

情暖雪乡

HA ER BIN

哈尔滨

- 亚布力 俄罗斯家访 林海雪原老院子 雪乡 双峰林场
- 雪韵大街 年货大集 东北大秧歌 千人篝火晚会
- 爸爸去哪儿实景拍摄基地 雾凇岭 版画之乡·阿城
- 网红桥玻璃栈道 圣索菲亚教堂广场 中央大街 斯大林公园

「 在这个冬季
这里除了雪，还有东北人的温情 」

哈尔滨

- HA ER BIN -

1 哈尔滨，别称冰城，东方小巴黎之称，黑龙江省会。被誉为欧亚大陆桥的明珠，是第一条欧亚大陆桥和空中走廊的重要枢纽

2 亚布力镇，隶属于黑龙江哈尔滨市尚志市，境内著名景点亚布力滑雪旅游度假区

3 雪乡，国家AAAA级旅游风景区。每年十月开始降雪至次年四月，雪期长达7个月，积雪厚度可达2米左右。有“夏无三日晴，冬雪漫林间”的奇特小气候



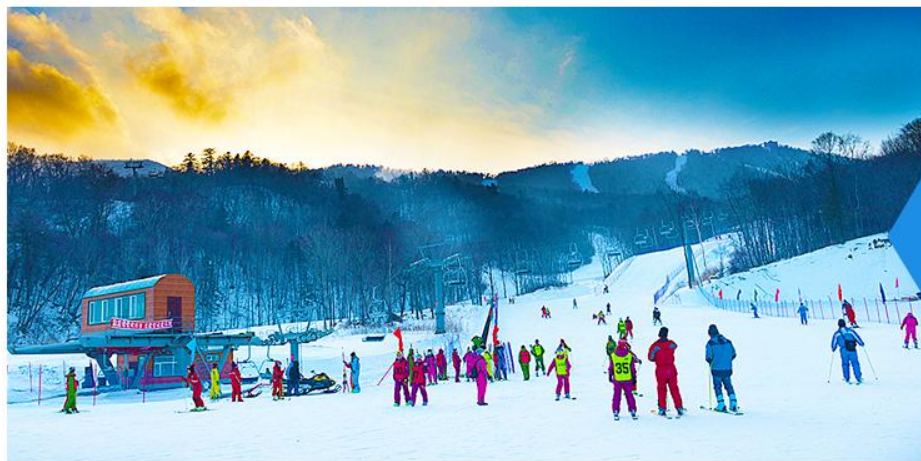
行程精华景点

TRAVEL INCREASES ONE'S KNOWLEDGE OF THE WORLD

— 开启您的惊喜之旅 —

01 雪乡

雪乡原名双峰林场，位于黑龙江省牡丹江市海林市，国家4A级旅游景区，素有“中国雪乡”的美誉。雪乡占地面积500公顷，整个地区海拔均在1200米以上。



02 亚布力滑雪场

是国家AAAA级景区，滑雪场始建于1980年，位于尚志市亚布力镇东南20公里，距哈尔滨市197公里，距牡丹江市90公里，301国道支线直达景区。

03 俄罗斯家访

俄罗斯了解哈尔滨的风土人情，生活状态和居住环境。此次家访活动是推动两国青年之间友谊进一步深化。



04 雾凇岭

因电站间歇性发电，形成了牡丹江造阔的133平方公里的莲花湖下游，百里江水奔流不息，江面白雾升腾的奇境进入初冬时节，便会有“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”的神话仙境

行程精华景点

TRAVEL INCREASES ONE'S KNOWLEDGE OF THE WORLD

— 开启您的惊喜之旅 —

05 圣索菲亚教堂广场

圣索菲亚教堂被列为第四批全国重点保护文物和全国重点文物保护单位。用以展示哈尔滨的受多种文化影响的建筑艺术



哈尔滨圣母帡幪教堂，又称哈尔滨圣母守护教堂、乌克兰教堂，是一座东正教堂，位于黑龙江省哈尔滨市南岗区东大直街268号

圣母守护教堂

06



07 伊维尔教堂

是哈尔滨市唯一一处保存有附属建筑的历史宗教建筑。“文化大革命”期间，伊维尔教堂顶部的五个“洋葱头”圆顶被移除，后成为哈尔滨市II类保护建筑



松花江铁路大桥位于哈尔滨滨洲线位置，沿线将形成江南、江北景观休闲游览观光带，为游人提供良好的休闲娱乐空间。

松花江铁路大桥

08



行程特色

TRIP CHARACTERISTICS

— 开启您的惊喜之旅 —

特别赠送

1. 价值288元健康养生护眼仪缓解旅程疲惫
2. 价值178元飞驰雪飘板使用尽情嗨翻
3. 价值28元能量包补给站让您甜蜜温暖
4. 价值138元全程花棉袄拍照体验做抖音达人
5. 价值38元保暖三件宝（暖贴/耳包/口罩或手套）
6. 独家赠送正宗凯奇清真光头点心一份。



贴心安排

1. 专业客服24小时on call
2. 十余年驾龄老司机为您保驾护航
3. 暖心负责的导游全程服务（小包团6人以下司机兼导游）
4. 随车暖水瓶——寒冷的冬天给您热乎气儿
5. 随车充电宝——让您的“小情人”持续满电



日期	2-10 人精品小包团 行程安排				
D1	全国出发-哈尔滨	-	-	-	哈尔滨
<p>赴黑龙江省省会——哈尔滨市，哈尔滨地处东北亚中心位置，被誉为欧亚大陆桥的明珠，有“冰城”、“天鹅项下的珍珠”、“丁香城”以及“东方莫斯科”、“东方小巴黎”之美称，还有“文化之都”、“音乐之都”、“冰城夏都”的美誉。抵达后入住酒店休息。</p> <p>我们提供 24 小时免费接机/火车业务，无需等待。请提前至少 2 天告知客服所接航班车次，否则视为放弃。</p> <p>【今日温馨提示】：</p> <p>由于日照原因，东北当地下午四点左右就开始天黑，大部分景点必须要提前结束，请游客在旅游过程中遵守时间。第一天到达东北请勿食用过多生冷食品，尤其冰棍、冻梨、冻柿子等，以防肠胃不适，影响后续行程。东北的旅游车队司机师傅都为典型的东北大汉，做事及服务细节可能不够完美，还请您谅解。我们承诺绝不降低餐标，但东北饮食口味较重，且冬季餐饮物价水平较高，餐未必合您胃口。由于酒店内供暖，室外温度低，绝大多数东北的酒店窗户都是长年关闭，可能会有一些让人不适的气味，请入住时稍微通风排气。</p> <p>参考住宿标准：哈尔滨准四酒店(迈唯/凯特或同级)</p>					
D2	哈尔滨-亚布力	含早	自助	-	亚布力
<p>上午：早餐后乘车赴亚洲最大的国际滑雪中心——【亚布力滑雪旅游度假区】亚布力原名亚布洛尼（俄语果木园之意），亚布力滑雪旅游度假区是国家 AAAA 级景区，位于黑龙江省哈尔滨市尚志市亚布力镇东南 20 公里，距哈尔滨市 240 公里，距雪乡 88 公里。度假区由长白山脉张广才岭的三座山峰组成，即海拔 1374.8 米的主峰大锅盔山、海拔 1258 米的二锅盔山、海拔 1000 米的三锅盔山。沿途欣赏北国林海雪原风光。</p> <p>【冬捕】东北地区冬捕历史悠久，每到冬天，东北就有一股浓浓的年味儿飘了出来。在这片古老的黑土地上，游牧、农耕和渔猎三种文化并存，特别是渔猎文化自史前时代绵延至今，成为如今人们过冬的特有方式。</p> <p>【神秘雪人谷】不必去遥远的兴安岭，在这里，一样可以看到风格各异、憨态可掬的小雪人，独辟整块区域建造雪人为游客尽可能提供拍照和孩子们娱乐的地方。</p> <p>【回旋双飞碟】超百米双向对滑雪道，从路程上大大减少游客滑行后拖拽雪圈长度，避免疲劳和枯燥，可单人可组队滑行，双向对滑更便于游客拍照和享受互动的乐趣。</p> <p>【打卡网红飞跃】体验被疯狂打卡的“雪地网红飞跃”，除基础雪道加宽加长外更增加了跳台弧度，体验穷途末路的紧张和自由腾空的快感。赠送项目如因天气等原因无法参加费用不退。</p> <p>中餐：自助午餐（4 荤菜 4 素菜 4 凉菜 4 水果）午餐为贴心赠送不吃费用不退</p> <p>下午：【Club Med 顶级雪都滑雪场】体验滑雪 3 小时（含雪鞋、雪板、雪杖），亲自体验惊险而刺激的滑雪运动。Club Med 顶级滑雪场始建于 1995 年亚布力风车山庄，专注于大众滑雪服务 20 年，是中国大众滑雪的发源地，黑龙江第一家 5S 级滑雪场。亚布力阳光国际滑雪场配备国际品牌高端雪具，丰富多样优质雪道，初级场地采用多条更安全的先进魔毯运送工具，雪道每天松软处理，封闭的场地和人性化的服务让您爱上滑雪，亚布力阳光国际滑雪场以最优雪质、最纯享滑雪体验迎接广大滑雪者！</p> <p>【俄罗斯家访】在亚布力青云小镇中居住着华俄后裔-安娜妈妈的一个大家庭，她们热情好客，能歌善舞~俄罗斯族人为您准备了列巴蘸盐，俄罗斯红酒迎宾，亲手参与制作复活节彩蛋，撞彩蛋（获胜者赠送精美礼品一份），品尝俄罗斯的列巴、提拉米苏、米嘎达、瓦哈列、饼干，还有俄罗斯族阿姨腌制的酸黄瓜、糖果、巧克力，咖啡、果茶，并与俄罗斯族一起学俄语、唱歌跳舞、合影留念，留下美好回忆！</p> <p>【林海雪原老院子】感受一下最原始的屯子的气息。这里是小说《暴风骤雨》里的村屯原型。村内木门土屋，古朴原始，石材、木料的结合充分体现了中式和西式的传承，也彰显了这里古朴而不失高雅的风格。无论是新鲜的空气，还是远处一望无际的皑皑白雪，都带来了无限遐想的空间。而穿过枝头照射下来的阳光，也给本来宁静的环境增添了一抹别样的美丽，充满了静怡的气息。</p> <p>【今日温馨提示】：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 检查雪具是否完整：雪鞋、雪板、雪杖,是否完整并配套。 2. 滑雪基本姿势：双膝微曲。眼自然平视远方而不要盯着自己的雪板尖看。重心向前而不要向后,小腿要向前用力压紧雪靴。双手握雪杖向前举起,双肘微曲。初学者不要把手套在杖柄的绳套内。 3. 易受伤。后是不要硬撑,一旦失去重心,初学者不要试图重新取得控制,还是任由摔倒不易受伤。摔倒爬起时建议初学者脱下雪板,站起后再装上雪板。记住站立时雪板要和雪道垂直。建议在当地聘请专业的滑雪教练,既可以保证 					

安全还可以尽快掌握滑雪技能。

4. 当不滑雪的时候, 务必不要站在滑雪道上。

5. 滑雪时“最好轻装上陈”, 贵重物品、现金、首饰、手机等最好不要带在身上。

6. 最好带隐形眼镜滑雪, 外戴“滑雪镜”。

参考住宿标准: 亚布力当地准四酒店(逸养花园/养生度假中心/映山公寓或同级)

D3	亚布力-雪乡	含早	-	-	雪乡
----	--------	----	---	---	----

上午: 后乘车赴雪乡【**双峰林场**】, 沿途可看到银装素裹的世界, 欣赏千里冰封, 万里雪飘的壮丽的北国冬季雪景。换乘电瓶车进入雪乡景区, 雪乡藏于深山, 雪乡的雪由于他独特的地理位置, 不是一次大雪可以堆积成的那种美轮美奂的雪景, 需要一次次的白雪覆盖, 在屋顶、木桩上, 所谓随物具形, 形成学蘑菇、奔马等雪塑。雪乡的各种小木屋、大红灯笼让我们回忆起下乡知青那个年代的生活, 摄影爱好者可以尽情拍摄各种美景, 留下美好的回忆!

下午: 【**雪韵大街**】雪乡最热闹的地方, 随便溜达溜达感受一下东北人的乡土人情和节日喜庆。屋顶上厚厚的白雪反射着刺眼的光芒, 屋檐下鲜艳的大红灯笼高高挂, 给我第一眼的感觉: 喜洋洋, 整个大街散发着节日的喜庆, 到处是欢乐的人群, 心情也不由的欢快起来。不停地游走, 把梦幻留在心间; 不停地按动快门, 把美景摄入镜头。

【**年货大集**】进入冬季, 东北年货大集就火起来啦! 红色的大灯笼高高悬挂, 沿街的小商贩们摆起自家的年货, 冻梨冻柿子、热乎乎的烤地瓜、羊肉串的香味阵阵袭来..... 间或穿插着拿着冰糖葫芦的小朋友蹦蹦跳跳~一派热闹景色! 年味儿十足!

网红打卡:

【**泼水成冰**】在抖音中广为传播的东北一种超好玩的项目。

【**东北大秧歌**】一最具地方特色的休闲生活方式, 现在扭秧歌的人越来越少, 但热爱他的人却越来越多。

【**千人篝火晚会**】一所有游客集聚到篝火场地, 在雪的童话世界里点燃熊熊篝火, 每年都有不少兴奋地游客上演“疯狂赤裸篝火”。由于此两项活动于晚上 19 点开始, 所以只有晚上入住雪乡的客人才能体会得到! (景区统一组织赠送, 存在调整时间和风雪天气影响取消的可能, 无费用退还)

【**今日温馨提示**】:

1、雪乡水质较硬, 部分客人不习惯, 喝完之后可能出现上吐下泻症状, 建议大家携带藿香正气水、泻立停等药品, 以防胃肠感冒, 并且携带矿泉水在酒店烧开后饮用。

2、因天气寒冷所以部分电器, 如手机、相机等电器出现虚电或断电现象, 所以请每个家庭备好充电宝、同时买几个暖贴, 贴在手机的背面电池处, 这样也可以解决断电问题。

3、由于亚布力和雪乡地处林区, 因气候和地理位置原因, 酒店或暖炕房间内可能会有瓢虫或其它小访客哦, 如有发现请不要害怕哦。及时通知导游或酒店工作人员清扫!!!

4、雪乡地理位置偏僻, 冬天物资运送能力有限, 所以雪乡的菜品的价格是全程餐厅中最贵的, 超高于正常的城市餐厅, 同等价位不能比较。雪乡内娱乐项目多为个人承包, 价格以实际收费为准, 娱雪项目大多不含票据。

5、雪乡为了环保, 统一使用电热板炕或水暖炕, 不允许烧柴火炕, 2 人火炕提供 2 床被子, 若额外加被子需另付费, 需自备洗漱用品。

参考住宿标准: 雪乡醉东北民宿 4 人间炕 **春节期间可能是 4-6 人间, 男女分开住。如需包炕请提前支付房费差价**

D4	雪乡-阿城	含早	-	-	阿城
----	-------	----	---	---	----

上午: 早餐后带您游览【**雪乡民俗博物馆**】里的民间物品及具有雪乡特色的书画、图片、纪念品等文化产品, 记录着雪乡的发展和变迁, 综合展示了地域特色和民俗文化。【**东北民俗木刻楞摄影区**】、【**爸爸去哪实景拍摄基地**】、【**雪之源摄影区**】、【**雪雕作品展**】这四个地方都是雪乡景区内典型雪景拍摄地, 到了这里大家可以肆意的拍照, 你会发现数码科技的伟大, 要不然连胶片都洗不起啦!

中餐: 自理

下午返程沿途欣赏【**魔幻高山雾凇岭**】雾凇的成因必须具备足够的水汽和极低的温度, 此盛景要凭借天时地利人和才能够看到哦, 如果您看到了一定要拿起手中的相机赶快按下快门欣赏这东方的“**阿尔卑斯之山**”!

如需登山需自理交通工具雪地摩托不作为自费推荐。

后乘车赴【**版画之乡-阿城**】, 黑龙江省阿城地区版画创作始于 20 世纪 60 年代初, 当时受北大荒版画的影响, 开始萌芽, 以其新颖别致的北国风光和浓郁的乡土气息, 赢得好评, 至今全县已形成一支颇具规模的版画创作群体。先后创作版画作品 483 幅, 在全国和省级以上美展入选作品 229 幅, 在全国和省级以上报刊上发表作品 137 幅, 部分作品到日本、加拿大、罗马尼亚、比利时等国家交流展出。

体验【**温泉**】温泉(hot spring)是泉水的一种, 是从地下自然涌出的, 泉口温度显著地高于当地年平均气温的地下

天然泉水，并含有对人体健康有益的微量元素的矿物质泉水。现在也有很多地区人工打井，一般在 600-2000 米，用深水水泵抽取地下水，富含多种有益矿物质，水温一般在 20 度以上，也叫温泉井。由于各地所处的气候、纬度及海拔高程之不同，温泉的温度下限很难统一。

【今日温馨提示】：

1. 亚布力出现大雪状况时导致高速公路封路，为了返回哈尔滨市必须改乘火车，属于不可抗力因素并且会出现无座状态，所以大家一定听从导游的指挥，通过各种方式购买火车票，**费用自理**。

2. 山区天气严寒，外面冷空气较多，所以吃饭前建议先喝点白开水驱下寒气再进食，以免造成胃肠感冒。

参考住宿标准：阿城水沐城市温泉酒店 备注：如遇酒店满房调整为：市区准四酒店住宿+亚布力或雪乡泡温泉。

（赠送项目，不参加不退费，仅限占床客人赠送），舒舒服服泡完温泉，大家好好休息，为明天养精蓄锐。喜欢泡温泉的小伙伴们要准备好泳衣哦！

D5	阿城-哈尔滨	含早	-	-	哈尔滨
----	--------	----	---	---	-----

早餐后乘车赴哈尔滨市【**黑龙江省博物院**】（周一闭馆赠送项目无法参观费用不退）这座巴洛克式建筑风格的建筑物就是座落在哈尔滨市南岗红军街的黑龙省博物馆. 该馆为地方综合性博物馆, 创建于 1922 年, 先后曾由俄国人, 日本人经办. 设有自然, 历史, 陈列, 群众等工作部门及附属文物修复工厂——文博斋. 黑龙江省博物馆目前有四个基本陈列, 即: 《黑龙江古代历史文物陈列》, 《黑龙江人民抗俄斗争史陈列》, 《动物陈列》和《古动物陈列》。打卡【**网红桥&玻璃栈道**】，滨江铁路桥是松花江上最早的铁路大桥，也是哈尔滨的第一座跨江桥梁，2016 年 115 岁的它迎来了“桥生”中的第二春，它被改作中东铁路博物馆观光步行桥，供游人参观游览。2018 年，随着手机软件和网络的高速发展，它红了，成了哈尔滨一座知名的“网红桥”，现在是知名的网红打卡地标建筑。打卡三大教堂：远东地区最大的东正教堂【**圣·索菲亚教堂广场**】圣·索菲亚教堂始建于 1907 年 3 月，原是沙俄修建中东铁路的随军教堂，占地面积 721 平方米，通高 53.35 米，平面呈拉丁十字布局，是典型的拜占庭风格建筑。【**圣母守护教堂**】又称圣母庇荫教堂、乌克兰教堂。【**伊维尔教堂**】也是哈尔滨市唯一一处保存有附属建筑的历史宗教建筑。独家赠送【**中华巴洛克**】是一种建筑风格。上个世纪 20 年代，道外的民族工商业者逐渐发展壮大起来，这些企业家效仿那些圈占了道里、南岗洋人的建筑风格，建造了属于自己的小洋楼，在建筑风格上，他们既想用来自西方的“巴洛克”风格来表达欢乐的气氛和炫耀财富的愿望，同时，又不愿舍弃民族尊严，于是，他们将巴洛克建筑中融入到中国传统建筑的构思，外立面尽显巴洛克的国际时尚风格，内在庭院依旧遵循国风古制。逛一逛拥有 71 座欧洲各风格建筑、亚洲最长的商业步行街游览异国风情的百年老街——【**中央大街**】体验踩在坚实而精巧、光滑而细腻的石头路面上，置身于建筑艺术长廊中，感受充满异国情调百年老街的无穷韵味；游览以中国人民好朋友斯大林命名的中国最长的带状开放式公园——【**斯大林公园**】，斯大林公园是松花江畔避暑游览地之一，与太阳岛隔江相望。建于 1953 年，原名“江畔公园”。全长 1750 米，是顺堤傍水建成的带状形开放式公园，占地面积 10.5 万平方米。公园以防洪纪念塔为中心，以仿造俄罗斯古典式建筑风格和遍布全园的“五色草花坛”，以及分布在绿地之间的“天鹅展翅”、“三少年”、“起步”、“跳水”、“舞剑”等十六组艺术雕塑而驰名海内外；参观游览哈尔滨人民战胜汹涌肆虐的洪水的哈尔滨标志性建筑——【**防洪纪念塔**】，这座塔已成为英雄城市哈尔滨的象征；每个来哈尔滨的人，无不到这座塔下拍照留念。

哈尔滨人成长的老字号：老鼎丰、范记永、同记、大罗新、仁和永、双合盛、张包铺、张飞扒肉。

独家赠送正宗凯奇清真光头点心一份。只此一家！

参考住宿标准：迈唯 凯特 准四酒店或同级

D6	哈尔滨-全国出发	含早	-	-	
----	----------	----	---	---	--

根据时间乘飞机返回，结束愉快的东北之行。

★服务标准：不进店 不推自费

住宿：哈尔滨 2 晚准四酒店，亚布力 1 晚准四酒店，雪乡独卫浴暖炕 2-4 人间 春节期间 4-6 人间 如需包房请提前预定自理房差（**区别市场其他产品雪乡附近永安二浪河等其他住宿地差别**）

阿城升级 1 晚温泉特色酒店(备注：如遇酒店满房调整为：市区准四酒店住宿+亚布力或雪乡泡温泉)

用餐：全程含 5 早 1 正自助餐，不吃不退费用。

交通：2-4 人 B 级车，4-6 人别克商务或同级别车，8-10 人金杯或同级别车。

门票：行程中景区第一道大门票；**赠送项目，不参加不退费。**

导游：当地持证导游服务；6 人以下司机兼导游。

保险：旅行社责任险，请客人自行购买人身意外险。

儿童：包含正餐费用、旅游车、导游服务；不包含：床位、早餐、景点门票。

★旅游费用不含：

- 1、自由活动期间交通费和餐费；
- 2、全程入住酒店产生的单房差、加床费用及酒店内个人消费；
- 3、旅游意外保险及航空保险（建议旅游者购买）；
- 4、因交通延误、取消等意外事件或不可抗力原因导致的额外费用；
- 5、儿童报价以外产生的其他费用；
- 6、因旅游者违约、自身过错、自身疾病等自身原因导致的人身财产损失而额外支付的费用；
- 7、“旅游费用包含”内容以外的所有费用；

★景区交通

此行程全程无自费无购物，景区交通自理

马拉爬犁 280 元，丛林观光车 100 元，雪地摩托 380 元

★温馨提示

1. 衣着方面：

（1）鞋子：冬季北方多有冰雪，路面较滑，最好穿防水防滑的皮毛一体的雪地鞋，要比平时自己穿的码数大一两个码左右，这样可以多加鞋垫和袜子（实在不行还可以加暖宝宝）。鞋里须垫棉垫，切记不要穿单皮鞋，否则很容易冻伤双脚。（2）衣服：首先贴身穿一套棉内衣，然后穿羊毛毛衣和毛裤（高龄人士和儿童可再多穿一件），最后穿上羽绒服、羽绒裤，或者穿冲锋衣冲锋裤，俩件套，可以防风防水。请注意：裤宜长不宜短，要穿长棉袜，外衣不可过于肥大，以免空气侵入。外套以有口袋为宜，可以随时取用手套，零钱，相机等。

（2）手套：自备棉手套，最好再备一副单手套，方便拍照。

（3）帽子：一般羽绒衣上会配有棉帽，但如果您想拍出的照片美丽多姿，您可多备几顶不同颜色和款式的帽子，或与同伴交换使用。最好能护住耳朵。

（4）围巾：外出参观时，用围巾把口、鼻、脖子围起来，冷空气就不会刺激到呼吸器官，便不会患感冒或流鼻水。建议羊毛围巾比较适合，最好是双层的。

2. 保健常识：

（1）皮肤—每天出门前都要涂用一些护肤脂和润唇膏，护肤脂只用在脸上和手上即可。

（2）润喉—在北方寒冷干燥地区，常常会感到口渴，因此建议您带一些润喉片以便在旅游途中服用。并务必带上保温杯。

（3）预防感冒—冬季的北方室内外温差较大，因此外出无论时间多长都要穿外套，扣好扣子或拉上拉链，戴好帽子或系上围巾。进入房间或车内首先要打开外衣，把寒气散放出来；在室外活动，出了汗也不可解开外衣或摘下帽子让冷风吹。如觉得酒店房间较热，可开窗子通通空气，但不宜过久，而且睡觉时一定要关上，以免感冒。

3. 安全常识：

（1）在冰面或雪地上行走时，要记住“走路不要高抬脚，小步滑行跌不倒，双手不要插衣袋，跌倒也不出意外”。

（2）保管好现金及贵重物品，游览时最好不要带大量现金财物在身上。护照、现金、信用卡等贵重物品不可放在外套口袋里，以防遗失或被盗。

4. 照相机的使用与保养：

（1）相机和电池遇冷会降低效能，但恢复常温后会恢复正常。所以相机在外时要放在外衣里保温，使用时动作迅速一些，拍完后马上放回衣服里层。

（2）拍照过程中一定要把相机挂在脖子上，以防摔坏。

（3）从寒冷的室外进入室内，冷冻的相机表层会泛出水珠，容易损坏部件。最好的办法是进入室内前用一个塑料袋将相机包起来，放入挎包里带入室内，二个小时后再打开塑料袋，这样就不会泛出水珠。

预防雪盲：北方冬季积雪比较多，雪的反光较大，出门需戴太阳镜，尤其在室外长时间滑雪时，一定要戴太阳镜，以保护眼睛。