**非童凡响-呼伦贝尔双飞 6 日行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | 272031 | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 无 | **返程交通** | 无 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 航拍旅拍 ： 草原旅拍精修合影+无人机航拍精美小视频-刷爆朋友圈 ！ 深度穿越 ： 一路上深入草原、大兴安岭原始森林 ，“小勇士”ATV 穿越亚洲第一湿地 浪漫天幕 ： 最美草原露营 ：户外天幕自助野餐 BBQ+童趣下午茶 美景+美食 这才是旅行的节奏 ！ 童话世界 ： 套娃世界、欢乐地带、套娃剧场、俄罗斯民俗体验馆、俄罗斯著名大马戏表演 梦幻白桦 ： 走进童话森林 ，探寻圣诞老人的坐骑传说的“ 四不像” -神兽驯鹿 民族文化 ： 走进华俄后裔之家 ，与蒙古人一起欢乐互动 ，体验中国少数民族民俗文化 自然课堂 ： 跟随亲子导师徒步湿地 ，认识植物 ，DIY 植物拓然 油画小镇 ： 欧式马场漫游童话小镇 ，恍如进入油画般的世界 中俄边境 ： 沿中俄边境 ，一路穿越茫茫草原 ，望眼两国美景 ！ 草原春晚 ： 绚丽迷幻的专业灯光及多名专业演员傾情演绎——草原篝火晚会 ！ 甄选住宿 ： 城市优选酒店+草原星空蒙古包+俄罗斯民宿+满洲里套娃城堡酒店 风味美食 ： 草原烤全羊盛宴、草原露营天幕 BBQ+浓香铁锅炖+俄式风味餐+东北传统饺子宴 品牌保证 ： 全程亲子导游陪同服务+遛娃礼遇 ：儿童防晒帽、儿童一次性手套、一次性床单、小零食等 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **行程详情** |
| D1欢聚呼伦贝尔→海拉尔 AQ/12:05-16:00XXX 乘坐航班抵达呼伦贝尔市【“草原明珠”海拉尔——感受这座城的底蕴与文化】★海拉尔在蒙语中是“野韭菜地”之意 ，因沿海拉尔河的两岸长满了野韭菜而得名。小城坐落在大兴安岭西麓 ，呼 伦贝尔大草原的中部 ，伊敏河将小城一分为二雄浑的海拉尔河从城北婉转扫过 ，四面分别被巴尔虎草原 ，鄂温克草 原和大兴安岭山前草原包围 ，不愧“草原明珠”之称.★抵达酒店办理入住自由活动 ，自行安排晚餐。★温馨小贴士1、今天不做活动安排 ，全天餐自理 ，如抵达时间较早 ，您可在海拉尔市区自由活动2、内蒙古候比较干燥 ，阳光直射较强 ，早晚温差较大。需备上防风长裤和厚外套 ，建议穿运动鞋。同时带好墨镜、太阳帽、防晒霜、 润唇膏、感冒药、肠胃药、阿司匹林、等应急物品。海拉尔是一个多民族聚居的地区 ，请尊重当地民俗风情。D2海拉尔→呼伦贝尔大草原旅拍→走进俄罗斯家庭→恩和民族乡早√√【呼伦贝尔大草原-网红旅拍基地】★初识呼伦贝尔大草原—从火辣辣的闷热中 ，飞到呼伦贝尔大草原 ，在兴安原始森林和呼伦贝尔万里青青牧草过滤 下 ，风中弥漫着淡淡的清香 ，超高的负氧离子 ，抚摸着你身上每一寸肌肤 ，像牙牙学语的孩童拥入你的怀抱 ，那种 兴奋似乎与生俱来 ，让你每一根神经都松弛下来 ，“心”似乎在这里找到了灵魂的归宿 … …★赠送 ：无人机航拍 VLOG 合影精修小视频—圆梦上视角 ，定格美好草原上自由采风后 …（此项目为赠送项目如遇不可抗因素 ，如大风下雨等情况航拍机器不能起飞则不退任何费用 ）★赠送 ：草原旅拍 ：每人精修 3 张电子照片或家庭合影精修照片 2-3 张【天空之境】我们分不清身在天空还是身在陆地 ，这大概就是宫崎骏的夏天吧。【唯美秋千】阳光强烈 ，微风温柔 ， 一场秋千一场梦 ，承载着肆无忌惮的快乐。【爱心天梯】仙女梦境 ，漫步云端 ，蓝天白云很美丽 ，自然少不了要去 凑热闹。【幸福小鹿】草捆制作而成的可爱小鹿 ，在草原上格外显眼 ，阳光明媚。【童话风车】把这个夏天装进风车 里 ，大风车转呀转呀转 ~风车的浪漫永不过时。【浪漫相片框】相片总有很多的小秘密 ，让我们来揭晓一个带有回忆 的地方。【访问俄罗斯家庭-走进俄罗斯第三代家庭 了解俄罗斯族民俗文化】1、欢迎仪式 ：俄罗斯族面孔的阿姨 ，穿着俄罗斯族的盛装 ，端着列巴沾盐和果酒欢迎游侠的到来2、俄罗斯族阿姨讲解俄罗斯民族历史文化小故事 ，俄语小课堂 ，不出国门 ，学习俄语3、 品尝俄罗斯酥皮列巴 ，饼干 ，等面点 ，俄罗斯糖果、俄罗斯果茶 ，咖啡。4、欣赏俄罗斯族歌曲。乐器有手风琴 ，电子琴。5、穿着俄罗斯族服饰在俄罗斯族的老乡家 ，当一次芭比娃娃和王子殿下吧 ！●跟着俄罗斯后裔学习俄罗斯语言 ，学唱俄罗斯歌曲●了解俄罗斯族的历史文化【恩和俄罗斯民俗乡】★欣赏独特的俄罗斯风情小镇及富有传奇色彩的“木刻楞”房,这里的人都是欧洲人面孔却说着一口地道的东北话 ， 既烤列巴也包饺子 ，人人会唱“ 喀秋莎”；小镇不大 ，额尔古纳河流淌而过 ，俄式木刻楞建筑随处可见。小镇内自 行扫街拍照、骑自行车、徒步、荡秋千、河边戏水 ，随意撒欢儿。住在俄罗斯民族传统民居——雕花木刻房 ，让您 感受浓厚的异国俄罗斯民俗风情。 同时 ，边陲小镇恩和也是摄影拍照的最好地方之一 ，爱好摄影的游客 ，可以在这 里拍摄到最美的“俄罗斯民俗风景”。★赠送欧式马车漫游恩和小镇乘坐马车漫游如画的俄罗斯小乡村、斜阳落日、炊烟渺渺、异域乡村风情 ，仿若置身于格林童话世界中。★温馨小贴士1、俄罗斯传统民俗为体验性住宿 ，住宿环境远不如城市环境 ，没有星级标准 ，敬请理解 ！2、恩和当地是华俄后裔聚集之地 ，饮食以及住宿环境属于俄罗斯族风俗大家记得带好一次性用品以备不时之需D3恩和→亚洲第一湿地→定制甩娃自然课堂→黑山头骑马→草原篝火盛会→草原蒙古包早√√【AAAA 梦幻的童话森林】★童话白桦林——探秘熊出没小屋★漫步在白桦林中 ，一眼无尽、 白绿交织 ，一颗颗白桦树笔直挺拔 ，与湛蓝的天空交相辉映 ，宛如一幅欧洲风格的 油画 ，参观鄂温克使鹿部落居所《撮罗子》与精灵驯鹿亲密接触合影留念。还布置了“熊出没”、“灰姑娘”、“白雪 公主与小矮人”等多个动画人物 ，仿佛置身童话世界。我们还在林间修建了空中玻璃栈道 ，携手心爱的人来白桦林 登高望远吧 ！★活动任务 ：1.欣赏白桦林风景 ，了解白桦树的“ 白富美”特征。 2.植物的识别 ，树种的识别★亲子游体验项目 ：1、感受白桦林的磅礴气势、壮观景象 ，畅玩白桦林游乐设施。2、美美家庭合影【亚洲第一湿地风光-自然教育课程】★ATV 全地形越野车穿越亚洲第一湿地带您走进全速越野时代 ，自行驾驶 ATV 全地形摩托车跟随领航员一起穿越湿地 ，感受草原、湿地、林带的完美结 合 ，体验穿越自然间的美好与快感 ，彻底告别城市的喧嚣放空自己 ，陶醉天然画卷中 … …★甩娃定制课 ：亚洲湿地自然教育课程 ：湿地徒步·植物采摘拓染（亲子导师带着孩子进行自然教育活动）跟随亲子导师徒步至森林草原交接的亚洲湿地深处 ，此处是中国规模最大 最为完整的生态系统 ，我们可以徒步直接走进亚洲湿地生出 ，老师进行植物讲解 ，小朋友动手进行植物采摘（配备 儿童一次性手套），采摘后返回教学营地进行植 物拓染。从自然中选取滑草植物作为染料 ，将植物最美的状态保存 下来 ，体现湿地文化天人合一的朴素概念。【黑山头马术营地】（赠送体验 15 分钟 ，小朋友请马倌费用自理）】★ 脚踏马镫长腿一迈 ，瞬间就帅气的骑上了马背。手拉着缰绳 ，让马儿带着你在草原上游走 ，或闲庭信步 ，或策马 奔腾。骑在马背上视野又更开拓些 ，白云近似眼前 ，而草原却更加宽广无垠。如此美景中 ，我们在草原上驰骋 ，任 天地间大风吹拂 ，我自逍遥。★专业的马术专业的护具 ，纯正的草原马文化。你只管尽情尽兴 ，我们负责一切琐碎。骑上马儿 ，悠然的深入草原 腹地 ，俯瞰唯美草原。不禁让我想起一首歌 ：让我们红尘作伴 ，活的潇潇洒洒 ，策马奔腾共享人世繁华 … …●了解马的脾气习性●上下马动作练习●骑马的正确姿势●驾驭马的要领●紧急情况的应对方法等。★在马倌跟领队的带领下在草原里自由练习骑马 ，争取今天将骑马要领全部掌握。要领掌握后 ，就开始正式骑马前 行了 ，循序渐进 ，从走到小跑 ，再到大跑 ，到狂奔。第一次骑马 ，重点需要克服的不是动作不熟也不是技巧不纯 ， 而是心态 ，不能紧张 ，要放松 ，嘞死缰绳 ，双腿夹住马肚 ，控制住一次就有信心了。不骑马的也可以拉帮结伙到附 近村落里去转转 ，观赏草原风情。秀山水也可以提供钓具 ，大家到小河边垂钓。【黑山头落日山】★ 在太阳还未落山之时 ，沿着小路慢慢走上黑山头的小山坡。当太阳收敛起白日里耀眼的光芒时 ，天边的云被染上 了鲜亮的橙色。被灌木丛分割的湿地水泡子也开始泛光 ，草原被镀上了金黄色。霎时间 ，天地万物都被笼罩在夕阳 的光芒下 ，落日与晚霞齐飞。当太阳完全消失在天空的时候 ，天边残留的晚霞会再一次“烧”得火红 ，直到黑色携 带着静谧慢慢覆盖这片湿地草原。★观看日落 ，漫步蒙古部落●观看日落（如有）/静坐观赏等自由活动【赠送升级晚餐 ：黄金烤全羊盛宴+开羊仪式】【烤全羊+黄金贵族仪式】是蒙古族历史悠久而十分隆重的最高礼遇之一 ；在蒙古人民心目中 ，烤全羊不仅是食物 ， 还是身份与地位的象征 ，所以在食用烤全羊时 ，会举行隆重仪式 ，给人带来神圣之感（满 16 人升级为烤全羊 ，不 满 16 人改为烤羊排或烤羊腿）【草原篝火晚会】（若景区内政策性调整、大风、大雨天气或防火期则不安排此项活动 ，届时敬请谅解。 ）★ 夜幕降临篝火点起来了 ，马头琴弹起来了 ，天上繁星闪烁 ，与地上灿然的火光形成对比, ，围着篝火 ，年轻的人 儿跳起了欢快的舞蹈 ，歌声伴着马头琴的乐曲响彻清亮亮的夜空。酒有了 ，肉有了 ，歌声有了 ，星空有了 ，我再要求一个温柔的你算不算过分★蒙古族篝火晚会●亲子互动 ：学习草原经典舞蹈 ，篝火晚会嗨到爆 ★温馨小贴士1、草原星特色古包为体验性住宿 ，住宿环境远不如城市环境好 ，敬请理解 ！2、烤全羊为蒙古特色民族实物 ，北方烤羊与南法烤羊做法地区不一样做法与口味不一样 ，另草原用餐为北方口味 ，入乡随俗请谅解 ！3、.篝火晚会为赠送项目如遇特殊天气或防火期取消费用不退（ 防火期一般为 4-6 月 ，9 月 1 日-11 月 ，以国家政策为主）D4黑山头→草原蒙古民俗欢乐活动→中俄边防公路→套娃广场→满洲里早√X【草原牛羊叫早 ，观日出】辽阔的大草原 ，天苍苍 ，野茫茫 ，风吹草低现牛羊 ，清晨被牛羊叫早是一种怎样的体验呢？草原上观一场无任何遮 挡的日出 ，云海频现 ，天空如火 ，在一望无边的大草原上 ，放出万道金色光芒 ，给人以美好的遐想和惊喜 ；【草原蒙古人的一天 ：野趣活动】★ 到牧民家问声好 ，尝尝刚熬制的新鲜牛奶 ，也可以体验挤牛奶的乐趣。还能给小绵羊喂食 ，体验草原上的牧羊人 生活。或许你还可以抱抱小绵羊 ，与它们一起“ 咩咩咩” ，那可爱有趣的画面能把你的心都萌化了 ！品奶茶、奶制 品、炒米、奶酪、奶片、黄油、果条等蒙古风味小食 ，让您真正的走进草原牧户人家 ，了解他们的饮食习惯。★穿上五颜六色的蒙古袍跟小牛、小羊羔亲密接触 ，还可以在牧民的指导下挤牛奶 ，培养小朋友爱心 ，做小小的牧 羊人●小朋友穿上蒙古袍一起乘坐草原小火车 ，感受大自然的乐趣●与可爱的小羊羔亲密接触 ：拍摄萌萌哒合影 ，给小羊羔喂奶●蒙语小课堂 ：跟着纯真的蒙古族叔叔阿姨学习纯正的蒙古语 ，体验中国少数民俗文化奥妙●乘坐草原 mini 小火车畅游草原腹地 ，独特的造型 ，拉风的车身 ，让您成为草原“最靓的仔”★ 草原私家“运动会”，全家一起大合欢【搭建蒙古包】 ：以家庭为单位 ，爸爸妈妈协助宝宝 一起搭建蒙古包 ，我在草原有个家。 【草原上的神弓手】 ：“弓拉满 ，箭在弦”一起感受下“弯腰射大雕”【趣味拔河比赛】 ：团队进行家庭分组 ，大家一起进行拔河比赛 ，以计分的方式累积成绩 ，获胜者家庭奖励一份“蒙 古纪念品”【鸡鸣三国】——充满异域风情之都“满洲里”★ 满洲里位于中俄蒙三国交界处 ，整个小城充满异域风情 ，抵达满洲里市 ，漫步街头 ，期待着与俄罗斯姑娘的一次 浪漫邂逅到了这里我们有种出了国的感觉 ，外国人有种到了家的感觉。满洲里是草原上的一颗明珠 ，每每夜色来临 ， 这里也华灯初上。这里的夜色那么美 ，那么静 ，就这样在草原上绽放光华。●和爸爸妈妈一起学习异域文化、历史●体验满洲里的俄罗斯风情●套娃广场无限畅玩、大马戏尽情欢乐【满洲里套娃景区+俄罗斯皇家大马戏】（门票包含）★整个景区就像是一个魔幻的童话乐园 ，各种五彩缤纷的颜色相互搭配。广场内高达几十米的大套娃一直作为世界 吉尼斯记录付保持者。这里还有样式各异的小城堡、 巨大的马戏团、俄罗斯戏剧院、俄罗斯手工艺作坊、俄罗斯美 食小店等等。像是一个为了保存人们童真而建的游乐园 ，有欢声笑语 ，也有天真童趣。★景区内设套娃世界、欢乐地带、套娃剧场、俄罗斯民俗体验馆、俄蒙演艺剧场、开心乐园六大功能区 ，拥有享誉 世界的俄罗斯大马戏、梦幻芭蕾舞剧、超强真实感 6D 电影 ，俄罗斯工艺品等。 自主开发的影片《飞越满洲里》以 神鹰为导向为观众打造身临其境、 唯美奇妙的中俄蒙飞翔之旅 ，感受前所未有的疯狂穿越与惊险失重。（大马戏属 于景区内附赠项目 ，开放时间根据景区政策为准 ，预计每年 6 月 30-8 月 25 开放 ，如遇景区政策原因未开放 ，则 无费用可退 ，免票政策的人群 ，景区内大马戏另收费）★晚住套娃城堡酒店 （如遇满房改为满洲携程四钻酒店）不仅是满洲里的城市打卡地标 ，更是人生中必须体验的五大特色主题酒店之一 ！其中随处可见套娃元素 ，大堂灯、 房门、电视机、茶壶等都是无处不在——不管是洗澡还是睡觉 ，被这么多套娃上的“俄罗斯美女”一直盯着 ，是否 让您感觉有点害羞 ？★温馨小贴士今晚我们没有为团友准备晚餐 ，丰富多彩的满洲里 ，更适合客人自发寻找精彩。走在满洲里的街道仿佛置身于异国他乡 ，满街的俄文 和金发碧眼的俄罗斯姑娘 ，体验过草原的雄伟壮阔之后 ，再体验异国他乡的风情。 晚餐可以去打卡最火爆的卢布里餐厅 ，也可自行观 看中俄蒙三国交汇的歌舞表演 D5满洲里→打卡中俄国门→最美草原露营地→中俄蒙冰雪乐园→海拉尔AQ1582/17:00-20:05 早√ X【外观满洲里国门景区——观庄严国门 ，敬祖国风采】★ 国门位于满洲里市区西九公里处 ，占地面积 13 平方公里 ，包括国门、41 号界碑、和平之门主体雕塑和满洲里 历史浮雕、满洲里红色国际秘密交通线遗址、红色旅游展厅、火车头广场等 ，是进行爱国主义教育的基地。【“猛犸像”—冰河世纪最大大象】★博物馆内至今存放着猛犸象化石,还可以到园区参观按原比例复原的猛犸象雕塑群 ，猛犸象生活在距今 300 万年以 前的冰川时代,身高一般 5 米 ，体重 10 吨左右 ，以草和灌木叶为生,由于身披长毛,可抗御严寒 ，一直生活在高寒地 带的草原和丘陵上 ，当时的人类与其同期进化!●了解扎赉诺尔煤炭开采历史及开采工艺等●了解扎赉诺尔人类发展史及呼伦湖的发展史●了解猛犸象的故乡及进化史、远观猛犸公园★注 ：（提醒 ：周一闭馆 ，改外观景区）【草原最美野奢露营地 ：欢乐野餐 BBQ】用野餐治愈我们的灵魂、美景·美食·潮乐·好舒适可以自己动手烧烤 ，放下所有疲惫、感受一下慢节奏生活 ！来到草 原不可错过的一项行程。在草原边上烧烤是非常有乐趣的一件事 ，一边享用美食 ，一边欣赏美景 ，让味蕾与心灵在 这片辽阔天地中共同感受极致美好。【中俄蒙国际冰雪乐园】（赠送项目）致力于打造世界最大的四季冰雪乐园。园区内包含五大区域 ：儿童游乐区、蒙元风情区、俄罗斯风情区、中式园林 区以及滑冰区 ，让游客不仅可以体验呼伦贝尔原生态的自然景观和浓郁的民族风情 ，同时也能在一年四季体验“看 冰雪、玩冰雪”的激情与震撼 ，盛夏季节体验冰与火的完美邂逅★注 ：（赠送参观门票 ，需要雪服费用自理 根据航班时间决定是否游玩 ，如遇时间不允许则放弃该项赠送活动 ）★温馨小贴士1.行程中赠送娱乐项目如遇到景区原因不开放或自身原因不参加 ，不退不换2、呼伦贝尔的食物以肉食（牛羊肉 ）为主 ，少蔬菜 ，口味偏重 ，还是很有特色 ，值得品尝的 ，不过旅游时最好随身带点肠胃药 ，以免 因口味重不适应而影响旅途。D6海拉尔→宁波 AQ/17:50-20:50（实际航班时刻以最终民航局批复为准）早XX今天可以睡到自然醒可自由参观【呼伦贝尔古城---一座城的历史】★ 复建的古城 ，建有北城门、中门、八大商号、南城门、苏炳文广场、副都统衙门等。走进古城 ，北门牌楼精雕细 琢 ，气宇轩昂 ；总体布局开合有度、错落有致 ，建筑风格古朴典雅 ；古城南门巍然屹立 ，气势恢宏。从北门到南门 是一条仿古的步行街 ，街道两旁的各类商铺古色生香 ，临街附建的一些仿古的人物雕像、生活小品 ，生动形象地再 现了清代呼伦贝尔古城繁华的历史面貌。【结束愉快旅程】美好的时光总是短暂的 ，此次草原之旅就暂时告别一段落 ，挥别对呼伦贝尔的卷帘 ，对北国的情怀 ，留下最美好的 回忆 ，我们期待呼伦贝尔再次相逢 ！跟一路同行的下伙伴 ，相互留下联系方式 ，一段同行 ，一段同情 ，挥手告别 ， 许下下一段旅程 ！专车送往机场 ，乘坐飞机返回温馨的家园。费用已含机票宁波-海拉尔往返飞机票经济舱 住宿全程入住 5 晚指定酒店双标间（ 内蒙古非一线发达城市 ，接待能力有限 ，我社安排当地同级标准中较好酒店 ，游客报名前 可根据我社提供参考酒店名称提前做了解），我社按 2 人入住 1 间房核算 ，如出现单男单女 ，尽量安排该客人与其他同性 别团友拼房 ；如不愿拼房或未能拼房 ，请补齐单房差以享用单人房间。全程准五+木刻楞+草原蒙古包 参考酒店如下 ：海拉尔携程 4 钻\*2 晚 ：首旅京伦/洲季酒店/贝尔大酒店/天成彼得/等级别 ； 恩和木刻楞房屋 ：奔鸟如家/维纳斯/维克多庄园或同级黑山头草原特色蒙古包（独立卫浴 双人标间 ）；满洲里携程 4 钻 ：套娃城堡酒店 2-3 号楼（如遇临时预订满房 ，则调整至福润兴酒店或同级携程 4 钻酒店）用餐全程 5 早（早餐请按时用餐 不吃不退）6 正餐（其中风味 ：烤全羊+俄式佳肴+户外野奢天幕 BBQ+浓香铁锅炖+东北饺 子宴），全程正餐八菜一汤 ，不含酒水 ，不足十人菜量酌情减少 ；（烤全羊满 16 升级 ，不满 16 人换烤羊排或烤羊腿）用车根据人数安排旅游车辆 ，保证每人一个正座 ； 特别备注 ：接送站根据人数安排车型门票行程中所列景点首道大门票、包含景区内小交通 ；导服优秀亲子导游服务（ 自由活动、火车上无导游）。儿童含旅游车车位、半价正餐、导服 ，不含景区门票、住宿（按照小孩操作 ，只含车餐险（不含住宿 ，门票））1.2 米以下小童（包含 ：正餐、车位、导游服务）。费用不含1.强烈建议客人购买旅游意外伤害险 ； 2.单房差:（如产生单房差请自理）；3.门票:行程中注明需要另行支付的自费景点（详情参考活动推荐 ）；4.补充:因交通延阻、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,酒店内洗衣、理发、电话、 传真、收费电视、饮品等个人消费,当地参加的自费以及以上&quot;费用包含&quot;中不包含的其它项目。草原旅游温馨提示【草原说明书】呼伦贝尔旅游处于发展中阶段 ，当地旅游资源紧缺 ，接待条件有限 ，敬请谅解 ！1、6 月份草原进入夏季平均温度 15/20 度左右 ，7.8 月份草原最热的时间段 ，平均温度也是 20/25 度之间 ，很舒服 ，早晚凉爽。穿衣 ： 防晒衣 ，防晒霜 ，运动鞋 ，运动裤 ，长裙 ，准备一件长外套。穿着轻便为主。2、适量饮用奶茶、奶制品等可增强对草原气候的适应能力。2、初入草原多休息 ，多喝水多吃水果 ，内蒙古水质过硬 ，所以请不要喝生水 ，要喝矿泉水以防肠胃不适。3、饮食宜有节制 ，不可暴饮暴食 ，以免增加肠胃负担。4、团友在旅程中应听从导游的统一安排 ， 遵守时间统一行动 ，不要擅自离团 。5、在游览的过程中注意人身和财产安全 ，贵重物品不要留在房间内、旅行车上 ，一定要随身携带。6、请遵守各项团队纪律及注意事项。参观游览中要在导游统一指导下参与娱乐活动 ，严禁违规进入旅游禁区。7、呼伦贝尔旅游有很多自选性质的活动 ，如 ：骑马、漂流等 ，客人如自愿参加活动自己务必保证安全。并仔细听 工作人员讲解安全注意事项。骑马需注意安全 ，第一次骑马最好由马夫牵方能骑 ，不要独自骑马 ，更不能骑马奔跑险路和下坡路必须下马步行 ，否则容易造成损伤。尽量不要在备马区奔跑嬉戏喧哗 ，以免吓到马。不要在马附近开自动伞 ，接近马是 不要做剧烈运动 ，以免使马受惊。不要随便给马喂食 ，防止被马咬伤。8、呼伦贝尔地区是少数民族地区 ，民风淳朴 ，餐饮习惯极具特色 ，存在诸如劝酒、敬酒等民俗习惯 ，如不能参与请提前声明 ，请导游 协助沟通 ，以免引起不必要的麻烦。9、呼伦贝尔旅游区以生态旅游为主 ，在草原、森林等景点蚊虫偏多 ，务必携带防蚊虫的用品。10、呼伦贝尔属大陆性季风气候 ，早晚温差变化较大 ，春季气温低 ，夜间气温已达零下 ，早晚 8 度左右。应带上外套随时加减并携带 防晒、防雨用品。11、购物时请认清物品的品质、价值、 自愿购买 ，呼伦贝尔地区没有任何固定的购物场所 ，对旅行社和导游很少有任何形式的回扣和 返点 ；在购买旅游纪念品（如蒙古刀、俄罗斯枪式打火机等） 时请考虑是否受所乘交通工具的限制 ，以免无法带走造成不必要的浪费。12、酒店房间内有一些需付费的物品请看清后再用。房间设施如有损坏自行赔偿。在酒店住宿要注意安全 ，请不要给陌生人开门 。13、呼伦贝尔旅游资源主要以休闲类型为主 ，各景区间距离相对较远 ，请调整旅游心态 ，放松心情休闲游览。14、呼伦贝尔属少数民族地区 ，应尊重当地的风俗习惯 ，入乡随俗 ，以免引起不必要的麻烦。15、呼伦贝尔属自然生态旅游区 ，受下雨等天气影响较为严重 ，有存在导致景点无法游览的可能性 ，我社会积极予以协助 ，所发生的 费用由客人自己承担。16、内蒙地区属特殊地区 ，请团友和睦相处 ，尊重民族地区的文化和信仰习惯。 例如 ：进入蒙古包 ：切勿踩门槛 ，不要带马鞭入内 ， 也不要摸孩子的头。蒙古族习俗 ：献哈达 ：宾客要站起身面向献哈达者 ，集中精力听祝词和接受敬酒。接受哈达时 ，宾客应微向前躬身 ，献哈达者将哈达 挂于宾客颈上。宾客应双手合掌于胸前 ，向献哈达者表示谢意。 敬茶 ：到牧民家做客或在旅游点上 ，主人或服务小姐首先会给宾客敬 上一碗奶茶。宾客要微欠起身用双手或右手去接 ，千万不要用左手去接 ，否则会被认为是不懂礼节。主人或服务小姐斟茶时 ，宾客若 不想要茶 ，请用碗边轻轻把勺或壶嘴一碰 ，主人便即刻会明白宾客的用意。敬酒 ：斟酒敬客 ，客人若是推让不喝酒 ，就会被认为是对 主人瞧不起 ，不愿以诚相待。宾客应随即接住酒 ， 接酒后用无名指蘸酒向天、地、自已额头方向点一下 ，以示敬奉天、地、父母。不 会喝酒也不要勉强 ，可沾唇示意 ， 表示接受了主人纯洁的情谊。尊老爱幼 ：蒙古人长幼有序 ，老爱幼。到蒙古包牧民家做客 ，见到老 人要问安。不老人面前通过 ，不坐其上位 ，未经允许不要与老人并排而坐。称呼老人要称“您”，不许以“你”相称或直呼其名 |