鲜，切勿空腹、过量食用，切勿搭配啤酒食用！）	
3. 参观“广东名村”——【后花园生态旅游村】南澳岛海拔最高的山村，后花园村茶叶种植历史悠久，老茶丛随处可见，特别是当地独特的“宋茶”品种，是南宋末期，宋帝赵昀逃亡到南澳岛，途经后花园村时，指灌为茶，品种流传至今，成为后花园独特的文化传承，闻名遐迩。	
4. 晚餐前往南澳岛渔排上品本土【海鲜盛宴】——欣赏着 180 度开放式海景，您可以看到各种养在海里面的鲜活海鲜在网箱里面徜徉，参考菜单：海胆蒸蛋 生炊海鱼 白灼虾 鱼肚炒西芹 鱼丸龙须菜汤 姜葱炒蟹 海木耳炒颈肉 潮汕卤味 紫菜炒饭 炒时蔬	



早餐：酒店内

中餐：自理 **套餐赠送渔民餐**

晚餐：自理 **套餐赠送渔排海鲜餐**

酒店：南澳岛海边酒店（海韵华轩/逸景半岛/香湖湾或同级）

**京明度假村>橡胶林割乳胶>竹筏漂流>篝火晚会**

酒店享用早餐后乘车前往阳美，有亚洲玉都之美名，阳美玉都摘取“南粤明珠”的桂冠，这是阳美玉都成功举办第二届中华阳美（国际）玉器节之后的一大荣誉。

乘车前往【京明度假村】亲身体验【橡胶林割乳胶】。随后参观【虎园】目前有 120 只东北虎，园内时常虎啸声振聋发聩。这里还有是目前全球唯一一只由东北虎生下的白虎。【京明长城】，【盘国仙师庙】盘古文化园共有五进宫，是国内乃至全球规模最大的盘古庙。

午餐享用京明【客家菜】。

体验【竹筏漂流】以竹筏为运载工具的漂流，平稳舒适，站立行走自然，伸展自如。既有乘风破浪穿越激流的刺激，又有随波逐流的怡然自得；既可洗手濯足，又可对山歌、打水仗、捉螃蟹、撒水漂……

游览【茶园】山峦之间，种植 2200 亩优质生态茶，茶山画廊，茶叶飘香。四季可让游客体验采茶、制茶、品茶的山间茶趣。坐在【湖畔茶馆】内，品尝着茶山上独有的高山茶，清幽淡雅的茶香，惬意悠然。

晚餐自理后，前往树林进行【篝火晚会】，嗨翻夜空，体验客家人的热情似火。  
适时前往酒店入住休息。

D3



早餐：酒店内

中餐：客家菜

晚餐：敬请自理

酒店：揭西京明度假村或同级酒店云雾山庄

**梅州客家博物馆>叶帅纪念馆/故居>客都温泉**

酒店享用早餐。

前往【揭阳玉器城】参观。

午餐享用【梅州大盆菜】，源于客家人传统的“发财大盘菜”，顾名思义就是用一个个大大的盘子，将食物都放到里面，和在一起，融汇出一种特有滋味。丰富的材料一层层叠进大盘之中，最易吸收着汁的材料通常放在下面。吃的时候每围一盘，一层一层吃下去，汁液交融，味道馥郁而香浓，令人大有渐入佳景之快。

参观【梅州客家博物馆】，外观为圆形客家土楼造型，巍然耸立，气势宏伟。融收藏研究、展示传播、参观游览于一体，为广东省内第一家、国内规模最大的综合性客家博物馆，是“世界客都·文化梅州”的重要标志，也是海内外游客感受客家文化的又一个耀眼亮点。

参观【叶剑英纪念馆】，纪念馆依山而建，高三层，外观呈几何构造，气势恢弘，极具现代化气息，融美观和实用于一体，共分为四个展厅。通过大量图片、实物、艺术品的展示，集中而生动地展现出叶剑英元帅伟大光辉和充满传奇色彩的一生。【叶剑英故居】故居是泥砖砌筑的农舍，属粤东地区客家围屋。坐东朝西偏南。整座围屋共有 15 间房屋，进故居左侧后角边两间是叶剑英少年时的卧房。院内整洁清静，远处青山含黛，四野田园青翠，环

D4

境优美。1897年4月28日，叶剑英诞生在此，并度过童年。叶剑英元帅纪念馆位于故居左侧。馆前竖立2米高叶剑英戎装铜像，门楼上镶嵌杨尚昆题写的“叶剑英元帅纪念馆”烫金大字。门楼两边装饰浮雕，反映叶剑英革命生涯。

晚餐自理后于适时前往【客都温泉】休息，晚上自由浸泡温泉（客人自带泳衣）。



早餐：酒店内

中餐：梅州大盆菜

晚餐：敬请自理

酒店：客都温泉

### 本草春生态园>田中赋土楼>平和布达拉宫柚海>潮州古城

酒店早餐后前往游览【本草春生态园】，福建省最大的本草春铁皮石斛、金线莲五斗山种植基地。位于环境优美的南靖五斗山，地处铁皮石斛生长的黄金纬度（24°），占地3000余亩，严格按照GAP标准建设，模拟野生植物环境中的微生物降解的有机肥料，营造自然生长条件，是福建省较大的铁皮石斛标准化、科技化、原生态的组培和种植地。参加本草春铁皮石斛企业展销会。在这里我们将参观面积高达千亩的种植基地，而后听取养生讲解。参加健康讲座，别走开，现场诸多豪礼相送。享用【本草养生餐】。



下午前往【田中赋土楼】，（车程约2小时）南靖田中赋土楼群藏在深山中充满诗意的小村庄堪称世外桃源，它倚靠狮尾山，傍临潭角河，群山环抱，山清水秀，由潭角楼、船楼、竹林楼、顺兴楼、光辉楼等7栋古色古香的土楼构成，与自然环境融为一体，被公认为艺术家眼中的土楼，隔着小河望去，给人一种安静祥和的感受。

## D5



在土楼参与【打糍粑】体验，糍粑是以糯米，土豆为主料，清浸泡后搁蒸笼里蒸熟，再迅速放在石臼里舂至绵软柔韧，趁热将饭泥制作成可大可小的团状，搁芝麻炒香磨粉拌白砂糖（或是黄豆炒香磨粉拌白砂糖）的盘里滚动，即可取食。



前往【平和布达拉宫柚海】，体会丰收的喜悦，品尝甜蜜的滋味，参与【“柚王”争霸赛】。

活动规则及细节：

- 1、 活动地点：三红蜜柚种植基地
- 2、 设定奖项：①“柚王”夺主获得价值 399 元大礼包一份②集赞赢大礼第一名获得价值 199 元大礼包一份
- 3、 参赛规则：①“柚王”：从所有参与比赛的客人里挑选柚子中个头最大或最重、成色最好的柚子，成为“柚王”夺主  
②朋友圈发九张图，图片要有和柚子的合影，活动结束后，谁的朋友圈点赞人数最多，谁就是赢家
- 4、精心赠送每人一颗柚子



柚子的功效：可降低血液的黏滞度，减少血栓的形成，故而对脑血管疾病，如脑血栓、中风等也有较好的预防作用。而鲜柚肉由于含有类似胰岛素的成分，更是糖尿病患者的理想食品。

柚子食用禁忌：柚子性寒，脾虚泄泻的人吃了柚子会腹泻，故身体虚寒的人不宜多吃柚子。

乘车前往国家历史文化名城—【潮州】，晚上参观【广济桥灯光秀】（灯光秀观赏时间若有变更以实际情况而定更改为夜游古城），400 人夜以继日的 200 公里管线敷设，近 7 万套 LED 灯具安装，在一江两岸 6 平方多公里范围，潮州古城广济桥灯光于 2018 年 2 月呈现出它新的魅力！设计团队是中国美术学院风景建筑设计研究总院照明设计研究中心，也是设计 G20 峰会、杭州西湖夜景的团队。

早餐：酒店内

中餐：围龙宴

晚餐：敬请自理

酒店：潮汕（凯利莱/兰桂坊或同级）

韩文公祠>泰佛殿>牌坊街>开元寺 汕头 昆明

酒店享用早餐，前往参观【韩文公祠】（逢周一闭馆国家法定节假日除外）中国现存最早纪念唐代文学家韩愈的祠宇，背靠韩山，面临韩江。主体建筑分前后二进，祠内梁间遍挂名家题写匾额。祠体正面淡绿色的壁面，衬托着当中凹肚门上方“韩文公之祠”蓝色隶书匾额之清淡文雅与沉静端肃。亦因曾为电影《羞羞的铁拳》的取景地而更为人们所知。

参观【泰佛殿】旅泰侨领、大慈善家谢慧如捐巨资敬建，经国务院宗教事务局批准，由潮州市自行设计、施工的中国大陆首座规模宏大的泰国式佛教梵宇，于 1992 年元宵落成剪彩，4 月 11 日又举行泰式铜铸大佛开光法会。这是中泰友谊的一朵新花，中外佛教交流的硕果，为潮州历史文化名城添彩。

享用午餐后，步行游览全国最长、牌坊最多、集潮州名小食、特产、潮绣、木雕、蜡石等传统工艺于一体的旅游商品街—【太平路牌坊古街】（约 60 分钟）、【甲第巷】、豪门宅第，观驷马拖车、百鸟朝阳、四点金等建筑格局。

游览“古代建筑艺术明珠”美誉的【开元寺】（约 40 分钟），至今仍保持着与日本东大寺相似的唐宋宫殿式建筑壮严肃穆的风格，至今已有 1260 多年的历史。观赏韩江风光及修复一新的【宋明代古城墙】及【广济城楼】，漫步【滨江文化长廊】（约 30 分钟）。近观世界第一座启闭式吊桥的四大古桥之一【湘子桥】（不上桥），其“十八梭船二十四洲”的独特风格与赵州桥、洛阳桥、芦沟桥并称中国四大古桥。

根据航班时间，适时送往机场，返回温馨的家，结束愉快的行程。

早餐：酒店内

中餐：潮汕小吃宴

晚餐：敬请自理

特别提示：所有时间安排，游览顺序仅供参考，由于交通天气路况等诸多原因，导游有权对行程安排进行合理调整。

### 服务标准包含

1 交通

往返飞机经济舱

D6

2 住宿	正规酒店标准间
3 用餐	4早4正：早餐为酒店含早，20元/正；10人一桌、八菜一汤不含酒水
4 交通	全程旅游空调车
5 导游	当地导游服务
6 门票	以上景点首道门票
7 说明	我社有权根据实际情况以不减少景点为基础，前后调整景点顺序，望您理解。
<b>费用不含</b>	
1	行程中客人自由活动时所产生的一切费用（不含车、餐、导游）。
2	不含因单男单女产生房差。
3	因交通延误、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。
4	酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费。
5	当地参加的自费以及以上“费用包含”中不包含的其它项目。
6	旅游人身意外保险。
7	儿童只含餐费和车费不含门票、住宿和火车票
<b>温馨提示</b>	
1	福建/潮汕酒店标准比内地偏低，请旅游者提前做好心理准备。如遇旺季酒店资源紧张或政府临时征用等特殊情况，我社有权调整为同等级标准酒店。酒店的退房时间为中午的12:00，返程为晚班机的旅游者可将行李寄存在酒店前台后自由活动或自行开钟点房休息。我司默认安排双床，夫妻情侣可根据房态免费申请大床，需要报名时确认申请，不保证安排。且酒店以当天入住为准，不提前指定酒店。行程报价中所含房费按双人标准间/2人核算。如要求三人间或加床，需视入住酒店房型及预订情况而定。通常酒店标准间内加床为钢丝床或床垫等非标准床。
2	我们承诺绝不减少餐标，但福建/潮汕饮食口味清淡，且福建/潮汕物价水平较高，且各团队餐厅菜式比较雷同，餐未必能达到亲的要求，建议您可自带些咸菜或辣椒酱等佐餐。旅游期间切勿吃生食、生海鲜等，不可光顾路边无牌照摊档，忌暴饮暴食，应多喝开水，多吃蔬菜水果，少抽烟，少喝酒。因私自食用不洁食品和海鲜引起的肠胃疾病，旅行社不承担经济赔偿责任
3	抵达潮汕前24小时内取消合同的游客（如因航班延误无法抵达等），需向我社已经产生的旅游车位费及合同约定的其它费用约400元/人。
4	如遇人力不可抗拒因素（台风、暴雨、检修等）或政策性调整（重要会议期间、全国性娱乐停演等）导致无法游览的景点和项目，我社有权取消或更换为其它等价景点或项目，赠送景点和项目费用不退，并有权将景点及住宿顺序做相应调整；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。福建/潮汕部分景区及酒店为方便旅游者有自设的商场及购物场所，并非我社安排的旅游购物店，此类投诉我社无法受理，敬请谅解；
5	福建/潮汕气候炎热，紫外线照射强烈，雨水充沛，请带好必备的防晒用品、太阳镜、太阳帽、雨伞，尽量穿旅游鞋，应避免穿皮鞋、高跟鞋。为防止旅途中水土不服，建议旅游者应自备一些清热、解暑的药或冲剂等常用药品以备不时之需，切勿随意服用他人提供的药品。福建/潮汕是著名的海滨旅游胜地，请自备拖鞋、泳衣泳裤等。且需注意人身安全，请勿私自下海。
6	请避免离团活动，如确有需要，请提前以短信或书面方式通报导游，并在约定时间内准时归队。对于存在安全隐患，治安不理想的地区，请游客避免前往。自由活动期间请结伴而行，避免单独行动。非本公司组织安排的游览活动，旅游者自行承担风险。由此发生的损失及纠纷，由旅游者自行承担和解决，旅行社不承担任何责任。夜间或自由活动期间宜结伴同行并告知导游，记好导游手机号备用，注意人身和财物安全。贵重物品可寄存在酒店前台保险柜，下榻的酒店的名称位置也要记牢，不要随便相信陌生人，特别是三轮摩托车、街头发小广告者，天下没有免费的午餐
7	文明旅游、文明出行，自觉爱护景区的花草树木和文物古迹，不随意在景区、古迹上乱涂乱画、不乱丢垃圾、尊重当地少数民族风俗等。很多景区和酒店周边有小摊小贩，如无意购买请不要与其讲价还价，一旦讲好价格不

	购买的话容易产生矛盾。出游请保持平常的心态，遇事切勿急躁，大家互相体谅、互相帮助
8	请配合导游如实填写当地《游客意见书》，游客的投诉诉求以在福建当地，旅游者自行填写的意见单为主要依据。不填或虚填者归来后的投诉将不予受理，如在行程进行中对旅行社的服务标准有异议，请尽量在福建当地解决。如在旅游期间在当地解决不了，可在当地备案，提醒：旅游投诉时效为返回出发地起 30 天内有效
9	该产品报价为综合优惠价格，持军官证、导游证、记者证、教师证等证件不能减免门票费用
10	行程中标注的时间可能因堵车、排队等情况有所不同；部分景区团队旅游可能会排队等候，因等候而延误或减少游览时间，游客请谅解并配合。因排队引发投诉旅行社无法受理
潮汕旅游 注意事项	<p>潮汕是我国著名的侨乡，旅游景点众多，潮州湘子桥，汕头南澳岛，汕头礮石风景区，潮州牌坊街，湘子桥。土特产品以南澳海特产、潮汕牛肉丸驰名。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、夏季较热，应准备防晒物品及化妆品，每天冲凉并更换衣服，也可睡前洗涤晾干。</li> <li>2、要准备解暑药品随身携带，以防不时之需，单独背包行走最好把包放在胸前。</li> <li>3、夏季要注意天气预报，遭遇台风要打开车窗的背风侧门窗，让空气流出。</li> <li>4、在南澳岛海滩戏水时，请注意天气，遇海浪较大，应及时撤离上岸，并不建议下水游泳。</li> <li>5、潮汕往来人口较为密集，人员流动大，特别是在潮州古城区游览牌坊街时，要注意随身物品安全。</li> <li>6、潮汕地区当地均以潮汕话为主，其余地区方言各异，自助游应注意找好向导或白话普通话均可以沟通。</li> </ol>

## 免责声明

旅行社为了确保本次旅游顺利出行，防止旅途中发生人身意外伤害事故，建议旅游者在出行前做一次必要的身体检查，因服务能力所限无法接待下列人群参团：

- (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、行动不便者及 75 周岁以上老年人。

本人 已完全了解了贵社接待人员告知的注意事项，自愿要求参加贵社组织的 2020 年 月 日至 2020 年 月 日止。（行程），

并且承诺不属于上述八项人群范围之内。本人并根据旅行社对高龄人群的接待相关要求，承诺如下：

一、本人以及直系亲属了解自己的身体状况，适合参加此旅游团，本人能够完成旅游团全部行程并近期返回。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责任及发生的全部费用，并承担给贵社造成损失的赔偿责任。

二、在旅游过程中，本人有放弃禁止高龄人群参加的相应景点或相应活动权利；若因本人坚持参加所产生的全部后果均由本人承担。

三、在旅游过程中，如果本人由于身体不适或其他原因导致不能继续完成行程，需要贵社协助提前返回、就医等情况发生，本人承担全部责任及发生的全部费用。

四、本人已就此承诺告知了直系亲属并得到他们的同意，本人同意贵社任何单一或全部核实义务。

五、以上承诺内容是本人及直系亲属的真实意思表示。对本承诺函的各项条款及本次旅游行程中可能存在的因地域差异会产生不良反应和旅途辛劳程度，贵社工作人员已充分告知本人及本人直系亲属，本人及本人直系亲属人已完全理解并自愿承诺。若发纠纷，以本承诺函为准。

特此承诺！

承诺人（本人亲笔签名）：

直系亲属（签字认可及联系电话）：

日期： 年 月 日

日期： 年 月