**B2线 包头往返 内蒙狼王之礼 牧境盛春双飞5日行程单**

B2线 包头往返 内蒙狼王之礼 牧境盛春双飞5日

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | xbnm17478963536a | **出发地** | 深圳市 | **目的地** | 包头市 |
| **行程天数** | 5 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 壕玩内蒙就选“狼王之礼”，体验非同凡响！ |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **深圳-包头-达拉特旗：初访内蒙古**✭ 参考航班：深圳-包头 ZH8987（1205/1535）✭ 亮点体验：塞外内蒙古初遇 ✭ 行程玩法：机场集合 - 飞往草原鹿城 - 接机后前往黄河小镇 - 晚餐后入住酒店【初访内蒙古包头】机场乘机飞往内蒙古的鹿城—包头，包头与呼和浩特、鄂尔多斯形成内蒙古经济发展的黄金地区，是自治区的重要经济中心，中国重要的工业基地。我们的优秀导游将着民族盛装，欢迎大家的到来。抵达后前往达拉特旗（约30KM,50min），晚餐后入住酒店。【✭ 打榜在地风味 ·“用美食解读城市”之地道涮羊肉】羊肉切片薄如纸，匀如晶，齐如线，美如花，是来到内蒙古不二的美食之选！【温馨提示】- 导游员提前一天电话或短信联系客人，请保持手机畅通； - 出行前请再次确认健康及行程绿码、携带有效身份证原件（注意大陆居民不可用港澳证）登机，上下飞机请携带好贵重物品。行李托运及携带标准：随身携带手提行李总重量不要超过5公斤，体积不超过20×40×55厘米。免费托运行李重量不超过20KG，体积不超过40×60×100厘米（供参考，根据各航空公司要求不同，可能有所不同）。托运行李中不允许有锂电池，详情可随时咨询深圳机场，咨询电话0755-23456789；- 请携带足够的保暖衣物、遮阳帽/遮阳伞、墨镜、水杯、个人常备药品等个人出行用品；交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 达拉特旗锦园宾馆或真金国际酒店或同级（网评五钻） |
| **D2** |
| **行程详情** | **达拉特旗-沙漠：-【✭AAAAA银肯响沙湾—沙漠畅玩（含大漠索道观光+仙沙岛娱乐岛畅玩）】**✭ 亮点体验：沙漠的狂野与热情 “沙漠迪士尼”尽情撒欢✭ 行程玩法：【AAAAA银肯响沙湾】-夜宿黄河小镇达拉特旗【AAAAA银肯响沙湾】（含景区门票+大漠索道）国家AAAAA级景区、国内首家沙漠度假基地；景观壮美，风光独特，700里黄河宛如弓背，迤逦东去的茫茫沙漠宛如一束弓弦，组成了巨大的金弓形；干燥条件下，沙子受到外界触动就会发出一种像飞机掠过的轰鸣声，四季皆响；丰富的沙漠娱乐更是令人流连忘返；✭ 沙海乐园仙沙岛（费用已含，各个项目开放情况以景区安排为准）①沙海冲浪车、轨道自行车、北极星全地形车，感受沙漠的速度与激情！②响沙之巅（飞行塔）、高空滑索、驼峰过山车、神仙过山车，体验肾上腺素飙升的快感！③大漠驼铃：跨上驼背，漫步沙漠，体验大漠风情；④休闲娱乐：果老剧场《果老传说》演出、中心舞台互动演出、碰碰车等儿童游乐设施，回味无穷；【温馨提示】1、沙漠景区日照充足，紫外线较强，请多喝水并提前半小时涂抹防晒霜，备好太阳镜、太阳伞等物品，做好防晒.防暑.补水工作；沙漠日照比较强由于沙漠的沙子很细小，所以把精密仪器保管好，比如手机、相机、摄像机等；沙漠活动项目丰富多彩，但由于人流量大、活动项目分散，请听从导游统一安排，以免走失；景区游玩项目请注意安全，要认真听从工作人员安排，如遇设施维修、天气、自身身体状况原因等，部分项目可能无法参加亦无费用可退，以当天景区实际为准；交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 达拉特旗锦园宾馆或真金国际酒店或同级（网评五钻） |
| **D3** |
| **行程详情** | **达拉特旗-美岱召-草原：【✭美岱召】-【✭草原欢迎仪式】-【✭策马草原】-【✭沉浸式体验民俗牧场】-【✭越野车穿越草原】-【✭篝火晚会】**✭ 亮点体验：阴山藏庙听梵音天籁 草原策马-舌尖美食-牧歌篝火晚会 做一天蒙古人✭ 行程玩法：【美岱召】-【希拉穆仁草原：草原策马-牧民营地-越野车穿越草原-宫廷盛宴】-【蒙古篝火晚会】【隐世藏庙美岱召】位于山峦重叠，苍松翠柏的阴山脚下，大明金国"都城"-美岱召，这里阿拉坦汗和三娘子的"皇城"，又是喇嘛教传入蒙古时期的一个重要弘法中心、藏传佛教圣地，是一座“城寺结合，人佛共居”的喇嘛庙。美岱召依山傍水，在建筑上更有独特的风格。它是仿中原汉式，融合蒙藏风格而建，总面积约4000平方米，寺内有大量的壁画，如大雄宝殿内释迦牟尼历史壁画及描绘蒙古贵族拜佛的场面的壁画都完好无损。【草原蒙式欢迎仪式】翻越阴山山脉，才能抵达牛羊满山坡、风吹草低的广袤草原，当远方客人抵达热情好客的蒙古人必以下马酒相迎，悠扬的牧歌为您洗去一路风尘；路的尽头是蓝蓝的天，天的尽头是无边的草原，草原的尽头又连着无边的天，如诗如画的草原，就这样飘然而至……开始你的草原撒欢吧；【草原畅游活动】（\*狼王之礼-费用已含：骑马/勒勒车漫游草原，赠送草原福包骑马护具及百变放风沙脖套）跨上马背或勒勒车-敖包祈福，体验马背民族生活；尽情享受这远离城市喧嚣的美好时光；【沉浸式民俗牧场体验】①蒙古族传统项目：射箭体验、搭建蒙古包、打沙包、赛布鲁，玩蒙古象棋、捡牛粪、蒙古袍照相、学蒙古语、蒙古文字、捡牛粪勾起您关于青葱岁月的共鸣，分享未曾磨灭的童年记忆；②草原萌宠神兽：草原神兽--草泥马，摸摸头、合张影；土拨鼠、白狐、温驯的小矮马，还有我们温和柔顺的萌萌兔……草原动物园，是否给了你别样的惊喜？③红色记忆纪念馆：宝力格人民公社大食堂、大饥荒时代的三千孤儿、六十年代的草原英雄小姐妹，深度体会草原博大胸怀、抗战时期的百灵庙大捷.....回顾这片热土的那些红色印记；让那些感同身受的人们重温激情燃烧的岁月。⑤传统游牧五畜园：参观游牧五畜(马、骆驼、牛、山羊、绵羊)讲解动物的生活习性及为人民生活做出的贡献更深入的了解。⑥欢乐 PK 竞技场：欢乐毛毛虫、狂大拖鞋、竞技连环桥、锁链轮胎桥、草原网红大秋千；【越野车穿越草原】（狼王之礼—费用已含）驰骋在草原上，吹着旷野迎面而来的风、无边的草原、清新的空气以及一望无际的地平线，让人感受到一种无拘无束的自由，暂时放下生活的束缚，获得心灵的放松与愉悦！【宫廷盛宴蒙餐至尊-诈马宴】（狼王之礼-费用已含）换上华丽的蒙古袍盛装出席，品尝当地美食，大碗喝酒大块吃肉，举行蒙古族最高礼节—哈达银碗敬酒仪式；欣赏蒙古歌舞，仿佛穿越回豪情万丈的元朝；【草原篝火晚会+蒙古包枕星入梦】（篝火晚会已含，如遇天气异常无法进行则自动取消）篝火狂欢是草原人传统的欢庆仪式，它表达的不仅是欢乐和喜悦，更是一种信仰；用欢歌跳舞去拥抱这草原夜色，摘一颗星星相伴入眠。【温馨提示】1.骑马时注意安全，保管好随身财物 ，凡60岁及以上人群，为您安全请选择乘坐马车，不允许骑马。2.草原上就餐或者品尝羊肉时，切忌喝冷水，吃生冷食品（包含西瓜等凉性水果），以免引发肠胃炎。参加骑马或草原其它活动请注意认真听导游或者马倌的讲解，一切以安全第一的原则。3.草原气候干燥且地处高原，请您注意补充水分，避免由于气候原因引起的身体不适。4.草原上蒙古包住宿条件相对有限保证独立卫浴 ，双标间 ，非有线电视 ，热水器。5.草原为自然保护区 ，房间内可能会有小飞虫 ，不要害怕 ，请亲们多多谅解草原地区情况特殊；交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 草原特色高级 商务空调蒙古包 |
| **D4** |
| **行程详情** | **草原-呼和浩特：【✭蒙古部落体验】-【✭内蒙古自然博物馆】-【✭清和硕公主府】**✭ 亮点体验：牧民家做客喝一碗奶茶 人文内蒙古 ✭ 行程玩法：【蒙古部落体验】-【内蒙古自然博物馆】-【清和硕公主府】-夜宿呼和浩特【草原日出】草原精髓在于日出的诗意和清晨的宁静，推开蒙古包的门，迎接元气满满新的一天。（温馨提示：看日出活动需游客自行安排，清晨草原较冷注意保暖）【蒙古部落体验】走进牧民家，不紧不慢的喝着奶茶，聆听草原姑娘讲述马背民族走下马背的生活状况，感知草原民族的自由刚毅和原始银白图腾的信仰；【内蒙古自然博物馆】（逢周一闭馆，如遇闭馆则改为参观内蒙古规划馆）内设壮美内蒙古、远古内蒙古、富饶内蒙古、绿色内蒙古、恐龙的故乡五大主题展厅。主要展示内蒙古大森林、大草原、大水域、大荒漠、野生动植物、远古生物与古环境、地质矿产、农牧业、蒙医药、旅游等各领域的自然资源，涵盖了农、林、牧、水、动植物、古生物、地质矿产等十三个领域。【清和硕公主府】（逢周一闭馆，如遇闭馆则改为参观昭君博物院）清康熙帝第四女恪靖公主的府第。清朝对蒙古实行怀柔政策，将恪靖公主下嫁给喀尔喀蒙古部土谢图汗的儿子敦多布多尔济，初封为和硕公主， 又封为恪靖公主，再封为固伦恪靖公主。现已被批为呼和浩特市博物馆，利用古代 建筑举办文物陈列和展览，供游人参观。交通：巴士 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 呼和浩特蓝洋林顿或开元名都酒店或同级（网评五钻） |
| **D5** |
| **行程详情** | **呼和浩特-包头-温馨的家： 【✭AAAA蒙亮风情园】-来日再相会！**✭ 参考航班：包头-深圳　ZH8988 1640 2010✭ 亮点体验：不同视角慢品青城 带上草原祝福来日再会✭ 行程玩法：【AAAA蒙亮风情园】-【宫廷全牛宴】- 前往机场乘坐飞机-返回温馨的家【AAAA级景区蒙亮风情园】内蒙古最大民族特产研发、集散中心；汇集各盟市特产，牛羊肉制品、乳制品、皮制品、羊绒制品、银制品、手工艺品等特色民族；可了解特色商品的生产制作过程，也可自愿选购内蒙古特色商品；【打榜在地风味 ·“用美食解读城市”之宫廷全牛宴】迄今已有800多年的历史，是成吉思罕犒赏三军，迎接胜利归来的士兵的一道美味大餐。“全牛宴”从牛头到牛尾，共有16个部位，（牛头、牛眼、牛眼骨、牛排、牛肉筋、牛心、护心肉、牛心管、牛肚、牛肠、红肠、心胸叉、牛健、牛板筋、鞭根、牛尾）一餐吃遍一头牛。牛骨汤是每天几百斤牛骨熬制10多个小时而成，没有任何添加剂。牛肉是精选科尔沁2岁半的黄牛，这时候的牛肉蛋白质含量最高，口感也最好。先喝汤后吃肉，原汁原味更浓厚。吃全牛，行牛运，发牛财，得牛势，生活十全十美，学业事业牛气冲天！【暂别内蒙古】整理行囊说一声“巴雅日泰”，千年絮语的黄河之水，光辉普照吉祥草原，长生天护佑踏入草原的儿女福禄安康！根据时间前往机场，带上草原的祝福结束愉快内蒙古之旅！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 往返交通：往返团队机票（含机建燃油），买断机位，机票一经开出不得退票改签，取消则全额损失；参考航班：深圳-包头，呼和浩特-包头全程用车：全程空调旅游车（保证一人一座）酒店住宿：行程所列当地星级酒店，如遇酒店满房，则优选以下备选酒店（酒店均没有三人间或者加床，不提供自然单间，产生单房差由客人自理）草 原：草原特色高级商务空调蒙古包（独卫、双床、电视，特色体验）达拉特旗：达拉特旗锦园宾馆或真金国际酒店或同级好评酒店呼和浩特：蓝洋林顿酒店或开元名都酒店或同级好评酒店 行程门票：行程表内所列景点首道大门票（不含小门票、景区里的电瓶车等小交通及娱乐项目）；用餐标准：全程含4早餐和6正餐1正宫廷诈马宴；正餐为围餐（十人一桌，8菜一汤，如人数不足10人，则根据实际人数酌情安排用餐）；全程正餐餐标30元-50元-80元不等（不吃不退）；当地导游：持国导证优秀导游；深圳机场安排机场工作人员办理登机牌； |
| **费用不包含** | 深圳机场往返接送（客人自行前往机场集合，由工作人员办理登机牌手续）；不含全陪费用（不派全陪不产生）不含航空保险、旅游意外险。为防范风险，建议每位游客报名时从报名处购买旅游意外险。不含园中园门票及行程中注明门票不含的景点、缆车、电瓶车等；及客人在当地的一切个人消费；由于不可抗拒因素而需要变更行程时产生的费用（包括但不限于自然灾害、航班延误或取消、车辆故障、交通意外等）大部分酒店都没有加床或三人间，如出现单男单女参团无法安排拼住或加床时需补的单人房差；小童收费：2-12周岁以内小童：含机票、车位费；不占床位，不含早餐及门票，产生费用根据景区及酒店规定家长现付；购物景中店蒙古部落，如因天气原因不能参观，则改为参观鄂尔多斯蒙艮仓银匠世家，敬请了解！ |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1.失信人请勿报名！国家最高人民法院公布的失信人禁止乘坐飞机、高铁！我司机位为全款买断，失信人如有隐瞒造成空占机位，即使没有出票，机票费已产生，取消只退税，此损失由报名人自行承担！2.此路线为特价打包回馈客户团，凡客人持有长者证、学生证、导游证、记者证、军官证、军人残疾证等均无任何优惠或退票,如有未产生或自愿放弃的当地景点、住宿及赠送的项目，费用概不退还。3.由于此机票的特殊性，不作换人，不退票，不改签，请知悉！报名时请一定仔细核对姓名及证件号码，如若出错，因此产生的费用由出错方承担！（报名时请提供证件照片）4.因不可抗力因素造成行程更改、延误、滞留或提前结束时，旅行社可根据实际情况协调处理，如变更后费用发生变化，未发生费用退还游客，超支费用由游客承担。旅行社在不影响原定的接待标准及游览景点的前提下，有权根据实际情况对行程先后顺序作调整；5.医务人员报名本线路，携带有效身份证件和《医师资格证》、《护士执业证》，根据景区相关有效政策（各地各景区相关政策不同，一切以景区政策为准），办理门票费用减免，由导游现场协助。（按旅行社实际折扣退票）；6.如有任何质量问题，请在当地及时跟导游或组团社反馈，以便我们及时配合处理解决！行程结束时请您认真填写意见单，通过您的意见单我们可以更好地监督当地的接待质量，您的意见单也将是行程中发生投诉的处理依据。因是全年切位机票，一经确认则无法变更或退改，请确保提供的名字证件号准确无误，如有错则全损；7.旅游途中游客从事爬山、滑雪、骑马、漂流、游泳、攀岩等具有人身危险性的活动和自由活动时一定要根据自身的健康状况来自主决定，老人和孩子应有家人陪同不能单独活动；游客在活动期间不遵守规定、自身过错、自由活动期间内的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负，旅行社不承担责任；8.出团时请务必带上有效登机证件（需与出票时提供资料一致），穿运动鞋或平底鞋，请自备防晒用品，晕车药，常用药品(预防感冒,腹泻等)等；贵重物品随身携带，以免丢失。旅途中不要过量饮酒，自由活动时，请结伴出行，不去不安全的地方；9.初到异地，因气候、饮食等差异，尤其是老人小孩及胃肠功能较弱者，可能出现腹泄等不适症状，要注意饮食卫生，不吃生冷食物，避免受凉，有不适请及时服用胃肠药，严重者请告知导游；10.出发前2天通知客人准确出团航班及酒店名称，具体行程及景点若有变更，以最后确认及接待社安排为准；11.客人报名时请委托报名处代买旅游意外保险；根据中国保监会规定：意外保险投保承保年龄范围调整为2-75周岁，其中70周岁以上游客出险按保额的50%赔付，属于急性病的只承担医疗费用，不再承担其他保险责任；12.请游客在报名时，准确登记姓名及身份证等号码（小孩出生年月），并在出游时携带有效登机证件，与须与出票时提供的资料一致（身份证、户口本、护照、回乡证等），在办理登机及入住酒店时需提供；如因个人原因导致无法正常出行，责任自负；13.不接受孕妇、70岁以上、2岁以内和身体有重疾病的游客报名，如有隐瞒自身健康状况而发生意外导致损失的，概由游客承担，旅行社不承担责任；另外不接受65岁以上、18岁以下未成年人单独参团，此类人群需有亲戚朋友、监护人陪同方可参加； |
| **温馨提示** | 一、出行安全注意事项1、旅游者应确保自身条件适合参加旅游团队，应根据个人年龄、身体状况等情况选择旅游线路和项目，行程中要自带适当的防护用品以及必备药品，做好个人健康及安全防护工作。2、景区（点）游玩时，应严格遵守景区（点）设置的安全提示和警示。3、参加水上娱乐项目，应穿戴救生衣或其他救生装备，听从工作人员指挥，勿超越安全警戒线，前往深水水域或危险河道。4、游客登山或参与活动中应根据自身身体状况进行，并注意休息，避免过度激烈运动导致身体无法适应。5、乘坐缆车或其他载人观光运载工具时，应服从景区工作人员安排；遇超载、超员或异常时，千万不要乘坐，以防发生危险。6、不私自参加行程以外的活动或项目。7、游客参加行程中安排的危险性较大的活动或项目（包括但不限于：骑马、攀岩、漂流、滑雪、潜水、滑板、蹦极），应严格遵守安全注意事项，并在相关工作人员指导下进行游玩，同时穿戴相应的安全装备（安全帽、护具、专业登山鞋等）。8、患有心脏病、肺病、哮喘病、高血压者以及其他等疾病或身体情况不允许的游客，切勿参加危险性较大的活动或项目（包括但不限于：骑马、攀岩、漂流、滑雪、潜水、滑板、蹦极）。9、经过危险地段（山路或泥泞道路等），应注意安全不要打闹嬉戏，不相互拥挤等，前往险峻处游览，不要攀登、攀爬等。10、参观游览时，听从导游或领队安排，不擅自离队，单独游玩。11、外出旅游要带好证件（身份证、护照等），随身携带保管好贵重物品，不要将证件或贵重物品交予陌生人保管。12、重要提醒：患有心脏病、高血压、重症感冒、心肌梗塞、中风等重大疾病者以及半年内腰椎做过手术的客人不能参加此行程，如有隐瞒且因自身健康原因造成的损失，由客人自行负责；13、夜间或自由活动期间出行，游客应当选择自身能够控制风险的范围内活动，并告知导游或领队，同时注意安全。14、老年人、未成年人、残疾人等旅游者，旅游中遇身体不适，不要强求和存侥幸心理，应立即就医，并告知导游或领队。15、旅游期间不得乱扔烟头和火种。16、如遇（雨天、雪天、塌方、险路等）或易滑区域，应注意安全，慢行、缓行、绕行。17、当旅游目的地国家政治动荡或突发事件频繁发生时，请谨慎前往。18、如遇旅游突发安全事故，及时向事发地有关公安、交通、旅游主管部门报警，并快速联系医院提供救助，组织必要的自救。出境游应向我国驻当地外交机构报告救助，请求境外有关部门协助开展医疗急救、财产保护、安置安抚和游客转移等工作。二、交通安全注意事项1、在旅游中听从导游和领队安排，记住集合时间、地点、车型、车牌等。2、遵守目的地交通规则。3、乘坐交通工具时，要系好安全带，不要将身体任何部位伸出窗外，在交通工具停稳后方可离开；上下交通工具时，须排队等候，讲究文明礼貌，并优先照顾老人、儿童、妇女，切勿拥挤，打闹嬉戏，以免发生意外。4、不带危险或易燃易爆物品上车。5、车辆行驶中，不得与驾驶员交谈，不得向车外抛弃物品。6、进入机场、火车站、车站、码头等公共场所，应严格遵守（机场、火车站、、车站、码头等）公共场所的安全规定。三、食宿安全注意事项1、旅途中购买食品要注意食品质量，不要购买“三无”（无生产日期、厂家、地址）商品。2、旅途中要注意食品安全卫生，不吃生食、刺身、不吃景区或街头无证摊点供应的小吃，不饮酒，不暴饮暴食。3、携带贵重物品入住酒店时，应及时办理贵重物品寄存，行李物品不脱离视线。4、入住酒店后，须了解酒店安全通道位置和安全疏散示意图；须检查酒店为你所配备的用品（卫生间防滑垫等）是否齐全，有无破损，如有不全或破损，请立即向酒店服务员或导游或领队报告。如因酒店原因，未能配备，请游客小心谨慎，防止发生意外。5、不要将住宿酒店房号告诉陌生人；不要让陌生人进入房间；出入房间要锁好房门，关好窗户。6、不要翻越酒店门窗或阳台围栏。在酒店或者餐厅光滑路面行走时小心行走，防止摔到损伤。四、购物娱乐安全事项1、不要轻信流动推销人员的商品推荐；不要随商品推销人员到偏僻地方购物或取物；无意购买时，不要向商家问价或还价，购物时应向商家索取正式发票。2、 要细心鉴别商品真伪，不要急于付款购物。3、在自由活动期间外出不要单独行动，不要参与涉嫌违法的娱乐活动。五、其他安全注意事项1、老年人或未成年人参团,需家属或朋友陪同参加，并签订《健康证明》和《免责书》。2、旅游车辆严禁超载,未成年小童及婴儿均需占有车位。3、凡患有心脏病、高血压、醉酒、怀孕或身体不适者不要浸泡温泉。4、孕妇参团,请事先告知，不得隐瞒。5、进入少数民族地区游玩时，请尊重当地少数民族的风俗和信仰,避免与当地居民发生冲突。6、参加游览时，穿运动鞋或平底鞋(不要穿新皮鞋、高跟鞋和硬底鞋),避免摔伤及扭伤。 六、内蒙古旅游注意事项 1.必备物品  ①衣物：内蒙古空气较干燥，太阳直射强，需要带遮阳帽，太阳伞，太阳镜，雨具，防晒用品，水壶等；内蒙蚊子较多，最好带点花露水或者风油精；北方地区沙尘较多可备些纱巾和口罩；早晚温差较大所以需要带羊绒衫，长袖外套。  ②药品:消炎药、清火药、感冒药，肠胃炎药及防中暑药等。   2.气候特点  内蒙古自治区地域辽阔，属高原地区，大陆性气候，比较干燥，海拔在1500米左右。冬季漫长严冬，多寒潮天气，夏季短促温热，降水集中，春季气温骤升干旱，多大风，秋季气温剧降霜冻来临早，气温和降水量的区域差异大，注意备齐防晒、防雨、防寒保暖衣物  3.关于饮食  ①内蒙古的饮食比较粗犷，饮食主要以牛羊肉为主，吃过羊肉后切记不能吃西瓜。 ②多食水果蔬菜以防上火，内蒙古水含碱份比较高，水质较硬，故请不要喝生水，以防肠胃炎。 ③草原设备设施有限，用餐条件不如市内，用餐环境及饭菜口味未必适合，敬请谅解。  ④在草原上用餐时，请自备一些矿泉水并适当增加衣物。 4.关于住宿 内蒙古是少数民族地区，经济条件一般，各种酒店餐厅相对于沿海发达地区有很大差异，接待条件有限，希望客人以宽容的态度来对待！  5.关于出行  行程个别区间运行时间较长，因途中条件有限，无洗手间，故提醒大家在出发前上洗手间，做好准备。请紧记旅行中集合时间与地点，团队游览时请准时，旅行中若遇特殊情况而需调动，以实际安排为准备。6.草原骑马注意事项  骑马是草原上最受欢迎的一项娱乐，但是也存在着危险，在这里提醒大家，如果不会骑马您可以让马倌帮您牵着骑，请认真听从导游的建议，以免发生不必要的损失。骑马先知安全守则①游客上下马时一定要站在马的左侧，确定握紧缰绳，以防马匹脱缰而跑，造成伤害。接近马匹时，应从马匹的左前方缓慢靠近，请勿做出突然举动以防马匹受到惊吓。请勿紧靠马匹后方，以防马匹紧张遭踢。②骑乘马匹应穿着运动鞋，请勿穿着高跟皮鞋或者拖鞋骑乘马匹。请勿擅自更换马匹。③骑马时不要戴无绳的帽子，草原上风大，帽子容易被风刮掉，会使马受惊。④在马背上不能传递物品，不要在马背上大声的叫喊，不能使背包打到马屁股，如果打到马会不停的跑，新骑手容易出现危险。骑乘马匹时，请勿紧靠前马，应保持一个马身以上的距离，以防前马后踢伤人伤马。⑤两马交会或超越前马时，请勿擦身而过，应保持一个马身的距离，以防发生危险。⑥下马时，请确定双脚脱蹬，以防马匹受到惊吓时，骑手被脚蹬勾住造成被马匹拖行之危险。⑦马匹失控时，切勿惊叫和跳马，应抓紧缰绳，按照所学之技巧控制马匹，直至马匹稳定。⑧发生摔马时应尽量抱稳马颈，抓紧缰绳同时双脚脱蹬，用身体最大面积着地并翻滚，以减轻冲击力对人造成的伤害。⑨草原骑马请最好不要随身携带摄、照相机等其它贵重物品，以免摔坏或丢失。 7.礼仪禁忌①爱畜。如在草原上遇见畜群，汽车与行人要绕道走，不要从畜群中穿过，否则会被认为是对畜主的不尊重。②做客。乘汽车到牧民家做客者要看蒙古包附近勒勒车上是否拴着马，不要贸然驶入，免得马惊挣断缰绳跑失。进包要从火炉左侧走，坐在蒙古包的西侧和北侧，东侧是主人起居处，尽量不坐。入坐时不挡住北面哈那上挂着的佛像。进包后可席地而坐，不必脱鞋。不要坐在门槛上。③敬茶。到牧民家做客，主人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。④敬酒。斟酒敬客，是蒙古族待客的传统方式，是表达草原牧人地客人的敬重和爱戴。通常主人将美酒斟在银碗、金杯或牛角杯中,托在长长的哈达之上，唱起动人的蒙古族传统的敬酒歌，客人若是推推让让，拉拉扯扯，不喝酒，就会被认为是对主人瞧不起。宾客应随即接住酒，接酒后用无名指蘸酒向天、地、火炉方向点一下，以示敬奉天、地、火神。不会喝酒不必勉强，可沾唇示意，表示接受了主人纯洁的情谊。⑤献哈达。哈达是蒙古族日常行礼中不可缺少的物品。献哈达是蒙古族牧民迎送客人和日常交往中使用的礼节。献哈达时，主人张开双手捧着哈达，吟唱吉祥如意的祝词或赞词，渲染敬重的气氛，同时将哈达的折叠口向着接受哈达的宾客。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，让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。⑥尊老慈幼。到牧民家做客，见老人要问安，须以“您”相称。不在老人面前通过，不坐其上位，未经允许不要与老人并排而坐。对小孩不可斥责或打驾。不要当着家人的面数说孩子生理缺陷。⑦其他。到牧民家做客，要带适当的礼品，如酒、糖、小食品等。对迎面狂吠的牧羊狗仅可喝斥，不可打。解手须至蒙古包南方较远处，不可到蒙古包东、西侧（有羊圈）、北侧（气味会随风刮入包内）。冬天不要到包北、西侧乱踩，因那里的雪是化水食用的。离开主人家须道再见并致谢意。 |