

上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

“慢生活 轻飞扬” ——海南休闲 5 日疗休养

海南简介

海南，在我国南海的万里碧波上，有一颗灿烂的明珠，它就是富饶美丽的海南岛。海南四季气候宜人，风景优美，四周低平，中间高耸，以五指山、鹦歌岭为隆起核心，向外围逐级下降，矿物、动植物资源丰富，尤其石油与天然气蕴藏量可观；阳光、沙滩、海水、空气、还有那多情迷人的黎族少女，无处不散发着海岛的魅力。



疗休养推荐理由

- 【防疫服务提升】：每日消毒，团体测温，佩戴口罩，卫生用餐，安全随行
- 【入住四星酒店】：全程连住当地挂牌四星酒店住宿不挪窝
- 【精选景点】：亚龙湾沙滩、大东海沙滩、海棠湾钻石海岸精选景点完美搭配
- 【无购物无自费】：拒绝隐形陷阱尽情玩
- 【饕餮美食】：四大名菜-文昌鸡、加积鸭、东山羊、和乐蟹，还有海鲜大咖餐
- 【品质保障】：全程一车一导，3年内新车，5年以上专业地接导游，细致服务，丰富讲解
- 【安全保障】：包括旅行社责任险、航空险、延误险、车险、车位险、人身险等，保障出行安全

上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

行程预览

海南双飞 5 日疗休养

第 1 天	上海→海南三亚 接团后入住酒店,自由活动休息	宿:三亚
第 2 天	三亚-亚龙湾度假区	宿:三亚
第 3 天	三亚-南山佛教文化苑-天涯海角	宿:三亚
第 4 天	三亚-大东海沙滩 (推荐自费蜈支洲岛), 三亚国际免税店	宿:三亚
第 5 天	三亚→上海送团返程	宿:家中

主要行程及景点介绍

天数	详细行程	住宿
第 1 天:	上海浦东  海南三亚	宿:三亚
	早餐:/ 中餐:/ 晚餐:包含	
	上海浦东 T2 乘航班赴海南三亚, 导游接团, 开启海南休闲之旅!	
第 2 天:	三亚-亚龙湾度假区	宿:三亚
	早餐: 包含 午餐: 包含 晚餐: 包含	
	08:00-09:00 酒店内早餐 09:00-09:30 酒店集合, 出发 09:30-11:30 领略“天下第一湾”亚龙湾国家旅游度假区 【亚龙湾沙滩】 (游玩时间约 120 分钟) 亚龙湾曾被联合国秘书长称赞为“不是夏威夷, 胜似夏威夷。”海湾绵延七公里, 沙质银白柔软, 海滩平缓宽阔。  11:30-12:30 享用午餐 13:00-15:00 游览 【临春岭森林公园】 (游玩时间约 120 分钟), 其位于三亚市凤凰路临春段, 占地面积 2800 亩, 海拔最高点为 195.6 米, 公园设主入口和北门, 建有公园主广场和登山栈道 5500 米, 沿登山栈道建有逐鹿台、瞭望塔、茶亭、半山揽月、凤凰林、对弈台 6 个观景点。	

上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

	<p>15:00-17:30 返回酒店休息 17:30-19:00 享用晚餐, 后送酒店休息</p> 				
<p>第 3 天</p>	<p>三亚-南山佛教文化苑-天涯海角</p> <table border="1" data-bbox="240 595 1362 667"> <tr> <td>早餐: 包含</td> <td>午餐: 包含</td> <td>晚餐: 包含</td> </tr> </table> <p>08:00-09:00 酒店内早餐 09:00-11:30 前往【南山佛教文化苑】(自费景点, 129元敬请自理), 午品尝精美的南山素斋, 是我国有名的宗教与福寿文化景区, 在这里既能欣赏山海自然美景, 还可拜访众多佛教名胜、参观举世闻名的“南山海上观音”, 获得佛教文化带来的心灵荡涤, 体味回归自然本真的乐趣。 11:30-12:30 享用午餐 12:00-14:00 后至【天涯海角】(自费景点, 88元敬请自理), 位于三亚湾西端, 是一片宁静美丽的海滩。海滩上耸立着许多形态各异的岩石, 其中有名的是刻有“天涯”和“海角”两块巨石, 它们一直被视为爱情的象征, 也是三亚标志性的景观之一。 14:00-17:30 酒店休息 17:30-19:00 享用晚餐, 后送酒店休息</p> 	早餐: 包含	午餐: 包含	晚餐: 包含	<p>宿:三亚</p>
	早餐: 包含	午餐: 包含	晚餐: 包含		
<p>第 4 天</p>	<p>三亚-大东海沙滩</p> <table border="1" data-bbox="240 1626 1362 1686"> <tr> <td>早餐: 包含</td> <td>午餐: 包含</td> <td>晚餐: 包含</td> </tr> </table>	早餐: 包含	午餐: 包含	晚餐: 包含	<p>宿:三亚</p>
早餐: 包含	午餐: 包含	晚餐: 包含			

上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

08:00-09:00 酒店内早餐, 自由活动

09:00-11:30 前往【大东海】, 海湾全长 2.1 公里, 呈现迷人的月牙形, 辽阔的海面晶莹如镜, 哪怕是寒冷的冬天, 依然能见白沙融融、阳光熠熠。大东海三面环山, 一面大海, 一排排翠绿椰林环抱沙滩, 冬季水温在 18 - 22°C 左右。区内海滨度假设施配套齐全, 有大型海滨广场、观光潜艇、潜水和跳水基地, 常年有多种水上活动和沙滩运动。

11:30-12:30 午餐

12:30-17:30 返回酒店, 前往【三亚国际免税城】, 游览中国免税商业史上汇聚国际顶级品牌最多、档次最高的大型免税购物主题城, 漫步最美“国家海岸线”, 尽享海棠湾风光旖旎美景【三亚国际免税城】

17:30-19:00 享用晚餐, 后送酒店休息



三亚  上海浦东

第 5 天

早餐: 包含

午餐: 包含

晚餐: /

08:00-11:30 睡到自然醒, 酒店内早餐, 自由活动

11:30-12:00 午餐

12:00-12:30 后送机场, 结束愉快的三亚疗休养旅程

上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

推荐美食

四大名菜——文昌鸡、加积鸭、东山羊、和乐蟹

- 1、文昌鸡。文昌鸡摆盘美观，色泽淡黄光亮，皮脆肉嫩味鲜，蘸佐料而吃，入口喷香，爽滑异常。
- 2、加积鸭。俗称“番鸭”，属于海派菜。此菜皮白肉厚，香气诱人。佐料助味，清爽脆滑，耐人寻味。
- 3、东山羊。以肉用为主，其肉质优良，脂肪分布均匀，皮嫩肉厚、味美、无膻味。
- 4、和乐蟹。产于万宁市一带海中，膏满肉肥，为其它青蟹罕见，特别是其脂膏，金黄油亮，犹如咸鸭蛋黄，香味扑鼻。



海鲜大咖餐

食材为海鲜，从精选优质的海鲜，到秘制汤底，各环节都严格把控，让食客能吃到不一样的海鲜大咖。



上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

注意事项

- 1、三亚之旅即将开始，在此，本公司全体同仁预祝您此次旅途愉快!
- 2、**请各位贵宾提前 150 分钟到达机场，乘航班自行办理登机手续；请您在出发前准备好有效证件（身份证原件，并注意有效期），并在旅行中妥善保管。**
- 3、游客须自觉遵守《中国公民参观文明行为公约》，爱护景区内的绿地、景观设施，不大声喧哗，不乱刻乱画，不乱丢垃圾；
- 4、若景区因恶劣天气、文物维修、设备检修、特殊活动、不可抗力等因素取消参观、放映、表演、展出等活动的，游客应给予理解并配合。
- 5、在景区内游览，拍照，摄影时请注意景区的安全提示标志和工作人员的提醒。
- 6、当发生安全事故、伤病或其它需寻求帮助的情况时，请速与景区工作人员联系；
- 7、在参观游览世界自然或文化遗产景区时，严禁在古树和古建筑物上涂画刻划，严禁捡取古建筑物残损脱落部件。
- 8、不要将大量的现金放在手提包里，装有现金的钱夹应放在上衣里面贴胸的口袋里，并最好扣上纽扣，以防被窃。
- 9、不要将贵重物品放在饭店的客房里，而把它们存放在饭店为住店客人专门设立的保险柜里。对身边的可疑人提高警惕，在繁华的街道上行走时，应特别留心那些似乎无意撞到参观者身上或总是在参观者身边挤来挤去的人。因为在他们中间很可能藏着伺机行窃的小偷。离开旅游大巴时，不要将证件或贵重物品遗留在车内。参观者下车后，导游人员要提醒司机锁好车门、关好车窗。
- 10、在自由活动时间单独外出时，注意安全，不要到偏僻的地方，要遵守交通规则，注意路上的过往车辆。
- 11、参观活动中由于行程紧张，会导致参观者抵抗力下降。加之水土不服，容易出现肠胃不适症状。在夏季或者在沿海地区参观，更要引起注意。
- 12、参观者不应在小摊上购买食物；用餐时，若发现食物、饮料不卫生，或有异味变质的情况，应立即向旅行社陪同人员报告。
- 13、海鲜不宜下啤酒。食用海鲜时最好不要饮用大量啤酒，否则会产生过多的尿酸，从而引发痛风。关节炎患者少吃海鲜。因海参、海龟、海带、海菜等含有较多的尿酸，被人体吸收后可在关节中形成尿酸结晶，使关节炎症状加重。
- 14、海鲜忌与某些水果同吃。生活中，许多人吃了鱼、虾等海鲜后，都有继续吃水果的习惯。海鲜中的鱼、虾、藻类等都含有比较丰富的蛋白质和钙等营养物质。如果把它们与含有鞣酸的水果，如葡萄、石榴、山楂、柿子等。
- 15、应携带一些常用药物，如感冒冲剂、创口贴、晕车药等。

上海昱辰国际旅行社有限公司

FROM: 上海昱辰 计调部

TEL: 021-39275152

特别提醒

- 1、请务必核好名单，通知客人必须带上有效身份证原件。
- 2、请贵宾将行李尽量托运，不超过 20kg；手提行李不超过 1 件，每件的体积均不得超过 20×40×55 厘米，总重量均不得超过 5 公斤。超过规定件数、重量或体积的限制，应作为托运行李托运。
- 3、锂电池、充电宝必须随身携带，不得托运，额定能量不得超过 160Wh；额定能量在 100Wh 至 160Wh 内的充电宝，必须经航空公司批准且不得超过两个；严禁携带标识不清的充电宝；严禁在飞行过程中使用充电宝。
- 4、禁止随身携带和托运打火机、火柴。禁止随身携带液态物品，但可办理托运，携带少量旅行自用化妆品的每种限带一件，容器容积不得超过 100ml。

提供标准

(按照 20 个人单独组团)：

序号	费用项	报价 (RMB) 元 单人	报价详细说明 (标准、用途等)
1	机票费	2750	往返直飞正班机
2	住宿费	1000	四星级酒店双标间 2人1标间核算价格
3	交通费 (租车、游船、火车等)	360	3年内新车35座 当地全程用车 青浦至机场来回接送
4	餐费	520	中餐50元每位*4餐+晚餐80元每位*4餐
5	保险 (含交通险、意外险等)	20	游客意外险+航空险
6	导游服务费	328	含地接导游，全陪导游待摊费用220元每位

防疫服务提升措施

服务提升



每日消毒

团队车辆使用前每日至少消毒1次



团体测温

司机、导游及所有团队客人行程开始前需通过体温检测



佩戴口罩

司机、导游行中全程佩戴口罩



卫生用餐

行中团餐部分，实现分餐制，或为您提供公筷



安全随行

随车配备客用消毒用品及测温工具

20 人单独组团价格：4978 元每位 (6.20 日以后——暑期价格)