**2025【22°森呼吸伊春】双卧 7 日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SK17540401862i | **出发地** | 北京市 | **目的地** | 哈尔滨市 |
| **行程天数** | 7 | **去程交通** | 火车 | **返程交通** | 火车 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 高端品质：纯玩 0 购物 O 自费舒适住宿：3 钻舒适住宿+大庆林甸温泉+伊春山庄东北美食：铁锅炖，农家菜，山野养生，矿泉豆腐，东北锅包肉小众环线：一车一导，森林 SPA，悦舞鹤，探秘火山康养圣泉，探石林，冷泉养生，木雕艺术，林深鹿嬉 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **DAY 1 北京-哈尔滨（火车硬卧） 用餐：自理 住宿：火车**欢迎您参加此次旅行，请提前 90 分钟前往火车站，乘坐火车前往【哈尔滨】火车上无陪同自由活动。【参考车次】K349 次（15:02-06:29）；K383 次（15:09-06:12）；T17 次（ 16:45-05:26）或其他车次 ，具体车次以出票为准。【温馨提示】1.地接司机或导游大约在 21 点左右电话或发短信联系您，通知第二天集合地点，注意查收短信/接听电话。2.出行前请再次确认携带有效身份证原件，上下火车请注意安全携带好贵重物品。交通：火车到达城市：， |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 夜宿火车上 |
| **D2** |
| **行程详情** | **DAY 2 哈尔滨-伊春-汤旺河/伊春 用餐：-中晚 住宿：汤旺河/伊春**抵达哈尔滨，集合乘车出发前往森林氧吧伊春【金山鹿苑】走入北纬 47°的绿镜，驯鹿的瞳仁里盛着整片兴安岭，树冠筛下碎金般的光斑，苔藓在桦树皮上写满古老情诗，当生灵踏过蜿蜒的溪涧，森林便有了心跳的韵律，正午阳光被溪水揉成金箔，母鹿带幼崽踏入浅滩，水花凝成水晶冠冕，我们跪坐溪石测量古老水温，掌心浮现鄂温克族迁徙的地图。暮色漫过山脊时，鹿角挑着橘粉色的晚霞，蒲公英种子乘着鹿背远行，松塔坠落的声音惊起草浪，我们与林间隐士交换秘密，在苔痕斑驳的木桩上，拾取被时间遗忘的童话。【木雕园】伊春市中心腹地，碧水雕琢时光，木香浸染街巷，繁华与静谧一径之隔，车流在玻璃幕墙上流淌成河，而这里，时间被苔藓黏住了齿轮。巨木横截面雕成露天剧场，年轮是天然座位席，裂纹里长出蕨类与地衣，上演着消亡与新生的默剧。捧一杯咖啡穿过花廊，我们都是城市的逃逸者——用十分钟绿意，赎回半日天真。【上甘岭溪水国家森林公园】林都待客不用酒，捧出绿色就醉人。在这里游玩，能远离城市的拥挤，呼吸清新的空气，欣赏大自然美丽的风光，领略独具匠心的园林艺术和民俗文化。2016 年习近平总书记考察黑龙江首站来到伊春，提出了“绿水青山就是金山银山，冰天雪地也是金山银山”等一系列重要指示，描绘了“伊春、伊春，柳暗花明又一‘春’的光明前景。【赠送森森下午茶】当松鼠偷瞄你的蓝莓蛋糕时，你会明白：伊春的森林下午茶，从来不只是人类的特权。阳光透过枝叶的缝隙，洒下一地碎金，一场独一无二的森林下午茶正悄然展开。吃一口香脆坚果，让饱满的油脂在舌尖绽放；咬一块清甜水果，汁水四溢于唇齿之间。游览后入住酒店自由活动。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：指定地点 晚餐：指定地点  |
| **住宿** | 汤旺河/伊春 |
| **D3** |
| **行程详情** | **DAY 3 汤旺河/伊春--五大连池 用餐：早中- 住宿：五大连池**早餐后，乘车前往【汤旺河林海石林景区】景区植被繁茂，山色葱翠，溪流潺潺，奇石怪异，自然景观独特且迷人。空气负氧离子高达每立方厘米 5 万个，天然大氧吧。夏季平均温度在 20 度左右，是绝佳避暑的世外桃源。斗金石景区的主体标志石，其状如米斗，故得名。上面铭刻着原黑龙江省省长、省书法家协会主席陈雷亲笔题写的“小兴安岭石林”六个字，一线天两石峰分别高 26.13 米和 17.97 米，相距约 35~45 厘米，形成一条直上直下的缝隙，只能容一人通过，让人感叹大自然的神奇造化，长吻石两石峰仅上部有一小块石相连，形如久别相逢的恋人，亿万年的执着，相拥相吻至今，故此得名，罗汉龟一座被称为“罗汉龟”的石峰，当地人常说“天造地设罗汉龟，增寿延年做轮回，攀上龟顶坐龙背，鳌游九天揽胜回”。【五大连池风景区】一个充满神秘与魅力的地方，就像大地母亲打开的一本地质教科书。 这里的火山地质景观简直绝了。火山口犹如大地的深邃眼眸，默默诉说着远古的故事游览后入住酒店自由活动。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：酒店占床含早 午餐：指定地点 晚餐：X  |
| **住宿** | 五大连池 |
| **D4** |
| **行程详情** | **DAY 4 五大连池--齐齐哈尔 用餐：早中- 住宿：齐齐哈尔**早餐后，乘车前往【五大连池三池】又名白龙湖，是五池中面积最大、最深的湖。开阔的水面倒映波平如镜，在蓝天白云映照下景色十分优美。因为池的底部是熔岩和砂底各占一半组成，所以湖水棕色带着黄绿，里面生长着各种鱼类。【火山地质博物馆】（周一闭馆，不去无替换无退费）地处小兴安岭山地向松嫩平原的过渡地带，境内有14 座火山和 5 个主要火山堰塞湖，有“天然火山博物馆”和“打开的火山教科书”等美誉。【北饮泉冷矿泉】北饮泉是有名的带气矿泉水，还有大片火山喷发遗迹“石龙平台”，以及二龙泉泉水汇聚而成的湖。泉水是必须喝的，建议可以打上一小瓶带出去喝，但是只能保留两三小时。事先要有心理准备，水有点铁锈味道。【药泉山】火山海拔 355.8 米，高出地面 60.8 米，远看像某个土山。五大连池 14 座火山中最小的，也是海拔最低的一座。因山下有多处能治疗疾病的药泉而得名。山上有钟灵禅寺和观音像。二龙泉眼。位于喷发在 60 万年前的古火山药泉山脚下，从药泉山汇聚而成的矿泉水，从两只巨大的龙头张开的大嘴里喷涌而出。它还有很高的医疗价值，所以又叫洗眼泉。【齐齐哈尔】走进齐齐哈尔，就像翻开一部厚重的史书，从昂昂溪文化的古老遗迹，到抵御外敌的英勇传奇，先辈的热血，铸就了城市的脊梁 ，让人深深眷恋。【和平广场】在齐齐哈尔的心脏地带，和平广场如一颗璀璨的明珠，静静镶嵌在城市的画卷之中。它是历史的见证者，承载着岁月的厚重，亦是文化的传承者，散发着艺术的魅力。游览后入住酒店自由活动。【温馨提示】1.五大连池东北边陲小城的住宿环境或略显质朴简陋，不能和大城市比较，提前做好心里准备。2.因五大连池参与评定世界级地质公园，如遇当地政策原因或特殊情况五大连池景区关闭，行程内景区无法游览，则改为游览其他开放景点，如产生门票根据实际价格自理。3.五大连池水质矿物质含量较多，水较硬，建议喝一些矿泉水，不建议喝五大连池景区内天然矿泉水。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：酒店占床含早 午餐：指定地点 晚餐：X  |
| **住宿** | 齐齐哈尔 |
| **D5** |
| **行程详情** | **DAY 5 齐齐哈尔--大庆 用餐：早中晚 住宿：大庆**早餐后，乘车前往【齐齐哈尔扎龙湿地】邂逅北纬 47°的浪漫，星罗棋布的湖泊平静而清澈，弯曲的河道连通大小湖泊，像九曲回肠的亮线串起一颗颗明珠。大片的芦苇荡，展现出风的形状。宁静清澈的蓝色水湾，映衬着蓝天竟有点赛里木湖的色彩。丹顶鹤的优雅和高贵代表着长寿、健康、忠诚大自然总是能给人豁达的能量，这是一场跨越时空的艺术旅程。以天为幕布、地为舞台，丹顶鹤在水里踏波而行，是从容坚定优雅，飞上青天～当你真的身临其境时，说不出那种被震撼的感觉。那一瞬间，心里莫名涌出一阵阵的悸动。“也许人生最重要的不是位于何处 而是行有所向”。【大庆林甸温泉】林甸拥有丰富的地热资源，飞泷温泉的泉水来自地下 1400 多米，是真温泉，水质清澈，含有多种对人体有益的矿物质和微量元素，如锶、溴、碘、偏硅酸、氟等，具有较高的医疗保健价值。【独家升级温泉酒店】尘世纷扰皆抛却，温泉暖身心，静享这份安宁有 20 多个室内温泉池和 20 多个露天温泉池，还有儿童乐堡游泳池区、彩虹滑梯、萌宠乐园、垂钓区等，还打造了网红露营打卡地，有篝火烧烤、围炉煮茶等休闲活动。游览后入住酒店自由活动。【温馨提示】温泉为男女混浴，请自备泳衣，温泉为酒店占床赠送项目，不去不退费不可转让。交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：酒店占床含早 午餐：指定地点 晚餐：指定地点  |
| **住宿** | 大庆 |
| **D6** |
| **行程详情** | **DAY 6 大庆--哈尔滨--北京（火车硬卧） 用餐：早中- 住宿：火车上**早餐后，乘车前往【圣索菲亚教堂广场】鸽子掠过洋葱顶的弧线，绿漆穹顶托起北纬 45°的月光，砖红色褶皱里，藏着 1907 年的风，马赛克拼贴的黄昏在彩窗上流淌。钟楼时针切割着松花江的雾，管风琴声漫过十二层青砖，穿裘皮的贵妇与穿羽绒服的旅人，在铸铁街灯下交换了影子。【俄罗斯巧克力制作工坊】空气弥漫着巧克力的味道，映入眼帘的就是巧克力瀑布，在这里你不仅可以品尝到纯正的俄式巧克力，还可以看到巧克力制作流程、全部采用真材实料、纯手工制作。【中央大街】中央大街，宛如一首被时光封存的诗，安卧在哈尔滨的温柔怀抱里。精美的雕花、高耸的穹顶，文艺复兴的优雅与巴洛克的繁复在此交织成一曲华丽的交响。阳光透过树叶的缝隙，洒落在斑驳的方石路上，光影交错，宛如一幅流动的画卷，将历史与现实巧妙地融合在一起。欧陆风情的建筑，恰似岁月悠扬的琴弦，轻轻拨动着百年历史的回声。行走其间，每一步都是对往昔岁月的追忆，每一次触摸都是与文化的深情对话。【防洪纪念塔】在松花江畔，感豪情壮举，赞英雄城市，它是哈尔滨开埠以来最年轻的保护建筑，建立在美丽的松花江畔，记录了人民抗洪护城的英雄时刻！【斯大林公园】中国最长的带状开放式公园，电影和电视剧的镜头相继在这儿拍过，可见斯大林公园风景是多么吸引人。哈尔滨根据火车车次时间送站，自行办理乘车手续乘坐火车返回北京，火车上无陪同自由活动。【参考车次】K340 次（18:00-09:41）；K384 次（20:18-13:58）；Z18（21:21-07:49）；T18（22:06-09:49）；T298（22:13-11:10）；T48 次（21:59-09:41）；K350 次（23:10-14:04）或其他车次，具体车次以出票为准；交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：酒店占床含早 午餐：指定地点 晚餐：X  |
| **住宿** | 夜宿在火车上 |
| **D7** |
| **行程详情** | **DAY 7 北京 用餐：自理 住宿：出发地**抵达北京后散团，结束东北之旅。交通：火车 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 出发地 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 交通北京-哈尔滨-北京，往返火车硬卧，不提供车次/车厢/铺位要求，预定请提供正确的姓名及身证件号码，不提供退票，改期，更名服务，车次时间以出团通知为准，仅保证行程安排，不保证自由活动时间。住宿网评 3 钻酒店+伊春/汤旺河康养住宿，不提供自然单间，如需三人间和大床房，请出发前询问。伊春/汤旺河参考酒店：山庄酒店或康养民宿或同级。五大连池参考酒店：银池/绥化/金隆/万丽园/新泉山/名苑假日或同级。齐齐哈尔参考酒店：多好彩/利源国际/大恒通/君悦或同级。大庆参考酒店：林甸县温泉酒店或同级。备注：1.2 人以下单床位的，必须补房差，3 人以上可补房差亦可安排加床（加床为钢丝床或床垫）或三人间或家庭房，部分酒店无法提供以上房型，具体以酒店提供为准，费用同正常床位；不提供自然单间亦不接受楼层及特殊房型指定。2.五大连池和伊春住宿环境有限，质朴简陋，提前做好心理准备。3.伊春为森林里的城市，房间内偶尔会有“小昆虫”光临，提前做好心理准备。4.如行程提供标准无法满足您的入住要求，请更换其它更高类别产品。政府补贴任何原因不退房差。酒店设施和人员服务非我社人为可控，为酒店配套项目，以酒店提供为准，不属于旅游行程质量范围。5.因旅游者主观要求标准不同，酒店未达到个人住宿要求标准的，不属于旅游行程质量范畴。遇特殊原因（如天气，交通，地面，酒店接待能力），可能变更住宿地点，标准不变。用餐酒店早餐占床免费提供，全程含 7 正餐，正餐餐标 25 元，十人一桌，八菜一汤，不含酒水，不足十人菜品酌减，团上游客不足 10 人餐费现退，全程用餐客人自身原因不吃不退费。用车当地空调旅游车，保证 1 人 1 座，不提供车型和座位要求，接送火车站根据人数免费安排，全程用车不用不退费，行程外和自由活动不含用车。门票包含景点大门票（小交通自理）：金山鹿苑、上甘岭溪水公园、汤旺河森林公园、五大连池北饮泉、扎龙自然保护区，报价已包含门票优惠政策，当地任何证件产生优惠不退差价。如遇景区政策原因部分景点关闭，更换其他景点。景交自理景区小交通费用当地现付（任何证件无优惠）上甘岭溪水公园 10 元+汤旺河石林 25 元+扎龙自然保护区 10 元=45 元/人导游 中文导游服务，如团队人数 10 人以下司机兼向导，不进景区不提供景区讲解服务。保险旅行社责任险，理赔最终解释权归保险公司所有，建议自行购买旅游意外险，65 岁-70 岁老人有陪同签属免责保证书。购物 俄罗斯巧克力制作工坊 |
| **费用不包含** | 1.房差：我社不提供自然单间，产生单男单女，客人自行补齐房差，6 月-8 月旅游旺季，因酒店三人间/家庭房房型房间有限，如酒店无法提供房型，房差自理。2.儿童：不含交通，不含住宿、不含早餐、不含门票、不含赠送3.保险：建议客人自行购买旅游意外险和交通保险4.其他：（1）赠送项目因任何原因未能参加，费用一律不退，也不换等价项目（2）我社在保证游客安全的前提下尽量安排合理的游览内容，如有超出行程所含费用的(例如高速封路改乘火车，增加吃住费用)，请游客自行承担（3）行程内所有图片、菜单，仅供参考！一切以实际安排为准！（4）游客参与自费项目、景交等均为个人行为，期间导致的人身安全或财产损失乙方不承担任何责任（5）导游会根据乘车时间为游客介绍当地特产，可根据个人需求自愿自愿选择。（6）行程实际车程以当天安排车型及路况而定，不接受因此产生的投诉。（7）因交通延阻/罢工/天气/交通故障/火车取消或更改时间等不可抗力原因所致的额外费用。（8）酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费。（9）因旅游者违约、自身过错、自身疾病等导致的人身财产损失而额外支付的费用。 |

**购物点**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **项目类型** | **描述** | **停留时间** | **参考价格** |
| 俄罗斯巧克力制作工坊 | 俄式巧克力 | 60 分钟 |  |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.我社保留在不减少行程所列景点的情况下，有权调整景点的游览顺序。由于不可抗力等不可归责于旅行社的客观原因或旅游者个人原因，造成旅游者经济损失的，旅行社不承担赔偿责任。如恶劣天气、自然灾害、火车延误、汽车塞车等不可抗力原因如造成团队行程更改，延误、滞留或提前结束时，旅行社不承担责任。因此发生的费用增减，按未发生费用旅行社折扣后价格退还游客，超支费用由游客承担。2.自由活动期间司机、导游无法提供服务。自由活动期间无工作人员陪同，请游客自行妥善保管贵重物品，注意人身安全财产安全，若有发生，与旅行社及导游无关。3.如有接待问题请当时当地提出，双方协商解决，事后提出恕我社将无法协调不予处理！如遇投诉问题，我社严格以客人所签意见单为准。4.一切私人贵重物品如现金、证件等请妥善保管、如有物品遗失后果自行承担。5.客人在当地自愿放弃当地景点游览、用餐、住宿等，其单项费用我社均不退，行程中未经协商的擅自离团，视同旅游者违约，未完成部分将被视为自行放弃，我社不再退费，并不予承担旅游者由此产生的额外费用，我社有权取消该游客日后接待事项（包括住宿和回程大交通），旅游过程中如因客人自身原因造成的一切损失和增加的费用由客人自理。6.团费不含（行程中列明或行程外）一切私人消费、自费项目（请了解自由活动期间旅游攻略的项目价格和时间）、不含人身意外保险。7.如景区内出现购物场所及二次消费，为景区自行经营模式，与旅行社无关。8.游客入住酒店时，自愿并完全接受在酒店前台现付酒店钥匙牌押金等相关事宜酒店正常中午 12 点退房，如果需要延长时间，请与酒店说明，费用自理。9.特殊人群（老年人、儿童）出行需要有陪同，自行注意安全。10.请游客在选择参加自费项目时，慎重考虑自愿参加，参加后不能退费不能取消。11.身体健康，保证自身条件能够完成行程；大于 2 周岁或未满 70 周岁，无听视力障碍，无不宜长途及高原旅行的疾病，既有病史和身体残障；任何隐瞒造成的后果由旅游者自行承担。12.签定合同请提供有效正确的身份信息，并于行程中随身携带身份证件，遗忘遗失等造成的无法进站，无法办理入住酒店，无法进景区等损失由旅游者自行承担。13.旅游属特殊产品，实际出行日期和时间以航班、火车运行时间为准。若因不可抗力政策变化无法正常出行，我社将提前 7 天通知客人退团或更改时间出行，我社免责，请游客报名参团时明确清楚！旅游行程会因运行时刻的调整而变化，以出团前发放的行程单为准。14.各景区内配套，各延途停留点均有旅游纪念品，纪念照片，法物流通处，土特产，小卖部各物品出售，非我社提供服务，特别是私人小贩售卖，更不在我社控制范围，不买请勿还价；如有兴趣，请旅游者自行甄别，如有购买为其个人行为，任何后果由旅游者自行承担15.请如实填写意见单，不要签“面子”意见单，处理投诉时我社将以此作为重要凭证，有任何问题请当地提出来或立即致电 24 小时联系人，我社将第一时间为您全力解决。如客人在当地游玩时无任何意见，回去后与当地的意见不符，我们视为客人满意无投诉，只按照意见单的签署为准！产生扣款我社不予承担。 |