



怀旧加勒比

墨西哥、古巴、阿根廷、南极22天之旅

行程特色



Colonia del Sacramento

1、首都之城：墨西哥合众国的首都墨西哥城，海拔2240米，是世界第二大城市。古巴首都哈瓦那，有“加勒比海的明珠”之称，吸引着来自世界各地的游客。



2、探索玛雅文明：世界文化遗产特奥蒂瓦坎古城与媲美埃及金字塔的日月金字塔。



3、尽享美丽海滩：有着“象牙粉”之称的古巴风情海滩巴拉德罗，阳光明媚，海水清澈，白沙细软。



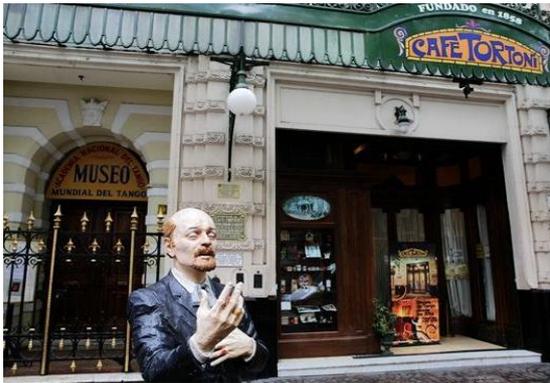
4、与古巴古董老爷车合影，色彩斑斓的老爷车，自由穿行在大街小巷，成为一道亮丽风景线。



5、打卡哈瓦那老城网红餐厅-五分钱小酒馆，海明威生前最爱的酒馆。



6、品尝古巴三大特色之一-朗姆酒，了解朗姆的制造过程，品尝不同年份的朗姆酒。前往领略雪茄烟制作过程，有幸还能亲自体验卷烟，获得独一无二的雪茄烟。



7、特别安排El Ateneo书店和托尔托尼咖啡馆阿根廷网红地标



8. 特别安排阿根廷探戈舞表演并品尝阿根廷特色晚餐，感受当地人的真实生活

出发日期：2020年1月28日（含元宵，船二）



为什么选择午夜阳光号！？

划重点！

午夜阳光号是挪威百年船公司海达路德旗下，有10多年极地航行经验，船长和探险队员都是专业度很高，北欧的航海经验靠谱且专业；是中国市场上唯一设有为紧急救援所准备的直升停机坪的南极游轮，让您安全更有保障。

▲【吨位大，平衡系统抗风浪平稳性高】

16000 吨，目前可登陆南极邮轮中的翘楚。一般南极邮轮仅有 4000-5000 吨，即使“号称”为最大的也仅 8000 吨，午夜阳光号为他们的 2 倍-3 倍大。更有船身 2 侧的平衡系统更可缓解 80%风浪感，穿越德雷克海峡更轻松更平稳。

▲【上下船速度快一倍，登陆巡游两不误】

谁说大吨位邮轮不能登陆，午夜阳光号不仅计划每天登陆，更特别配备了双登陆平台，可两组客人同时进行登船，上下船速度快一倍。登陆与巡游是南极不可或缺的两大活动，定制最大登陆艇最多可载 23 人，比一般登陆小艇仅载 8 人快 3 倍，更特别加装登陆艇安全扶手，登陆巡游更安全，再也不担心风浪颠簸。

▲【大气，豪华公共区域】

2016 年邮轮公司斥资超过 7000 万挪威克朗（近 6000 万软妹币）全面升级邮轮设施，重磅打造科学中心与媒体中心，公共区域宽敞，可以容纳更多设施。双层豪华 270 度落地窗全景观景大厅，健身房，桑拿房，室外热水按摩浴缸，南极商店与设施齐全的医疗站等一应俱全。所有房间均配有独立卫浴和热水壶，热水习惯不用停。

▲ 【百年邮轮品质】

作为拥有 123 年极地航行经验的海达路德邮轮公司，拥有 14 艘邮轮航行于南北极地区，多年经验丰富更值得信赖。



去南极常见的七大问题

▲ 1、去南极如何选择出发时间？

10月中旬—12月初：南极春天冰层开始融化，企鹅交配期，动物相对比较少。

12月中旬—2月底：南极夏天为最佳出行时间，可以看到冰崩及企鹅宝宝，开放的登陆点也会比较多。此时间段为南极旅游的旺季（海达路德午夜阳光号船期正好是在1-2月份，其中今年两个航期在中国的春节）

3月—4月：南极即将进入秋冬，天气变冷，开始进入极夜。

▲ 2、南极登陆的次数？

2018年1月“午夜阳光号”4个船期平均登陆次数为4-5次（船上10天）；2019年船上时间新增为12天，相信登陆次数会超过往年！

▲ 3、过德雷克海峡到底晕不晕船？

坐游轮前往南极半岛必定要经过恶魔咽喉“德雷克海峡”，以狂涛巨浪闻名于世。吨位过小的船只无法抵抗南极巨大的风浪。午夜阳光号吨位大，船体稳，过海峡时较为平稳。

▲ 4、船上是否有中餐或者中文服务人员？

午夜阳光号为华人包船，配置专业中文人员，24小时为您服务。

▲ 5、在船上有哪些娱乐活动？

午夜阳光号设有多元化主题讲座、摄影指导、科学中心、青少年探险家项目、极地皮划艇、南极冰冰，探险生活丰富多彩，服务升级。

6、是否有专业探险队员带队？

午夜阳光号配置来自世界各地的资深探险队员，组成南极旅游经验最丰富的向导团队，包括：地质学家、生物学家、自然、历史、科学家和极地鸟类学家等。同时配备3-4名中文探险队员随行，为中国乘客提供更贴心的旅行体验。

7、儿童适合去南极吗？

南极要求5周岁以上的儿童可以登陆；午夜阳光号特地安排了“小小探险家”项目，为7-13周岁的儿童带来极地科学介绍。

超值赠送

超值

※专业极地探险冲锋衣一件

※精心制作的南极游程纪念光盘一份（为倡导环保理念，故以家庭为单位赠送光盘）

※南极旅行四件套

※特别定制极地行李牌

※特别赠送“南极探险证书”：你的名字将与南极相连 “极地冰海勇士”等你来挑战

参考行程

第1天 上海/达拉斯/布宜诺斯艾利斯（阿根廷）（时差 13 小时）

参考航班：AA128 1810 1720

参考航班 AA997 1920 0850+1

请客人于指定时间前往上海浦东国际机场集合，由专业领队带领搭乘国际航班飞往阿根廷

第2天 布宜诺斯艾利斯（阿根廷）

早餐后，安排游览：PALERMO大广场，玫瑰园，RECOLETA贵族区，贵族公墓，贝隆夫人墓。午餐后参观【古董街（SAN TELMO）】，【LA BOCA老港口】，【BOCA青年队球场】（外观）和知名的【CAMINITO小道】，【PUERTO MADERO（新港）】，结束后前往用晚餐，随后返回酒店。

第3天 布宜诺斯艾利斯（阿根廷）



具有德国建筑宏伟坚固和法国建筑装饰优美的特征。

随后车览【七九大道和方尖碑】，这是布宜诺斯艾利斯重要的城市指标，且据称为世界上超宽的道路；而【五月广场】为布宜诺斯艾利斯早期的市中心地区，周围有不同历史时期的建筑；之后参观被称为玫瑰宫的【总统府】，以及借鉴了华盛顿国会大厦的风格【国民议会大厦】等。



注：请进去参观的游客，保持安静，不大声喧哗，文明参观），前往百年荣誉咖啡馆之【托尔托尼咖啡馆】，这是布宜诺斯艾利斯著名古老咖啡店的首席代表，没有之一（可以自费品尝咖啡）；而后我们会入住船公司安排的酒店休息，并为第二日飞往乌斯怀亚南极登船做准备。

当晚进行登船前登记

抵达接机后，进行【市区游览】：外观世界三大剧院之一的【科隆剧院】，建筑风格雍容典雅，科隆大剧院位于阿根廷首都布宜诺斯艾利斯闹市中心，也是位于布宜诺斯艾利斯的七月九日大街广场上的著名剧院，更是座典型的文艺复兴式的庞然大物，仅次于纽约大都会歌剧院和米兰拉斯卡拉剧院的世界第三大歌剧院。科隆大剧院在街头浓密的月桂树的掩映下，既显出文艺复兴时期意大利的建筑风格，又



午餐后，参观【El Ateneo 书店】，阿根廷的老字号连锁书店，被评为“全世界第二美丽的书店”，这栋上百年的建筑原本是歌剧院，之后便改造成了El Ateneo书店，来到书店，站在一楼抬头，周围的灯光将书店照射的富丽堂皇、美轮美奂，加上安静的气氛，环境优雅古朴，气氛绝佳。书店内的雕塑与壁画均出自名师之手，感觉就像走进了皇室的图书馆一样。（备



第4天 布宜诺斯艾利斯/乌斯怀亚（阿根廷）

包机航班待定，一般是早航班



ARGENTINA

早晨分批乘车前往机场，搭乘包机飞往乌斯怀亚，抵达后分批次登船午夜阳光号。

第5-6天 穿越德雷克海峡

乘风破浪朝南航行位于南美大陆及南极半岛间著名水道德雷克海峡。接近南极幅合带时，冷热洋流在此交汇，海象较差，但空气中也逐渐飘出南极特有的清新冷空气味道。德雷克海峡的名字来源于 F. 德雷克爵士，是世界上最伟大的航道，连接南美洲和南极半岛，太平洋和大西洋在此衔接，时而风平浪静，时而波涛翻滚，著名且具有传奇性，当您的邮轮平稳地向南航行时，您还有机会参加很多知识丰富的讲座。



特别说明：

- 1、航行期间的船上讲座也为即将到来的南极之行做足准备，帮你了解南极的历史、环境和野生动物资源。
- 2、邮轮将尽可能在不惊扰情况下，近距离接近在缓慢移动的浮冰上晒太阳的海豹和座头鲸，小须鲸和逆戟鲸等。

第7-12天 南极洲-南设得兰群岛（登陆、游）

参考登陆备选点



【迪塞普申岛（Deception Island）】

南设得兰群岛中最引人注目的地方就是迪塞普申岛（又称“欺骗岛”）。这座岛屿是一处独特的环形火山口，火山口部分倒塌，形成了一条天然航道，通往火山口内部湖区。捕鲸湾（Whalers Bay）是岛屿内部一处天然海港，这里是一座名为赫克（Hektor）的废弃捕鲸站，是一处英国基地遗址。



【扬基港 (Yankee Harbour)】

早期的海豹捕猎者将格林威治岛 (Greenwich Island) 的扬基港当作基地。这座海岬形成的天然良港是很多水手的安全港湾。现在仍然可以找到海豹捕猎时代的遗迹，如海滩上的古老三脚架。但扬基湾最吸引旅客的地方是大概 4000 对孕期中的巴布亚企鹅群。



【布朗断崖 (Brown Bluff)】

布朗断崖位于南极海峡岸边、南极半岛的最高处。顾名思义，这里的主要自然景观是一处高达 745 米的悬崖。高耸的锈黄色的绝壁是火山的起源，海滩上到处是熔岩“炸弹”。布朗断崖是阿德里企鹅，巴布亚企鹅，黑背鸥和岬海燕繁衍下一代的圣地，而威德尔海豹也是这里的常客。



【半月岛 (Half Moon Island)】

将一些南极洲最华丽的风光收入镜头中，半月岛就像一颗璀璨的宝石镶嵌在极地的皇冠上。岛上锯齿形峭壁是一处庞大的企鹅栖息地；南极燕鸥、黑背鸥、雪白南极海鸟、威尔逊海燕，和一些海豹也常常来此做客。



【南极海峡 (Antarctic Sound)】

南极大陆巨大的冰架孕育了长达数英里的平顶冰山。威德尔海强劲的海流将这些巨大的冰山运送到南极半岛东北端的南极海峡。



【威廉敏娜湾 (Wilhelmina Bay)】

威廉敏娜湾周围的群山和高大冰川组成了一幅生动的景色，小浮冰和大冰山纵横交错。海湾是鲸鱼和海豹的觅食地；也因此成为捕鲸业的一个重要产地。



【纳克港 (Neko Harbour)】

纳克港，尖凸企鹅的聚集地同时也是阿根廷难民的避难所，纳克港安逸的平躺在群山环抱的安沃尔湾，雄伟壮观的冰川成为它的天然屏障。在纳克港以一座 20 世纪初的捕鲸船工厂命名，也是南极大陆仅有的几个登陆点之一。



【天堂湾 (Paradise Bay)】

天堂不仅是港湾的名字，更是这里迷人风景的最佳描述。在杰拉许海 (Gerlache Strait) 的庇护下，港口免受大风的侵袭，天堂岛也是少数南极登陆点之一，能够将半岛的最美全景尽收眼底。在岛上，您可以看到属于阿根廷的阿尔米兰泰布朗 (Almirante Brown) 和属于智利的冈萨雷斯维德拉 (Gonzalez Videla)，还有与两地相邻的企鹅栖息地。

【勒梅尔海峡 (Lemaire Channel)】

镜面湖，震撼，快进南极的地方，平静。11 公里长，1.6 公里宽的海峡是在南极洲最漂亮的航道之一。它为旅行者揭开了南极洲神秘面纱的一角，通过海峡的过程，就是您折服于南极强大魅力的过程；带有几分诡异的气息，迷人但令人畏惧。在晴朗的天气中，来这条同神秘的航道旅行可以说是一种享受。



【彼得曼岛 (Petermann Island)】

位于风景如画的潘诺拉海峡，彼得曼岛是冰山聚集地，也是鲸鱼经常出没的地区，还能欣赏横跨海峡前往南极半岛的雄伟景致。



注：天气、风力和冰层状况将决定我们最终的行程计划和时间表，船长及探险队员将仔细分

析每日情况，弹性安排每日活动，包括搭乘登陆小艇登陆及巡游，探访野生动植物群栖处、各国科研站区或具有历史性背景的遗迹，一切登陆、巡游及船上活动必须听从船长及探险队长安排。



造访南极已不再是探险家和冒险者的专属，天空依旧很亮的南极夜晚，当暮色来临，金色的光芒一点点晕染了深蓝的海面，就连白云也染上一抹红。告别了静谧幽宁，美得不染凡尘，荒凉而壮美的南极洲，庆幸自己已成为少数踏上南极极地中的幸运儿。造访令人惊艳的极地犹如一个梦！让您在实现并见证梦境的同时，也更加清楚地认识到南极环境的脆弱，了解保护南极的重要意义。这将是您毕生难忘的经验，也算完成了一次人生的修行！

第15天 乌斯怀亚/布宜诺斯艾利斯（阿根廷）

包机航班待定，一般是早航班



探险之旅终将结束，当我们抵达世界最难小镇乌斯怀亚的时候便该与午夜阳光号说再见了，您将在此搭乘返回布宜诺斯艾利斯的航班。

晚上特别安排**阿根廷特色晚餐及正宗阿根廷探戈舞表演**，后入住酒店休息。

第16天 布宜诺斯艾利斯（阿根廷）/第三国转机/墨西哥城（墨西哥）

内陆段航班待定

随后约定时间送往机场前往墨西哥城。

抵达后导游接机。随后沿改革大道游览【三文化广场】（约 30 分钟），广场上有建于 16 世纪殖民地时代的圣地亚哥教堂、阿兹特克时代的特拉特洛尔遗址，以及呈包围之势的现代高层建筑群，三种不同思想文化、不同风格的建筑物汇聚一地。晚餐后，回酒店休息。

第17天 墨西哥城（墨西哥）/哈瓦那（古巴）

内陆航班待定，尽量选择早航班

早晨后乘机前往前往哈瓦那。

抵达后接机，下午游览【哈瓦那老城】：外观国会大厦，哈瓦那老城，上尉宫，武器广场，唐人街。可以看到街边停了众多各色的老爷车，可上前与其合影留念。然后前往【朗姆酒博物馆】，参观这让各个大文豪欢畅淋



滴的甘蔗酿制的朗姆酒的历史和文化，并品尝7年陈酿。游览【雪茄工厂】，探访闻名世界的古巴雪茄如何卷制，验证一下“古巴雪茄都是在美貌少女的大腿上搓出来”的经典坊间传闻是否属实，也可自愿亲自尝试搓制一只并由古巴雪茄大师签名带走。晚上前往著名的莫罗城堡，高耸在峭壁上的莫罗城堡，建于1632年，占地11公顷，是美洲最古老、规模最大和保存最完好的古代防御性建筑之一。19世纪中叶，莫罗城堡成为西班牙殖民当局的监狱。这里三面环水，城墙高深，并有一条20米长的护城河，观赏沿袭了三百多年的【关城礼炮仪式】，之后返回酒店休息。

Cuba

第18天 哈瓦那-巴拉德罗（古巴）（拉车约 2.5 个小时）

早餐后，参观【哈瓦那新城】：国会大厦（外观）、革命广场、何塞·马丁纪念碑、十里海滨大道、尊严广场、旅古华人纪功碑和百年榕树广场等。然后午餐后乘车前往【巴拉德罗】（拉车约 2.5 小时），**入住酒店后自由活动。**



第19天 巴拉德罗-哈瓦那（古巴）/墨西哥城

内陆航班待定

早餐后，指定时间导游送机前往墨西哥城。导游接机后，享用晚餐，送回酒店休息。

第20天 墨西哥城（墨西哥）

早餐后，前往墨西哥市郊的“众神之城”、世界文化遗产之一的【特奥蒂瓦坎】（游览约 1 小时），游览著名的【太阳金字塔】、【月亮金字塔】和【羽蛇神殿】，气势恢宏的【亡灵大道】。随后前往参观被列为世界天主教奇观的【瓜达卢佩圣母大教堂】（约 30 分钟）。下午乘车前往游览 007 电影的取景地之一的【宪法广场】，外观广场侧的墨西哥城标志性建筑【首都大教堂】、【国家宫】，欣赏墨西哥著名画家迪亚哥·西维拉制作的壁画《墨西哥的历史》。随后参观【瓜达卢佩圣母院】，瓜达卢佩圣母堂是墨西哥最大的宗教圣地，被罗马教皇认定为天主教三大奇迹教堂之一。位于墨西哥城东北郊的瓜达卢佩圣地，是墨西哥人民仅用一年多时间于 1976 年竣工的一幢现代化宗教建筑，与一座建于 1706 年的瓜达卢佩旧教堂相毗邻。新教堂比旧教堂大 10 倍，建筑面积为 2 万平方米，可容纳 2 万人。晚餐后返回酒店。

第21天 墨西哥城/达拉斯/上海

参考航班：AA1066 0600 0840 AA1270 1040 1610+1

转机前往上海浦东国际机场

第22天 上海

抵达国内，结束愉快的行程。



用餐住宿参考

日期	用餐（早/中/晚）	住宿
第1天 0128	X / X / X	/
第2天 0129	X / 当地午餐 / 当地晚餐	布宜诺斯艾利斯五星酒店
第3天 0130	酒店早餐 / 当地午餐 / 当地晚餐	布宜诺斯艾利斯五星酒店（船方安排）
第4天 0131	打包早餐 / X / 游轮	邮轮
第5-14天 0201-0210	邮轮	邮轮
第15天 0211	游轮早餐 / X / 当地晚餐	布宜诺斯艾利斯五星酒店
第16天 0212	酒店早餐 / 当地午餐 / 当地晚餐	墨西哥城四星酒店
第17天 0213	打包早餐 / 当地午餐 / 当地晚餐	哈瓦那五星国宾馆
第18天 0214	酒店早餐 / 当地午餐 / 酒店晚餐	巴拉德罗五星酒店
第19天 0215	酒店早餐 / 当地午餐 / 中式晚餐	墨西哥城四星酒店
第20天 0216	酒店早餐 / 当地午餐 / 当地晚餐	墨西哥城四星酒店
第20天 0217	/	/



费用包含/不包含

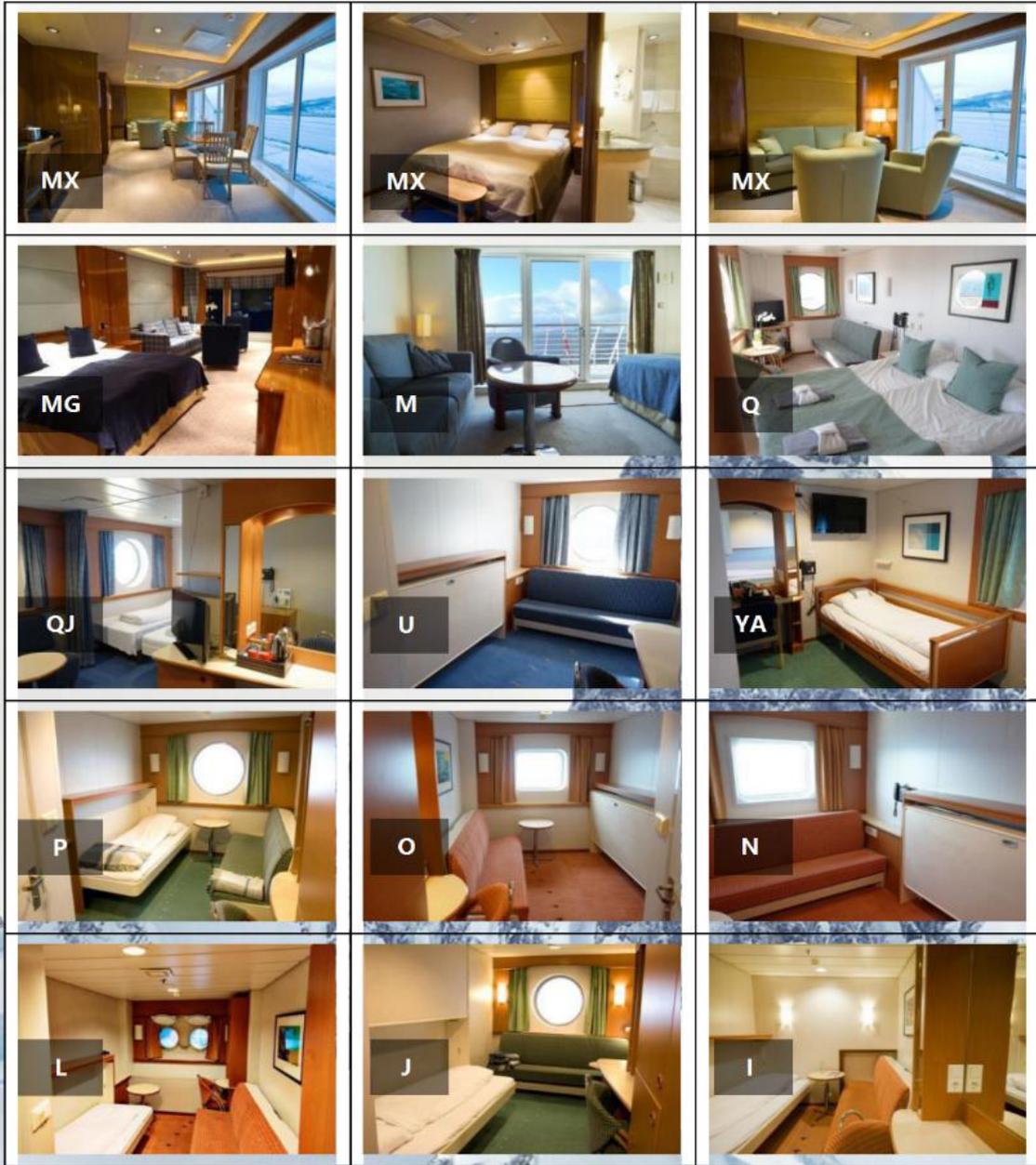
费用包含	费用不含
(1) 行程中所涉及的国际段往返经济舱含税、南美内陆段经济舱含税	(1) 船方小费（登船后信用卡绑定）15欧元/人/天
(2) 午夜阳光号船舱单人床位及船上全程餐食（2人或3人一间，舱位以客人预订舱型为准）	(2) 护照费、签证费、申请签证中准备相关材料所需的制作、手续费，如工作证明公证、认证费 美签：1400元/人 阿根廷电子签：900元/人
(3) 行程中所列五星酒店标准间	
(4) 布宜诺斯艾利斯至机场往返接送交通	注：凭有效美国签证，可申请阿根廷电子签；无有效美签，需要申请

(5) 布宜诺斯艾利斯至乌斯怀亚往返航班经济舱	阿根廷贴签 (差价另补)
(6) 乌斯怀亚机场至码头交通 (登船日/下船日)	(3) 出入境的行李海关课税, 超重行李的托运费、管理费等
(7) 船上活动及登陆艇岸上观光项目登陆点、登陆顺序视天气情况而定, 不以行程中的顺序为准	(4) 行程中发生的旅游者个人费用, 包括但不限于交通工具上的非免费餐饮费、行李超重费, 住宿期间的洗衣、通讯、饮料及酒类费用, 个人娱乐费用, 个人伤病医疗费, 寻找个人遗失物品的费用及报酬, 个人原因造成的赔偿费用等
(8) 航海过程中的专家讲座, 包括极地探险主题、摄影主题等	(5) 由于天气、罢工等不可抗力因素所产生的额外费用
(9) 船上免费设施 (健身房、按摩泳池等)	(6) 行程中客人选择参加的一切自费项目费用
(10) 游轮上登陆靴租赁费	(7) 费用包含中未提及的所有费用
(11) 赠送防风防水冲锋衣一件	
(12) 全程领队及陆地司导费用	
(13) 精心制作的南极游程纪念盘一份 (家庭为单位)	
(14) 陆地行程中所列景点首道门票	



客舱概况

客舱概况



【午夜阳光号报名协议】

舱位	平方	床位	楼层	房内设施	出发时间	价格
内舱I2	8-11m ²	双床，一张可折叠为沙发	4, 6, 7层	电视、淋浴	1月28日 (含元宵，船二)	74999元/人
家庭三人舱J3	11-12m ²	上下铺折叠沙发	6-7层	电视、淋浴、观景受限		76999元/人
						77999元/人
普通海景外舱N2	10-11m ²	双床，一张可折叠为沙发	4层	电视、淋浴		81999元/人
中级海景外舱O2	10-11m ²	双床，一张可折叠为沙发	4, 6层	电视、淋浴		83999元/人
高级海景外舱P2	10-11m ²	双床，一张可折叠为沙发	6层	电视、水壶、淋浴		86999元/人
豪华海景外舱U2	10-14m ²	大床/双床，一张可折叠为沙发	7-8层	电视、水壶、淋浴		87999元/人
迷你套房Q2 (享受VIP权益)	18-20m ²	大床	6-7层	沙发，电视，音响，水壶，迷你酒吧，淋浴		92999元/人
经典套房M2 (享受VIP权益)	23-24 m ²	一室套房	7层	客厅，电视，水壶，迷你酒吧，私人阳台		95999元/人
豪华套房MG (享受VIP权益)	25-35m ²	大床	7-8层	沙发、电视、音响、水壶、迷你吧、淋浴、私人阳台或落地窗		99999元/人
豪华大套房MX (享受VIP权益)	44-45 m ²	两室套房	8层	客厅，餐桌，电视，音响，水壶，迷你酒吧，私人阳台，浴缸		119999元/人
七大VIP权益	登船办理check in享 VIP贵宾通道 登船日特别赠送 欢迎水果和香槟 ； 享有 VIP早餐区 ，私密空间； 晚餐每日赠送 红酒一瓶 ，软饮限量免费提供（具体以餐厅为准）；					

	<p>房间内mini吧食品首轮免费享用（补加后再使用，即要收费）</p> <p>免费WIFI</p> <p>免费洗衣服务（隔天送回衣物，若需要当天拿到，需要额外支付加急费用）</p>
小费	船上小费15欧元/人/天（需绑定信用卡）
自费项目	船上项目：待定 陆地项目：待定
合计	

报名及付款方式：

- 1、报名时需提交报名表格及护照首页复印件，并支付团款总额的**40%**
- 2、第二次付款，出发前2个月，再支付团款总额的**40%**
- 3、余款需在**出发前15天付清**，否则舱位不予保留且已交的定金不退。
- 4、所有签证资料需要在10月15日前交齐；
- 5、产品提供的舱位，每位乘客均须占床。若出现单男或单女我司会安排优先同性拼房。

取消行程收费约定：

行程前249日以上，收取团费总额1%的违约金。

行程前200日至248日，收取团费总额5%的违约金。

行程前100日至199日，收取团费总额50%的违约金。

行程前60日至99日，收取团费总额80%的违约金。

行程前1日至59日，收取团费总额100%的违约金。

行程开始当日，收取团费总额100%的违约金。

更改说明：如因特殊情况（如拒签/事故等），需在行前至少60天提供相关凭证并额外支付1000元/人的操作费，仅一次更改机会。出行前60天内不再接受更改出行人的需求。

您了解并同意，本产品是涉及游轮的特殊产品，有确定的出发时间，无法根据个人意愿推后出发时间，故您应准时到达集合地点。

若您未准时到达导致的行程变更或行程取消，您支付的所有费用均不予退回，若您能够通过其他途径加入后面的行程，所增加的费用需由您自行承担。

因旅游者提供材料存在问题或者自身其他原因被拒签、缓签、拒绝入境和出境的，相关责任和费用由旅游者承担，旅行社仅将未发生的费用退还旅游者。

您了解并同意，旅游者在出发前或行程中因身体不适而终止旅游或变更行程的，或因身体原因造成损害的，由此造成的损失由旅游者自行承担。

旅游者的义务：

1. 如实填写线上用户信息、签证/签注资料和游客安全信息卡等各项内容，告知与旅游活动相关的个人健康信息，并对其真实性负责，保证所提供的联系方式准确无误且能及时联系；
2. 向出境社提交能有效使用的因私护照或者通行证，自办签证/签注者应当确保所持签证/签注在出游期间有效；

3. 旅游者确保其身体状况不存在不适合旅游的情形，该情形包括但不限于：

3.1 有比较严重的心血管、肺、肝、肾等重要器官疾病，如严重高血压、心、肝、肺、肾功能障碍，严重的心律失常、肺气肿、肝硬化、慢性肾炎等。

3.2 处于各种传染期、恢复期和一切炎症性疾病发作期。（此类人如果外出旅游，不仅会因旅途劳累严重影响本人的康复，而且还会把疾病传染给他人。）

3.3 处于大中型手术的恢复期。

3.4 患有其他不适合旅游的疾病，如精神病、中度（含）以上抑郁症未治愈的，老年痴呆症、无法控制的癫痫和多发季节的气喘病等；有精神病史但未提供专业医生开具的说明旅游者的该等疾病已治愈且适合参加旅游活动之证明的。

3.5 孕妇。

3.6 行动不便的老人、病人或体弱者。

3.7 具有其他不适合长途旅行的身体状况。

旅游者充分了解并完全知晓，具有上述情形的人如果参加旅游，极可能给出境社完成向旅游团提供正常的旅游服务带来障碍，且更可能对具有上述情形的旅游者自身健康产生极其不良影响（如孕妇、体弱者等），或者会引发或加重原有的病情从而危及自身的健康及生命，还有可能会危及其他旅游者的健康的安全（如精神病、传染病等）。

4. 妥善保管自己的行李物品，随身携带现金、有价证券、贵重物品，不在行李中夹带；在旅游活动中或者在解决纠纷时，采取适当措施防止损失扩大，不损害当地居民的合法权益，不干扰他人的旅游活动，不损害旅游经营者和旅游从业人员的合法权益，不采取拒绝上、下机（车、船）、拖延行程或者脱团等不当行为；

在自行安排活动期间，应当在自己能够控制风险的范围内选择活动项目，遵守旅游活动中的安全警示规定，对自己的安全负责。

旅游者有违反以上任意一款约定的，出境社可以解除合同（相关法律、行政法规另有规定的除外）。

出境社因旅游者以上约定解除合同的，应当以书面等形式通知旅游者，按照本合同的相关约定扣除必要的费用后，将余款退还旅游者。

关于旅行责任保险：

旅行社责任险是对因旅行社责任引起的游客人身伤亡、财产遭受的损失及由此发生的相关费用的赔偿，对于游客，在实际发生意外时，“责任险”保障的主要是旅行社对游客出游期间依法应承担的各种民事赔偿责任，而这种责任由法院或相关仲裁机构裁决。这意味着意外发生后，旅行社是不包揽一切的，它只承担自己的责任。由于游客自身原因或其他方原因出险由游客自行负责，旅行社只提供道义上的协助。为了获得更为全面的保障，旅行社已为客人购买符合签证要求的旅行保险。您出行前请确保您自身身体条件能够完成旅游活动，旅行社还建议您在出行前根据自身实际情况自行增加选择和购买旅行意外伤害保险或旅行境外救援保险。

旅行社已为客人购买的保险的普通旅游意外伤害险或救援险承保范围不包括以下情况，请您购买前咨询相关保险公司：（1）您自身带有的慢性疾病；（2）参加保险公司认定的高风险项目如跳伞、滑雪、潜水等；（3）妊娠、流产等保险公司规定的责任免除项目

如您对以上无异议，请在右下角签字。

旅行客人签字：_____

年 月 日