



浙江精诚国际旅游有限公司

★★★★★ 浙江省五星级品质旅行社 许可证：L-ZJ-CJ00082

温州市精诚国际旅行社有限公司

《浙江工贸疗休养计划》

疗休养负责人：舒淑君 18058877806

疗休养顾问：潘小娟 18058877807



旅游安全及注意事项

尊敬的教工朋友：

感谢您参加温州精诚国旅组织的疗养团。我公司已为您的疗养计划做了充分的安全准备，为了增强职工安全意识，普及疗养安全基本常识，使职工参加疗养活动的计划能圆满、愉快、顺利完成，安全工作仍需您的积极配合，请职工认真地阅读并切实遵守。

1、请务必带上身份证等有效证件、个人旅行用品，准时到达约定的集合地点，并提前与团队导游（或领队，下同）取得联系，如有变化应及时通知导游。

2、职工应服从导游的安排，记住集中的时间和地点，认清自己所乘坐的车型、车牌号及颜色，因跟团旅游，必须遵守集合时间，请勿迟到（因迟到无法跟团疗养的后果自负）；旅途中，职工如无故自行离团我们将无法保障您的安全问题，需要您自己负责。

3、乘坐汽车或自驾车都需要备好带好身份证、护照等有效证件原件，并检查是否过期，以备实名制乘坐交通查验与入住时登记使用，另外疫情期间需要佩戴口罩、备好健康码待查。

4、旅行出发前，本公司会给每位职工发一份《行程单》，其中有具体的行程安排、接待社名称、导游联系方式及酒店信息等。疗养活动中，有航空公司、汽车公司、酒店、餐饮等单位介入整个服务工作，难免在实际行程和安排上和《行程单》发生冲突，恳请职工对于行程安排的调整予以配合和理解。

温州市精诚国际旅行社有限公司



疗休养湖州、南浔、安吉五日活动

天数	游 览 行 程	用餐	住宿
第一天	<p>温州——南浔（车程约 5.5 小时）</p> <p>温州指定地点集合，车赴南浔；用午餐，游览有“全国特色景观旅游名镇”美名的【南浔古镇】（游览时间不少于 3 小时），古镇名胜古迹众多，与自然风光和谐统一，既充满着浓郁的历史文化底蕴和灵气，又洋溢着江南水乡诗画一般的神韵，而欧陆情调与江南古风的意外并处、相得益彰，使古镇魅力更加引人入胜。保护老镇区，开拓新镇区，内有闻名遐迩的江南园林——小莲庄，著名私家藏书楼——嘉业堂，明清水乡建筑——百间楼，江南第一巨宅——张石铭故居等等。结束后驱车赴湖州，入住酒店休息</p>	中晚	湖州
第二天	<p>湖州-安吉（车程约 1.5 小时，考虑到当天车程，中午不回酒店休息）</p> <p>上午 8:30 车赴安吉，游览【大唐贡茶院景区】（游览时间不少于 2 小时）《茶经》写就场所之一，中国历史上第一家皇家茶厂，洋溢着那一缕经久不散的茶 韵，千年茶都，回想那盛唐的往昔，登高而望，小小山谷中是那样的恬静。中午稍做休息，【太湖图影湿地】（休养时间不少于 2 小时）；图影生态湿地文化园由码头区、大地景观区及生态岛区三部分组成，以大荡漾、陈湾漾、周渡漾、鸭兰漾四大荡漾景观为主体，景区结合鱼塘、河道、芦苇丛、纵横阡陌的河网港汊以及 20 多个岛屿，天然形成了“野趣、清幽、闲逸”的意境，是集原生态展示、文化宣讲、旅游观光、休闲度假于一体的综合性文化旅游景区。</p>	早中晚	安吉
第三天	<p>安吉</p> <p>上午 8:30 车赴大型生态观光园——【中南百草园风景区】（游览时间约 2 小时）园内林深花奇、鹿奔雁翔，景色极其秀美，植被覆盖率达 95%，是天然的绿色大氧吧，是安吉生态的缩影，是国内外名人频繁来访之地。中午稍做休息，【安吉美丽乡村—鲁家村】（游览时间约 2 小时）2005 年，时任浙江省委书记的习近平同志到安吉考察时率先提出了“绿水青山就是金山银山”的科学论断。其中鲁家村的发展成为安吉典型。鲁家村是浙江北部安吉县的一个农业小村，2015 年，随着“阿鲁阿家”号小火车鸣笛起航串起了鲁家的十八家农场，这个位于浙江北部山区曾经的经济薄弱村，成为了开门就是花园，全村都是景区，农村、农民、农场三农共富的美丽乡村新样板。是安吉全面升级美丽乡村建设的一个缩影。中餐后回酒店休息。</p>	早中晚	安吉
第四天	<p>安吉</p> <p>上午 8:30 点左右赴浙江最大的瀑布群——【藏龙百瀑】（游览时间不少于 1.5 小时），有三折重叠，落差为 60 多米的“长龙飞瀑”，有彩虹横卧的“虹贯龙门”（人称小黄果树），更有神形兼备的“神龟听瀑”——真可谓瀑瀑相连，一步一景。中午稍做休息，【安吉竹子博览园】（游览时间不少于 2 小时）位于竹乡安吉，国家 AAAA 级旅游景区、全国科普教育基地、全国首个大熊猫落户的县级基地，是一家集竹海观光、竹文化主题体验及科普教育为一体的竹类大观园。轻舟赏竹翠，曲径闻竹香，凭窗听竹语，登高观竹浪，396 个竹子品种让你体验到“宁可食无肉，不可居无竹”的竹子意境；四只国宝让你感受大熊猫的迷人萌态；识竹品竹之余，或泛舟湖上，或品茗林间，或挑战自我，是深度体验的江南竹文化之旅第一站。用中餐，回酒店休息。</p>	早中晚	安吉
第五天	<p>安吉-温州（车程约 5.5 小时）</p> <p>9 点左右集合（携带全部行李），启车返程。</p>	早中	



包含项目	报价包含项目： 1、住宿：标准双床间 2、门票：景点第一大门票（如购买联票，部分景点不去，门票无法退票） 3、交通：旅游大巴（每天消毒 2 次） 4、导游：全程导游服务 5、用餐：含 4 早 9 正 6、保险：旅行社责任险、旅游意外险 7、矿泉水：人均 1 瓶/每天
不含	1、自由活动项目。
温馨提示	1) 此团队为独立成团 2) 门票为套票，购票后因客人原因，造成部分景点未能参观，旅行社不予退票。 3) 以上路途、游览时间为正常情况下所需时间，特殊情况另计。 4) 如因交通气候或其它原因造成行程无法按计划执行的。在确保景点及标准不下降的情况下，接待社有权对行程进行调整！ 5) 团队运作期间，因政治、天气、航班调整等人力不可抗拒的因素造成行程滞留或延误所产生的费用由客人自理。 6) 如遇不可抗拒因素导致的景点不能游览，只负责退还本社的优惠门票差价（赠送景点不退），不承担连带责任。

此团按照 30 人核算报价，湖州住宿为湖州国际大酒店双标间或同级、安吉住宿为开元曼居双标房或同级，餐标 50/餐，含 100 万/人旅游意外，旅游大巴（2 年内车况）：7-8 月份报价：成人 1998 元/位。

出行时间：

7 月 13 日-7 月 17 日
7 月 20 日-7 月 24 日



疗休养余姚四明湖、杭州湾湿地五日活动

天数	游 览 行 程	用餐	住宿
第一天	温州——余姚 （车程约 4.5 小时） 温州指定地点集合，车赴余姚；用午餐，入住酒店（酒店 14 点开始办理入住），稍作休息；下午 15 点左右游览下午游览市区【 王阳明故居-瑞云楼 】了解习主席提倡的知行合一思想	中晚	余姚
第二天	四明湖+四明山 （考虑到当天的车程，中午不回酒店） 上午 9 点左右前往余姚【 四明湖 】（约 1 小时），四明湖于四明山北部余姚梁弄镇，距余姚市 10 余公里，景色秀丽，碧波荡漾，湖水湖山交相辉映，湖面面积近 20 平方公里。四明湖汇集溪流，泉水，瀑布，容积约 1.2 亿立方米，灌溉着余姚西北 30 万亩良田，湖中渔业资源十分丰富，吸引了大批飞禽。湖中有八字桥、野猫湾、丁山等 5 座小岛，形成 5 个湖心岛，好似镶嵌在明镜中的翡翠，更增添了四明湖的魅力，后前往四明山【 丹山赤水景区 】（游览约 2 小时）丹山赤水风景区位于浙江历史文化名城，有“文献名邦”之称的余姚市境内。连绵叠翠 800 里的四明山和流淌着 7000 年华夏文明的姚江在这里交融，孕育出一处令人迷醉的人间仙境、世外桃源。地处四明山腹地，是“国家 4A 级旅游区”、“中国较佳山村旅游胜地”。	早中晚	余姚
第三天	杭州湾湿地公园+鸣鹤古镇 上午 9 点左右前往慈溪【 杭州湾湿地公园 】（约 1.5 小时）杭州湾湿地是中国八大咸水湿地之一，位于杭州湾跨海大桥附近，地理位置显要。宁波刚好处在东亚--澳大利亚的候鸟迁徙路线的中端，杭州湾湿地既包括广阔的滩涂，也包括大片的芦苇荡与荒草地，以良好的环境、丰富的食物，每年吸引了大量候鸟的光临，成为鸟类迁徙必经的中转站；同时，还有不少珍稀鸟类来这里繁殖、越冬，也有的是留鸟。后前往【 鸣鹤古镇 】（约 40 分钟）位于宁波市慈溪市观海卫镇南部，鸣鹤是一个千年古镇，物华天宝、人杰地灵，是慈溪市目前唯一的省级历史文化名镇。古镇依山成街、因河成镇、镇边有寺，渔耕人家枕河而居。鸣鹤其名字的由来是与唐初时当地虞氏望族有关。后返回余姚入住酒店。	早中晚	余姚
第四天	裘岙狮子山+鹿亭中村 上午 9 点左右赴裘岙玻璃道，漫步【 裘岙狮子山的玻璃栈道 】和玻璃平台，经过该村近年来的建设，以特有的优势，逐渐显露出它的险、峻、奇、秀，加之整个景区在翠绿的毛竹包围之中，空气十分的清晰，后车赴【 鹿亭中村 】，中村 2013 年入围“第一批中国传统村落”，一个离宁波不远的千年古村，小、桥流水有人家，藏在深山人不知，走进中村，迎面是层层叠叠的苍翠青山，一条清澈见底的溪从村中穿过，有水有桥，有动有静，美丽的白云桥跨越溪上，用中餐，回酒店休息。	早中晚	余姚
第五天	余姚-温州 （车程约 4.5 小时） 9 点左右集合（携带全部行李），启车返程。	早中	
包含项目	报价包含项目： 1、住宿：标准双床间 4、门票：景点第一大门票（如购买联票，部分景点不去，门票无法退票） 5、交通：旅游大巴（每天消毒 2 次） 4、导游：全程导游服务 5、用餐：含 4 早 9 正 6、保险：旅行社责任险、旅游意外险 7、矿泉水：人均 1 瓶/每天		
不含	1、自由活动项目。		



浙江精诚国际旅游有限公司

★★★★★ 浙江省五星级品质旅行社 许可证：L-ZJ-CJ00082

温馨提示

- 3) 此团队为独立成团
- 4) 门票为套票，购票后因客人原因，造成部分景点未能参观，旅行社不予退票。
- 3) 以上路途、游览时间为正常情况下所需时间，特殊情况另计。
- 4) 如因交通气候或其它原因造成行程无法按计划执行的。在确保景点及标准不下降的情况下，接待社有权对行程进行调整！
- 5) 团队运作期间，因政治、天气、航班调整等人力不可抗拒的因素造成行程滞留或延误所产生的费用由客人自理。
- 6) 如遇不可抗拒因素导致的景点不能游览，只负责退还本社的优惠门票差价（赠送景点不退），不承担连带责任。

此团按照 30 人核算报价，余姚住宿为辰茂玉兰酒店双标间或同级，餐标中餐 50/餐，晚餐 60/餐，含 100 万/人旅游意外，旅游大巴（2 年内车况）：7-8 月份报价：成人 1998 元/位。

出行时间：

7 月 13 日-7 月 17 日

7 月 27 日-7 月 31 日



疗休养雁荡山、洞头五日活动

(唯一款附亲子拓展活动并洞头2晚九珑湖住宿一人一间房)

天数	游 览 行 程	用餐	住宿
第一天	<p>温州——雁荡山 (车程约2小时)</p> <p>温州指定地点集合，车赴雁荡山；用午餐，稍作休息；入住酒店 (酒店14点办理开始入住)</p> <p>下午15点左右前往“寰中绝胜，海上名山”史称“东南第一山”的世界地质公园——雁荡山。游览【灵岩景区】(游览时间约1.5小时) 位于雁荡中心，峰峦雄壮浑庞，绝壁回环，古洞诡异，鬼工雕凿，形态万变。“雁荡冠天下，灵岩尤绝奇”，灵岩被誉为雁荡山之“明庭”。天柱之雄伟，展旗之阔大，天窗之幽异，龙鼻之奇幻，卓笔之秀锐，独秀之孤拔，玉女之绰妖。双鸳之翔舞，无不令人叫绝。在游历了南天门内的风景之后，可以观赏一下悬崖【飞渡表演】。表演舞台是在天柱峰和展旗峰的峰顶拉上一条钢索，高达200米，宽亦200多米，可谓世界罕见。步行【3D玻璃栈道】脚下如万丈深渊，青山翠谷历历在目，仿佛凌空漫步！升级后的玻璃栈道配备p4高清户外互动显示屏，以人屏互动为根基，加上3D震撼视频源，让你身临其境，屏里的画面，随你而动，玻璃破碎画面，更是给你不一样的体验。抵达【卧龙谷】登顶高处欣赏雁荡山绝美风光，央视版神雕侠侣小龙女纵身一跃【断肠崖】拍照留念。</p>	中晚	雁荡山
第二天	<p>方洞+灵峰夜景</p> <p>上午9点左右前往【方洞】(游览时间约1小时) 位于灵岩景区西面，洞口有百余米的方洞栈道，此栈道又称“银崖天廊”，沿天然岩石开凿的栈道中有方洞，故名方洞栈道。栈道中依次有关刀洞，云天桥，倒挂金钟，梅花洞，聚仙阁等景观。方洞尤为壮美的有座悬于空中的桥，多数游客望而怯步，但也是难得的一次体验。如果是雨天前往，可以看到烟雨朦胧的奇景，堪称一绝游览。</p> <p>用中餐，回酒店休息。</p> <p>晚餐后前往【灵峰夜景】(游览时间约40分钟) 灵峰夜景是雁荡山的四绝之首。在夜晚月光和夜色的映衬下，犹如涂上了神秘而温馨的色彩，构成了一幅幅线条鲜明的泼墨画，勾画出一张张美丽的剪影使灵峰夜景更具有形象美、意境美。在过去，灵峰景区的夜景，被人们反复地比拟和想象，渐渐变得丰富而美丽。再加以今天人们思想观念的变化，给予新的创造和发挥，灵峰夜景更加神秘而神奇了。</p>	早中晚	雁荡山
第三天	<p>雁荡山-洞头 (车程约2.5小时)，</p> <p>上午8:30启车 (携带全部行李)，前往洞头，游览【油画村】(游览时间大约30分钟)，海水湛蓝，蓝天如洗，夏天的海边宁静安详，一幢幢五颜六色的房子坐落在海边，多彩油漆粉刷的外墙让热情、愉悦、清新，各种情感交织在一起，在童话般的油画涂鸦点缀下，原本宁静悠闲的村落增添亮丽的风景，同时也让村子多了几分趣味。</p>	早中晚	洞头
第四天	<p>仙叠岩+海滨浴场</p> <p>上午自由活动，下午15点左右游览【仙叠岩景区】(游览时间大约120分钟) 仙叠岩海滩、礁石、巨岩浑然成一体。硕大的天然块石堆叠成山，有仙人石、观音朝拜、十二生肖、仙女背金童等奇石，屹立海中。传说巨石为神仙所叠，故名。从滩向上攀登，至湖上平台，临海观潮，潮水涌来，平台似在摇动。泛舟海面，可见十八钓鱼台、蛤蟆欲仙等景观。仙叠岩下鼓浪洞，系一条狭长深邃海沟，大浪冲刷，波涛上涌，声如巨雷。仙叠岩景观富有层次，有“海上盆景园”之美誉。远眺半屏山，沿着仙叠岩栈道，聆听海浪拍打岩石的波涛汹涌，到大沙岙【海滨浴场】：漫步沙滩戏水玩耍，感受阳光、沙滩、海水，游览【炮台山】(含南炮台景交)：是国防教育基地，海防前哨，有哨口、铁索桥、戚继光雕像、高射炮、机关枪等诸多军事设施。</p>	早中晚	洞头



浙江精诚国际旅游有限公司

★★★★★ 浙江省五星级品质旅行社 许可证：L-ZJ-CJ00082

第五天	洞头-温州（车程约 1.5 小时） 上午自由活动，11 点左右集合（携带全部行李），用中餐，适时启车返程。	早 中	
包含项目	报价包含项目： 1、住宿：标准双床间 6、门票：景点第一大门票（如购买联票，部分景点不去，门票无法退票） 7、交通：旅游大巴（每天消毒 2 次） 4、导游：全程导游服务 5、用餐：含 4 早 9 正 6、保险：旅行社责任险、旅游意外险 7、矿泉水：人均 1 瓶/每天		
不含	1、自由活动项目。		
温馨提示	5) 此团队为独立成团 6) 门票为套票，购票后因客人原因，造成部分景点未能参观，旅行社不予退票。 3) 以上路途、游览时间为正常情况下所需时间，特殊情况另计。 4) 如因交通气候或其它原因造成行程无法按计划执行的。在确保景点及标准不下降的情况下，接待社有权对行程进行调整！ 5) 团队运作期间，因政治、天气、航班调整等人力不可抗拒的因素造成行程滞留或延误所产生的费用由客人自理。 6) 如遇不可抗拒因素导致的景点不能游览，只负责退还本社的优惠门票差价（赠送景点不退），不承担连带责任。		

此团按照 30 人核算报价，餐标中餐 50/餐，晚餐 60/餐，含 100 万/人旅游意外，旅游大巴（2 年内车况）。

7-8 月份报价：成人 2750 元/位。

落实酒店为：雁荡山芙蓉宾馆豪华房、洞头为九珑湖度假村（如有独栋别墅需 2 人一间房）

出行时间：

7 月 13 日-7 月 17 日

落实酒店为：雁荡山山庄、洞头为开元度假村

出行时间及房间数（先报先得，旅行社以实际收到名单为准）：

8 月 9 日-8 月 13 日 15 间



疗休养洞头、楠溪江五日活动

天数	游 览 行 程	用餐	住宿
第一天	<p>温州——洞头（车程约 1.5 小时）</p> <p>温州指定地点集合，车赴洞头；先用午餐，稍作休息，入住酒店（酒店 14 点开始办理入住）</p> <p>下午 14 点左右游览【油画村】（游览时间大约 30 分钟），海水湛蓝，蓝天如洗，夏天的海边宁静安详，一幢幢五颜六色的房子坐落在海边，多彩油漆粉刷的外墙让热情、愉悦、清新，各种情感交织在一起，在童话般的油画涂鸦点缀下，原本宁静悠闲的村落增添亮丽的风景，同时也让村子多了几分趣味。</p>	中晚	洞头
第二天	<p>仙叠岩+海滨浴场+炮台山（由于是联票景点，早上打卡，下午休息）</p> <p>上午自由活动，下午 15 点左右游览【仙叠岩景区】（游览时间大约 120 分钟）仙叠岩海滩、礁石、巨岩浑然成一体。硕大的天然块石堆叠成山，有仙人石、观音朝拜、十二生肖、仙女背金童等奇石，屹立海中。传说巨石为神仙所叠，故名。从滩向上攀登，至湖上平台，临海观潮，潮水涌来，平台似在摇动。泛舟海面，可见十八钓鱼台、蛤蟆欲仙等景观。仙叠岩下鼓浪洞，系一条狭长深邃海沟，大浪冲刷，波涛上涌，声如巨雷。仙叠岩景观富有层次，有“海上盆景园”之美誉。远眺半屏山，沿着仙叠岩栈道，聆听海浪拍打岩石的波涛汹涌，到大沙岙【海滨浴场】：漫步沙滩戏水玩耍，感受阳光、沙滩、海水，游览【炮台山】（含南炮台景交）：是国防教育基地，海防前哨，有哨口、铁索桥、戚继光雕像、高射炮、机关枪等诸多军事设施。</p>	早中晚	洞头
第三天	<p>雁荡山-楠溪江（车程约 1 小时），石桅岩景区+岭上人家</p> <p>上午 8:30 启车（携带全部行李），前往国家 AAAA 风景名胜区——楠溪江风景区（车程大约 1 小时），游览【石桅岩景区】（游览时间约 90 分钟）楠溪江最核心的景区，俯看石桅岩，它是一处原始风貌，保留相当完整的自然峡谷，谷底溪水淙淙，深潭幽幽，两岸岩峰耸立，陡峭险峻。主要景群有：小三峡、石桅岩、下畲水库游乐区等处，长约八公里的小三峡集峭壁危岩、奇峰险峻、急流深潭、沙滩草地于一体，景色清幽迷人。石桅岩在溪谷中拔地而起，其造型独特，姿态雄奇。前往“中国山地民居典范”【岭上人家】，品尝外脆里嫩、油而不腻的【烤全羊】特色农家菜肴，当地烤全羊以本地山羊为原料，采用独特配方炭烤而成，可谓色香味俱全。岭上人家背山面溪，四周山色青翠欲滴，空气清新，有“天然氧吧”之称，自然环境得天独厚。走在村口 30 多米长的铁索桥上，游客仿佛进入了青山绿水的怀抱。</p>	早中晚	楠溪江
第四天	<p>崖下库（登山出汗排毒）</p> <p>上午 9 点左右游览【奇峰绝壁--崖下库景区】（游览时间大约 120 分钟）景区所处山谷之中，一涧长 1 公里，空 30 余米，两侧陡壁高 300 余米，仅露一线蓝天。游人至此，恍若置身于摩天大厦的胡同中，入崖下库，迎面峭壁千仞，立感裹足难前，仰观其上，右侧高约七、八十米的悬崖上一条白练，仅露寸段。幸陡壁上凿出高约 20 米的石级，勇者可扶栏攀登，直上山崖左侧一缺口。再趋前四、五步，陡见一巨瀑（含羞瀑）从前方扑面而来，瀑风裹雨，寒气逼人，下有一潭，宽约 100 平方米，潭底遍铺卵石，四周全是陡峭石壁，人立此处，如坠深井。崖下库，深谷长峡，重崖叠嶂，险恶雄奇，清幽隽秀。</p>	早中晚	楠溪江
第五天	<p>楠溪江-温州（车程约 5 小时）</p> <p>9 点左右集合（携带全部行李），游览千年古村【丽水古街】（游览时间约 1 小时）有句话是“不游岩头丽水街，就不算来过楠溪江”。经过提升改造的丽水街，成了网红打卡地。整个长廊全长 300 多米，入住了日式料理、台湾伴手、奶茶、民宿等各种店铺，非常的文艺，古街南端有乘风亭、接官亭，三百米长廊、丽水桥、丽水湖。游玩【竹筏漂流】（大约 40 分钟）游楠溪江，小小竹筏水上漂，两岸青山水中影，世外桃源般的仙境，江水急流而不凶险，潭水平静而不阻滞，是您游山玩水的最佳选择。适时启车返程。</p>	早中	



浙江精诚国际旅游有限公司

★★★★★ 浙江省五星级品质旅行社 许可证：L-ZJ-CJ00082

包含项目	报价包含项目： 1、住宿：标准双床间 8、门票：景点第一大门票（如购买联票，部分景点不去，门票无法退票） 9、交通：旅游大巴（每天消毒 2 次） 4、导游：全程导游服务 5、用餐：含 4 早 9 正 6、保险：旅行社责任险、旅游意外险 7、矿泉水：人均 1 瓶/每天
不含	1、自由活动项目。
温馨提示	7) 此团队为独立成团 8) 门票为套票，购票后因客人原因，造成部分景点未能参观，旅行社不予退票。 3) 以上路途、游览时间为正常情况下所需时间，特殊情况另计。 4) 如因交通气候或其它原因造成行程无法按计划执行的。在确保景点及标准不下降的情况下，接待社有权对行程进行调整！ 5) 团队运作期间，因政治、天气、航班调整等人力不可抗拒的因素造成行程滞留或延误所产生的费用由客人自理。 6) 如遇不可抗拒因素导致的景点不能游览，只负责退还本社的优惠门票差价（赠送景点不退），不承担连带责任。

此团按照 30 人核算报价，餐标中餐 50/餐，晚餐 60/餐，岭上人家烤全羊 1 只/桌，含 100 万/人旅游意外，旅游大巴（2 年内车况）。

7-8 月份报价：成人 2750 元/位 。

落实酒店为：洞头为九珑湖度假村（如有独栋别墅需 2 人一间房）、楠溪江为民宿（民宿有君兰系列、楠溪若舍，民宿房型可能不统一，以当天拿房为准）

出行时间：

7 月 13 日-7 月 17 日
7 月 20 日-7 月 24 日



疗休养楠溪江、雁荡山五日活动

天数	游 览 行 程	用餐	住宿
第一天	<p>温州——楠溪江（车程约 1.5 小时）</p> <p>温州指定地点集合，车赴楠溪江；用午餐，稍作休息；</p> <p>前往国家 AAAA 风景名胜区——楠溪江风景区，游览【石桅岩景区】（游览时间约 90 分钟）楠溪江最核心的景区，俯看石桅岩，它是一处原始风貌，保留相当完整的自然峡谷，谷底溪水淙淙，深潭幽幽，两岸岩峰耸立，陡峭险峻。主要景群有：小三峡、石桅岩、下磨水库游乐区等处，长约八公里的小三峡集峭壁危岩、奇峰险陔、急流深潭、沙滩草地於一体，景色清幽迷人。石桅岩在溪谷中拔地而起，其造型独特，姿态雄奇。前往“中国山地民居典范”【岭上人家】，品尝外脆里嫩、油而不腻的【烤全羊】特色农家菜肴，当地烤全羊以本地山羊为原料，采用独特配方炭烤而成，可谓色香味俱全。岭上人家背山面溪，四周山色青翠欲滴，空气清新，有“天然氧吧”之称，自然环境得天独厚。走在村口 30 多米长的铁索桥上，游客仿佛进入了青山绿水的怀抱。游玩【竹筏漂流】（大约 40 分钟）游楠溪江，小小竹筏水上游，两岸青山水中影，世外桃源般的仙境，江水急流而不凶险，潭水平静而不阻滞，是您游山玩水的最佳选择。入住酒店！</p>	中晚	楠溪江
第二天	<p>崖下库（登山出汗排毒）</p> <p>上午 9 点左右游览【奇峰绝壁--崖下库景区】（游览时间大约 120 分钟）景区所处山谷之中，一涧长 1 公里，空 30 余米，两侧陡壁高 300 余米，仅露一线蓝天。游人至此，恍若置身于摩天大厦的胡同中，入崖下库，迎面峭壁千仞，立感裹足难前，仰观其上，右侧高约七、八十米的悬崖上一条白练，仅露寸段。幸陡壁上凿出高约 20 米的石级，勇者可扶栏攀登，直上山崖左侧一缺口。再趋前四、五步，陡见一巨瀑（含羞瀑）从前方扑面而来，瀑风裹雨，寒气逼人，下有一潭，宽约 100 平方米，潭底遍铺卵石，四周全是陡峭石壁，人立此处，如坠深井。崖下库，深谷长峡，重崖叠嶂，险恶雄奇，清幽隽秀。</p>	早中晚	楠溪江
第三天	<p>丽水古街，楠溪江-雁荡山（车程约 1 小时）</p> <p>上午 9 点启车（携带全部行李），游览千年古村【丽水古街】（游览时间约 1 小时）有句话是“不游岩头丽水街，就不算来过楠溪江”。经过提升改造的丽水街，成了网红打卡地。整个长廊全长 300 多米，入住了日式料理、台湾伴手、奶茶、民宿等各种店铺，非常的文艺，古街南端有乘风亭、接官亭，三百米长廊、丽水桥、丽水湖。后前往雁荡山。</p> <p>用中餐，稍作休息。</p> <p>15 点左右前往【方洞】（游览时间约 1 小时）位于灵岩景区西面，洞口有百余米的方洞栈道，此栈道又称“银崖天廊”，沿天然岩石开凿的栈道中有方洞，故名方洞栈道。栈道中依次有关刀洞，云天桥，倒挂金钟，梅花洞，聚仙阁等景观。方洞尤为壮美的有座悬于空中的桥，多数游客望而怯步，但也是难得的一次体验。如果是雨天前往，可以看到烟雨朦胧的奇景，堪称一绝游览。</p>	早中晚	雁荡山
第四天	<p>灵岩+灵峰夜景</p> <p>上午自由的活动，下午 15 点左右前往“寰中绝胜，海上名山”史称“东南第一山”的世界地质公园——雁荡山。游览【灵岩景区】（游览时间约 1.5 小时）位于雁荡中心，峰峦雄壮浑庞，绝壁回环，古洞诡异，鬼工雕镂，形态万变。“雁荡冠天下，灵岩尤绝奇”，灵岩被誉为雁荡山之“明庭”。天柱之雄伟，展旗之阔大，天窗之幽异，龙鼻之奇幻，卓笔之秀锐，独秀之孤拔，玉女之绰妖。双鸳之翔舞，无不令人叫绝。在游历了南天门内的风景之后，可以观赏一下悬崖【飞渡表演】。表演舞台是在天柱峰和展旗峰的峰顶拉上一条钢索，高达 200 米，宽亦 200 多米，可谓世界罕见。步行【3D 玻璃栈道】脚下如万丈深渊，青山翠谷历历在目，仿佛凌空漫步！升级后的玻璃栈道配备 p4 高清户外互动显示屏，以人屏互动为根基，加上 3D 震撼视频源，让你身临其境，屏里的画面，随你而动，玻璃破碎画面，更是给你不一样的体验。抵达【卧龙谷】登顶高处欣赏雁荡山绝美风光，央视版神雕侠侣小龙女纵身一跃【断肠崖】拍照留念。</p> <p>晚餐后前往【灵峰夜景】（游览时间约 40 分钟）灵峰夜景是雁荡山的四绝之首。在夜晚月光和夜色的映衬下，犹如涂上了神秘而温馨的色彩，构成了一幅幅线条鲜明的泼墨画，勾画</p>	早中晚	雁荡山



浙江精诚国际旅游有限公司

★★★★★ 浙江省五星级品质旅行社 许可证：L-ZJ-CJ00082

	出一张张美丽的剪影使灵峰夜景更具有形象美、意境美。在过去，灵峰景区的夜景，被人们反复地比拟和想象，渐渐变得丰富而美丽。再加以今天人们思想观念的变化，给予新的创造和发挥，灵峰夜景更加神秘而神奇了。		
第五天	雁荡山-温州（车程约2小时） 自然醒，适时启车返程。	早 中	
包含项目	报价包含项目： 1、住宿：标准双床间 10、门票：景点第一大门票（如购买联票，部分景点不去，门票无法退票） 11、交通：旅游大巴（每天消毒2次） 4、导游：全程导游服务 5、用餐：含4早9正 6、保险：旅行社责任险、旅游意外险 7、矿泉水：人均1瓶/每天		
不含	1、自由活动项目。		
温馨提示	9) 此团队为独立成团 10) 门票为套票，购票后因客人原因，造成部分景点未能参观，旅行社不予退票。 3) 以上路途、游览时间为正常情况下所需时间，特殊情况另计。 4) 如因交通气候或其它原因造成行程无法按计划执行的。在确保景点及标准不下降的情况下，接待社有权对行程进行调整！ 5) 团队运作期间，因政治、天气、航班调整等人力不可抗拒的因素造成行程滞留或延误所产生的费用由客人自理。 6) 如遇不可抗拒因素导致的景点不能游览，只负责退还本社的优惠门票差价（赠送景点不退），不承担连带责任。		

此团按照30人核算报价，餐标中餐60/餐，晚餐80/餐，岭上人家烤全羊1只/桌，含100万/人旅游意外，旅游大巴（2年内车况）。

7-8月份报价：成人 2750 元/位 。

落实住宿：楠溪江为红军教育基地酒店或民宿（民宿有君兰系列、楠溪若舍，民宿房型可能不统一，以当天拿房为准）
、雁荡山位雁荡山庄或芙蓉宾馆

出行时间：

7月13日-7月17日
7月27日-7月31日