

除了雪，上帝给了她一切

# 斯里兰卡

Sri Lanka





## 斯里兰卡 8 天 6 晚 (寻梦锡兰)

无尽的海滩，永恒的废墟，好客的人民，成群的大象，迷人的海浪，低廉的价格，有趣的火车之旅，著名的红茶，诱人的食物..... —— 《Lonely Planet》

### 产品概括：

品质保证	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>优选航司：</b> 优选斯里兰卡航空，亚洲十佳航空公司之一</li> <li>● <b>甄选酒店：</b> 全程网评 5 钻酒店</li> <li>● <b>舌尖美食：</b> 当地特色餐+中式餐+酒店自助餐</li> <li>● <b>精选用车：</b> 特别安排空调巴士</li> </ul>
行程亮点	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>特别安排：</b> 体验[干与干寻]海滨火车</li> <li>● <b>世界遗产：</b> 狮子岩+圣城康提+高尔古堡</li> <li>● <b>特别安排：</b> 参观锡兰“清华”佩拉德尼亚大学</li> <li>● <b>宗教信仰：</b> 佛教圣地-佛牙寺+丹布勒金庙+冈嘎拉马寺+贝拉湖和水中庙</li> </ul>
高端礼遇	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>贴心赠送：</b> 每人一份精美锡兰红茶</li> <li>● <b>特别安排：</b> 机场花环接机+品尝金椰子</li> </ul>

日期	行程安排
DAY1	<p>🍴 用膳：早：自理 午：自理 晚：自理 🏠 住宿：飞机上</p> <p>于当日指定时间在广州白云机场集合。 稍后候机前往斯里兰卡首都科伦坡。</p> 
	<p>广州➡️尼甘布西格利亚 (车程约 4.5 小时) 参考航班：去程 UL885 0315 0610 (飞行时间约 5.5 小时，起止为当地时间，科伦坡比中国慢 2.5 小时)</p> <p>🍴 早：接机早餐 午：当地特色餐 晚：酒店餐 🏠 住宿：西格利亚 当地五星</p>

高端体验 从心出发  
personal tailor



## Day2

【上午】抵达成斯里兰卡后，导游接机，享用当地早餐，稍作休息后前往参观【尼甘布鱼市】（约 30 分钟），尼甘布的鱼市是著名旅游书《孤单星球》上推荐的景点之一，来到斯里兰卡，印度洋的海风让人心情爽朗，尼甘布小鱼村更是让人流连忘返。尼甘布是斯里兰卡天主教中心，有“小罗马”之称，特别安排荷兰建筑风【格圣玛利亚教堂】和【荷兰运河】。这是早期人工修筑以便向科伦坡运输物资的一条运河，到现在仍然值得一看。人们在小船悠然划过，有那么点小威尼斯的感觉，欣赏尼甘布泻湖风光，尼甘布泻湖是斯里兰卡最著名的泻湖之一，渔业资源十分丰富，盛产虾和螃蟹。因此日经过一晚航班飞行，比较劳累，行程以轻松为主。

之后乘车前往【西格利亚】，途中参观【丹布勒金寺】（约 30 分钟），丹布勒金寺也被译为黄金寺或者金殿，位于丹布勒石窟寺山脚下，这座寺庙位于石窟寺的登山口，与石窟寺完全独立。丹布勒金寺二层入口处是一张张开的大嘴，顶部是一尊坐佛，左右各有一座白身蓝顶的小塔，整体外观显得十分现代，与背后山上的石窟寺形成鲜明的对比。后入住酒店休息，享用晚餐。



### 西格利亚的一天

用膳：早：酒店餐 中：当地特色餐 晚餐：酒店餐

住宿：西格利亚 当地五星

【上午】早餐后，前往攀登世界文化遗产【狮子岩】。狮子岩是一座构筑在巨型岩石上的空中宫殿，被誉为世界 第八大奇迹。在半山腰的螺旋型楼梯上，你可以欣赏到世界著名的锡吉里耶“天使般的少女”半裸仕女壁画，登上岩顶，景色豁然开朗，丛林无边无际，整个都城一览无遗。下午自由活动，可自愿参加特色自费项目（自愿参加，套餐任选）

**自费套餐一：【名米日内亚国家公园+牛车乡村游+香蕉船】（约 4 小时），130 美金/人，6 人起行**

游览【米日内亚国家公园】，斯里兰卡全国拥有多达九个国家公园，其中米日内亚国家公园属北部地区数一数二的，在旱季时露出青草，吸引附近野生动物到来栖息，包括来自马塔拉、波隆纳鲁瓦和亨可马里等地区的象群，也会来到绿草茵茵的湖畔寻找水源和嫩草，还有孔雀等各种鸟类在此嬉戏。

【牛车乡村游】乘坐斯里兰卡特有的牛车，漫游乡村（约 30 分钟），牛车慢悠悠的穿越村落和农田，当地村民的生活及劳作场景鲜活的呈现在我们眼前。乘坐“香蕉船”欣赏景色秀美的 Wewa 水库（约 30 分钟），寻找各种不知名的鸟类、蝴蝶和鳄鱼，也许还能看到淳朴的村民在水中钓鱼、洗衣或嬉戏。

**自费套餐二：【阿育吠陀 SPA60 分钟】，80 美金/人，10 人起**

在梵语中，阿育吠陀意为“生命的科学”或是“长寿的科学”，是世界上最古老的医学之一，可以追溯到公元前 5000 年的阿育吠陀梵医馆吠陀时代。包括现代的瑜伽均起源于此，阿育吠陀医生对于植物的强力医疗特性具有先知灼见，是现代药理学的开山鼻祖。此外，该系统从古到今都同样强调调理与灵性的重要性，中国的中医以及“现代医学之父”希波克拉底的医疗方法，都可见到阿育吠陀的影子，通过特有的精油按摩使之身体吸收，可以产生许



## Day3

高端体验 从心出发  
personal tailor



# 斯里兰卡 Sri Lanka

多积极效果，包括全面强身健体，提高对疾病的免疫力，保持年轻，改善肤色以及保持身心的最佳状态。同时该疗法还具有预防身体组织不成熟的病变和促进人体综合健康的作用。

◎温馨提示：1.狮子岩是一个登高景点，其中有一个Z字形的阶梯，畏高者、高血压、心脏病患者不建议攀登此梯。另外爬上狮子岩往返需要2-3小时，请您着休闲运动装，运动鞋。

2.攀爬狮子岩的阶梯比较陡峭，请穿舒适的运动鞋，不要接受当地人的搀扶因为可能要付出昂贵的小费，注意马蜂，不要偏离行走线路

3.下午巡游名米日内亚国家公园时，请注意防晒，多喝水，避免中暑。

## 西格利亚 康提 (车程约3时)

 用膳：早：酒店餐 中：当地特色餐 晚餐：酒店餐

 住宿：康提 当地五星

乘车前往【康提】，途中参观【马特莱香料园】(约1小时)。偌大的园内花草繁盛，仅香草的种类就超过100多，随后在园内午餐。

之后参观【佩拉德尼亚大学】(约0.5小时)，是在其国内排名前二的大学，号称是斯里兰卡的“清华大学”，开设较多理工课专业。

之后参观【佛牙寺】(约1.5小时)，是斯里兰卡著名的佛寺，为佛教徒朝圣地，建于公元15世纪，位于古城康提湖畔，是整个宫殿建筑群的一个组成部分，四周围绕着护城河，角楼护卫，还有4个守护神的神庙，包括那特哈神庙



Day4

(联合国世界文化遗产遗址)、卡塔腊加码神庙、瓦斯怒神庙和帕特提尼神庙。佛牙寺以供奉佛祖释迦牟尼的佛牙而闻名。斯里兰卡的佛教徒将佛牙视为至圣宝物，供奉在大殿暗室中。佛牙寺经过历代国王的扩建后，宏大雄伟。随后漫步【康提湖】，康提湖之于康提，犹如西湖之于杭州，树木郁郁葱葱，各种花卉争相开放，万紫千红，与坐落在旁的佛牙寺交相辉映。参观【宝石博物馆】(约1小时)。如时间允许的情况下，还可欣赏赠送的【康提文化歌舞表演】(此项目受时间、天气或当期其它临时变故等因素影响，如安排不了，费用不退)。



◎温馨提示：如因当地学校放假或其他政治等特殊原因，不可参观，此项目自动取消，不作赔偿处理。

◎温馨提示：进寺庙，着装请注意，女士不可穿无袖和短裙，男士不可以穿短裤，衣服要有袖子，裤裙过膝盖以下进入佛牙寺需脱鞋，有鞋子寄存处(寄存费100卢比，约人民币4元)

## 康提 南部海滨 (车程约4.5小时)

 用膳：早：酒店餐 中：当地特色餐 晚餐：酒店餐

 住宿：南部海滨 当地五星

Day5

【上午】酒店早餐后驱车前往【南部海岸】。一路向南，一段蜿蜒的山路过后就是平坦的海边公路。细窄的沙滩以浓密的椰子树林为背景，能把所有的人类足迹都隐藏起来。小城四周点缀着高大的棕榈树，在美丽的海滩岸边建有现代化的旅馆和游泳设施，游人可以自由地拾贝、垂钓或戏水弄浪。南部海岸因拥有斯里兰卡著名的黄金海滩，现已是著名的海滨旅游胜地；在沙滩上于浪花追



高端体验 从心出发  
personal tailor



逐，享受浩瀚印度洋的时而热情。

【下午】参观西南海滨的【加勒古城】（约 2 小时）。古城建于 16 世纪，先后被葡萄牙，荷兰和英国人掌控，经多国反复的修建与完善，让这座南亚古城汇聚了欧洲的建筑精粹，呈现出异彩斑斓的异国风情。之后驱车回酒店休息，享用晚餐。

### 南部海滨的一天

 用膳：早：酒店餐 中：敬请自理 晚餐：酒店餐

 住宿：南部海滨 当地五星

今天自由活动，自由体验印度洋的海滨人文风情。

可以自由选择自费 1：

**【红树林+海龟养殖中心+海水小鱼 spa+海鲜火锅午餐+高跷渔夫】（约 4 小时），140 美金/人，6 人起行**

【红树林】：在乘船游河的过程中，您可以看到保存完好的红树林生态系统。当小船穿梭在茂密林立的管状植物，栖息在其中的鸟、鱼、蛇、蜥蜴会不时出现在你的视野中，让您不由得赞叹人与自然和谐融合。

【海龟养殖中心】：斯里兰卡拥有全世界 7 种大海龟中的 5 种，由于近些年的滥捕，海龟俨然已经位列濒危

动物名单之上。位于南部省的 Kosgodra 海龟孵化中心是最早尝试保护当地濒临灭绝的海龟的机构之一，由

斯里兰卡野生动物保护协会所管辖。在这里可以接触到刚孵化的小海龟，学习海龟的孵化、养护、放归海洋的整个保育过程，无论大人小孩都会被这种可爱的生物萌翻！

【海水小鱼 spa】：小鱼养在流动的海水浮箱，有大小中型型的鱼儿，可以吸食皮肤新陈代谢的死皮及角质，让双足肌肤焕然一新。

【高跷钓鱼】：根根木棍，在木棍中段捆扎着一个让人坐上去的支架，几个渔夫像姜太公一样稳坐看起来非常脆弱的钓鱼架，像塑像般一动不动地钓鱼。

【网红海鲜火锅大餐】：

美食的魅力在于融合，当中国的火锅遇上印度洋的海鲜及配菜，斯里兰卡的网红海鲜火锅就此诞生，选用当地最新鲜、肥美的海鲜，以海鲜最自然的状态进行原汁原味的烹饪，满足你独特的味蕾。

也可以自由选择自费 2：

**【出海观鲸豚+网红海鲜火锅午餐+高跷渔夫】（约 5 小时）140 美金/人，6 人起行**

每年鲸群都会季节性的来到印度洋觅食，而海豚则常年生活在这片海域。

美蕊莎是全世界观鲸最佳点之一，出海观看海豚和鲸鱼是热爱动物和喜爱冒险的游客最喜欢的项目；运气好的话可以近距离看到它们，鲸鱼不像海豚那样喜欢招摇，更多的时候在浅游，每隔 20 分钟左右出来呼吸一次，喷个水露一下尾巴又潜回水中，不过它们喷出的水柱高达十几米，甚是壮观，运气好的话



Day6

高端体验 从心出发  
personal tailor



还可看到海豚在海面上跳舞；乘船出海去寻找可爱的小精灵吧。

**温馨提示：**因观鲸船只需统一出发，时间较早，建议游客前一晚早点休息避免劳累；如因特殊天气或其它原因，观鲸船不开，而且没办法协调改其他日期的，观鲸项目退费；如有游客容易晕船，可提前备好晕船药；备注：由于观鲸豚属自然现象，如当天无法看到鲸豚不属旅行社违约，恕无费用退还，敬请留意。

### 南部海滨🚗科伦坡（车程约3小时）

**🍽️ 用膳：**早：酒店餐 中：中式餐 晚餐：中式餐

**🏠 住宿：**科伦坡/尼甘布 当地五星

**【上午】**早餐后，驱车返回科伦坡，途中体验半小时**【海滨小火车】**（火车无门无窗，坐位先到先得）你会看到现实版的宫崎骏漫画《千与千寻》的海滨火车场景。；（受当地购票条件限制，旅行社无法承诺火车票的级别，座位且座位需先到先得的火车票。如客人在当地选择放弃体验此项目，可搭乘原旅游巴士前往科伦坡，火车票费用无退回）



**【下午】**参观**【贝拉湖和水中庙】**（30分钟）位于维哈马哈德维公园西北角，是科伦坡的城市心脏，湖上有鸬鹚、白鹭等鸟儿盘旋，湖边的树木洒下浓重的树荫，这是科伦坡当地人最喜欢的休闲区。贝拉湖被小岛切割成两个部分，这个小岛上有一个名为“Children's Park”的公园，贝拉湖中有一座漂亮的木造楼阁被称作“水中庙”，可以通过一条木通道前往，像是一座漂浮在睡眠的寺庙和冥想中心。水中庙由20世纪知名建筑师Geoffrey Bawa设计。

随后参观**【冈嘎拉马寺】**（60分钟）：隔路与Gangaramaya湖和公园相望，是一组精雕细琢的建筑，融合了斯里兰卡、泰国、印度和中国的建筑特点，建有图书馆、博物馆、宿舍和一座三层的佛学院，院里有一棵菩提树。博物馆里收藏有数尊高大的佛像和数根巨大的象牙，还藏有罗汉舍利、珠宝、纯金法器和象牙法器，以及一些来自日本、缅甸、泰国等地的佛像，佛像雕刻精美，置身其中，让人震撼。据称在所有藏品中，最珍贵的是一撮来自佛陀的头发，通常被紧锁于保险箱中，一般人无缘得见。之后车游**【科伦坡市内观光】**像其他发展中国家的首都那样，科伦坡也在迅速地改变他的面貌，几乎一夜之间，以前的旧建筑变成了摩天大楼。



而在其他的地方，依然可以看到昔日的魅力。这里有一个有着100年历史的塔楼，还有一些英国人建造的殖民建筑，保留着英国、荷兰殖民统治时期建筑风貌的**【独立广场和市政厅大楼（车观）】**，**【国家博物馆（外观）】**，**【班达拉奈克国际会议中心】**-被誉为未来城市，科伦坡港口城由中国交建与斯里兰卡国家港务局共同开发，首期投资达100亿人民币。该项目由中国投资。如时间足够，贵宾可在科伦坡市区当地商场，选购一些新心仪的礼物送给亲朋好友，或是感受这个而美丽的小岛商业繁华的另一面。之后返回酒店休息。

**📌温馨提示：**斯里兰卡火车设施老旧，比较颠簸，且需提前预定，一旦预定无法退票或改票，而且斯里兰卡的一等座的位置有限，所以预定的车票，不保证一定有座位。

科伦坡➔广州 参考航班：UL884 1735 0205+1

Day7

高端体验 从心出发  
personal tailor



(飞行时间约 5.5 小时，起止为当地时间，科伦坡比中国慢 2.5 小时)

Day8

 **用膳：**早：酒店餐 中：敬请自理 晚餐：机场自理

 **住宿：**飞机上

**【上午】**早餐后，可自由活动，自行购买手信，于指定时间送往科伦坡机场，搭乘当天航班飞回国内。  
一段梦幻的假期即将结束，或许您的脑海里还停留在那充满想象力的国度。旅行归来，路上的细节会渐渐模糊，只有幸福的感觉依旧清晰！

特别声明：以上行程仅供参考，本社保留因天气、交通等原因对具体行程进行适当调整的权利！南亚国家经常会有宗教游行，政治活动，或其他交通事故等而导致的堵车，从而可能会延长车程时间，这些均属于不可抗力因素与旅行社无关，因以上原因导致不能完成原定行程，地接社不承担任何责任也没有义务对客人进行任何赔偿。

## 团费包含

- 酒店(两人一房，如入住单间则另外付单房差)
- 广州往返科伦坡的机票及税
- 全程中文领队以及当地导游服务
- 行程表所列用餐
- 每人每天赠送 1 瓶矿泉水。
- 行程表内所列的景点首道门票及全程旅游观光巴士
- 全程国际机票及全程机场税、保安税、燃油附加费 (团队机票不允许改名/改票/改期/退票)

## 团费不含

- 全程杂费和税金 ¥ 1500 元/人 (与团款一起结清)
- 全程单间差 ¥ 3200 元/人 (若产生单人住宿，请补齐单间差，与团款一起结清)
- 小童 12 岁以下 (不占床) 团费-¥1000，小童占床与成人同价，12 岁以上必须占床
- 斯里兰卡电子签证/落地签 (只需护照扫描件，有效期半年以上)
- 外籍护照/台湾护照签证和酒店附加费 RMB500/人(出团前与团费一起付清)
- 行程未包含的项目和所有私人所产生的个人费用等
- 航空公司临时加收的燃油附加费
- 行李物品搬运、保管费
- 旅游意外险请单独购买
- 因不可抗拒的客观原因和非我公司原因 (如天灾、战争、罢工等) 或航空公司航班延误或取消、我公司有权取消或变更行程，超出费用 (住食、交通费、国家航空运价调整等) 我公司有权追加差价；

**注意：9 人起发团，9 人起派领队 (斯里兰卡全程中文导游讲解)**

高端体验 从心出发  
personal tailor



## 参考酒店及网址

西格利亚 当地五星 Sigiriyana Hotel Thilanka 或同级

康提 当地五星 Hotel Thilanka/Tree of life 或同级

雅拉 当地五星 Tamarind Tree 或同级

南部海滨 当地五星 The Palms 或同级酒店

尼甘布当地五星 The Covanro 或同级酒店

## 游客必读

### 温馨提示：（请详细阅读）

- ◆ 69 周岁以上老年人、残障人士报名需满足：健康证明（三甲医院）+正常年龄的亲属陪同+购买国际救援险，签署免责声明、四者缺一不可；国际救援险 200 元/人随团费缴纳。
- ◆ 斯里兰卡比中国慢 2.5 小时，所有航班起飞和到达时间均为当地时间；
- ◆ 斯里兰卡酒店的行业标准普遍比中国国内略差一点。非官方网站所公布的酒店星级档次，是属于该网站自己的标准，信息未必准确。行程中安排的酒店请参考下面的备选酒店简表。
- ◆ 上述行程中航班、景点、酒店、餐厅等可能会因为天气、交通管制、临时休业、罢工等突发时间或不可抗力原因而需要做出顺序调整、取消或更换；因上述不可抗力等原因而导致航班延误、行程更改、滞留或行程提前结束时，旅行社会根据实际情况作出积极、适当处理。若因此而产生费用，超出已交旅行团费部份的由游客自行承担。
- ◆ 根据《旅游法》，行程过程中客人严格禁止离团（自由活动时间除外），如特殊情况必须离团，须与我司签署离团声明书，且离团过程中发生的任何违反当地法律以及危及人身和财产安全等问题，由客人自行承担，我司不承担任何责任，旅游意外保险也无法承保离团时个人受到的人身伤害损失。
- ◆ 境外旅游期间财物请随身保管，车上不可放贵重物品，自由活动期间请注意安全，记住导游和领队电话确保可以随时联系。
- ◆ 保险说明：强烈建议客人自行购买“游客人身意外保险”，如旅行社出资为游客投保，如客人发生意外伤害事件，视事实情况保险公司对此承担相应的法律责任，游客获得保险公司理赔金额后，相应免除旅行社的赔付责任。“游客人身意外保险”的适用范围以及条件以“中国人民财产保险股份有限公司境外旅行意外伤害保险条款”为原则。

### 护照要求：

- ◆ 请确保自身护照有效期在 6 个月以上（以回团日算）和 3 页护照空白页。如新办护照必须向我司及时如实反馈办证情况。如临时发现护照过期或不足有效期者，我司有权按实际产生费用扣费。
- ◆ 如客人持公务护照或者在国家出入境管理处登记备案的公务员持因私护照，请自行准备好出境放行条 或者有效的出境许可，如因以上原因未能出境，我司概不负责！

高端体验 从心出发  
personal tailor



## 斯里兰卡旅游须知

<b>时差语言</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 官方语言：僧伽罗语，泰米尔语，通用英语。斯里兰卡比中国慢 2.5 小时，所有航班起飞和到达时间均为飞机所在当地时间</li> </ul>
<b>天气及衣着</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 接近赤道，全年平均气温为 28 度；衣着以轻便为主，建议带上一两件较薄的长袖</li> </ul>
<b>通讯交通情况</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 目前中国联通、中国移动已与当地通信公司合作开通国际漫游服务，详情请咨询中国联通“10000”或中国移动“10086”，或者购买当地电话卡。城市里的交通以 Tuktuk 为主，火车在斯里兰卡不仅是旅行的主要方式，一些特色线路更是极具观光特色。</li> </ul>
<b>酒店情况</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 1.旅游业成熟的地区，部分酒店设备较老旧，请您理解</li> <li>◆ 2.酒店内一般设有收费电视、电话、房间内有偿饮料及小食品等，请询问清楚费用后使用，以免结账时发生误会</li> <li>◆ 3.酒店内自来水不可饮用，水质较差，建议饮用瓶装水</li> <li>◆ 4.用电、用水注意安全、节约，吸烟注意安全，如有设施损坏，需要个人赔偿</li> <li>◆ 5.离开酒店时请仔细检查个人物品，不要遗漏</li> </ul>
<b>饮食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 斯里兰卡人大多以大米、椰肉、玉米、木薯等为主要食物。他们尤以偏爱椰汁和红辣椒，如不习惯当地饮食，可带上速食或开胃菜。</li> </ul>
<b>出入境注意事项</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 出境须知：（请详细阅读）</li> <li>◆ 1、出团时请随身携带本人身份证及护照原件，小童需另外携带好户口本原件/出生证原件。（凡持外籍护照的客人必须自备签证和具备 2 次以上进出中国境的有效签证。港澳台同胞出团需带上回乡证和台胞证）；</li> <li>◆ 2、出境可携带外币，按规定不能超过美金 5,000 元或港币 38,000、人民币 20,000；</li> <li>◆ 3、出境时携带高级相机（带长镜头、变焦）或摄像机须海关申报，以免回程罚款；</li> <li>◆ 4、请自备毛巾、牙膏、牙刷、拖鞋、短裤及个人常用必备药品等；</li> <li>◆ 5、不得携带 100 毫升以上的液体上飞机，个人携带的多余液体必须托运；贵重物品、充电宝及现金切记随身携带，不能托运，以防在托运的过程中丢失和损坏，敬请留意！</li> <li>◆ 6、请所有客人自行填写海关申报表，领队不得代填。</li> <li>◆ 7、燕窝、动物源性中药材、转基因生物材料等列入严禁携带入境。</li> <li>◆ 8、斯里兰卡禁止携带香烟入境，请知悉！！</li> <li>◆ 9、南亚的饮食习惯跟中国有出入，以自助餐为主，旅游团队餐厅比较少，如果口味不合请谅解！</li> <li>◆ 10、入境的时候需要一定的时间以及程序，请耐心等待出入境海关的工作！！</li> <li>◆ 11、酒店退房时间是当地时间中午 12:00 前，如果延迟退房需要自行和前台沟通付费。</li> <li>◆ 12、斯里兰卡当地导游可以根据天气，交通状况来调整行程的景点顺序，请配合导游的工作。</li> </ul>

高端体验 从心出发  
personal tailor



<b>文化禁忌</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ 斯里兰卡人大多信奉佛教，佛教徒除持有的“过午不食”的教规外，还有不进娱乐场所，不骑车，不慢跑，不乘母畜拉的车，不戴手表，庙内赤足的规矩。他们忌讳使用左手传递东西或食物，视左手为肮脏、下贱之手。斯里兰卡僧侣禁止饮酒；也不喜欢吃蘑菇。斯里兰卡伊斯兰教徒禁食猪肉和使用猪制品。值得注意的是在斯里兰卡，点头和摇头的含义与中国相反。</li><li>◆ 在参观佛教寺院时，不能对佛像做踩、跨、骑等无礼动作，而且进入寺院，要赤脚，不可穿鞋和袜子，也不可带帽子。</li></ul>
<b>电压</b>	◆ 一般酒店采用 220 伏特及 110 伏特电源（英式三角方插）建议携带多功能
<b>货币</b>	◆ 斯里兰卡卢比，1 元约等于 40 卢比。通用美金
<b>购物方面</b>	◆ 宝石、正宗锡兰红茶、在斯里兰卡的小商品市场有各式各样的陶瓷器、木雕、编织品等工艺饰品，还有就是富有特色的“斯里兰卡面具”，非常好看、选择性高，而购买这种面具最好的地方就是 Ambalangoda 了。
<b>小费方面</b>	◆ 斯里兰卡是一个习惯收取小费的国家，一般酒店服务生提行李建议给 1 美金；司机导游等如果服务好，可额外给小费奖励。
<b>紧急联系方式</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ 警察（全国）119，警察（科伦坡）118 或 0094 - 11 - 2433333；</li><li>◆ 旅游警察（科伦坡）：0094 - 11 - 2421451 或 0094 - 11 - 2421070</li><li>◆ 中国驻斯里兰卡使馆领保与协助电话：0094 - 779288949，传真 0094 - 11 - 2688611。</li><li>◆ 外交部全球领保与服务应急呼叫中心电话：0086 - 10 - 12308 或 0086 - 10 - 59913991。</li></ul>

## 免责声明

兹有 护照 参加斯里兰卡出境旅游，本人身体健康，无以下疾病，（包括但不限于）高血压、高血脂、高血糖、冠心病、动脉硬化、心脏病、哮喘病、老年痴呆、精神病、癌症等可能威胁自身生命和引起严重后果的疾病。如有类似病史自己已充分权衡，一切后果自己负责；若有任何隐瞒病史不报，由此引发的一切后果，由游客本人及家属自行承担，并且如给旅行社带来损失，由游客和家属对旅行社进行赔偿。

我已知晓以下内容：

- 1，旅行社所含的意外伤害险不包括自身已患有的急性病和慢性病急性发作。
- 2，我已年满 岁，自愿前往参加斯里兰卡出境旅游，如因自身原因发生意外，后果自己承担。
- 3，旅行社所含的旅游意外伤害险赔付只按照保险公司相关规定理赔范围和额度赔付，超出部分旅行社不承担。
- 4，游客在旅行前须进行健康体检，尤其是年满 69 岁以上的老年人！

高端体验 从心出发  
personal tailor



此声明书一旦签署即为：本人明示无“不适合旅行之疾病”或自行承担本人已知“不适合旅行之疾病”可能带来的后果另或不知本人有“不适合旅行之疾病”并且此次旅行行为是本人的选择，一旦出险完全遵照“旅行意外伤害保险免责规定”执行，与人无忧！

签署人：

家属：

日期：

### 旅游合同购物补充协议说明

(所有旅游合同补充协议均以参观为主要目的，本着自愿原则由您自己决定)

本人 定于 年 月 日参加  
团，在报名时已清楚了解行程单所约定的行程内容及接待标准，双方于出团前经过充分协商，对行程中的  
“自由购物活动时间和自费项目”所要安排的具体购物商店和自费项目达成一致意见，并签署此协议书作为  
旅游合同的一部分，双方承诺不能单方面违约。

一：购物补充条款：

- 1、旅行社保证协商约定的商店是合法商店，游客完全自愿选购，旅行社全程绝不强制购物，旅游者请根据自身经济情况谨慎购买，所购商品如非质量问题一律不予退还；
- 2、游客自行前往非本补充协议中的购物场所购买的商品（如：行程中的景点、休息站、酒店、餐厅等周围购物商店等等），不建议游客购买商品，旅行社不承担任何责任；
3. 甲方请理性消费，保留票据，请谨慎选择；

附：购物场所介绍：

商店	商品特色	购物时间
宝石工厂	兰卡宝石	约 60 分钟
香料园	香料制品等	约 60 分钟

我已阅读并充分理解补充条款所有内容，并愿意在友好、平等、自愿的情况下确认；旅行社已就此次行程

高端体验 从心出发  
personal tailor



的购物项目事宜及相关风险对我进行了全面的告知、提醒。我经慎重考虑后，自愿前往上述购物场所购买商品，旅行社并无强迫。我承诺将按照导游提醒办理相关事宜，并遵循旅行社的提示理性消费、注意保留购物单据、注意自身人身财产安全。如因自身原因取消或因旅行社不能控制因素无法安排的，对旅行社予以理解。

我同意《合同补充条款》作为双方签署的旅游合同不可分割的组成部分。

游客签名： \_\_\_\_\_ 日期： \_\_\_\_\_

组团社代表签名： \_\_\_\_\_ 日期： \_\_\_\_\_

### 自费项目报名补充协议

甲方（旅行社）：

乙方（游客）：

为丰富旅游者的娱乐活动及满足不同旅行社的需求，旅行社在不影响正常旅程行程安排的前提下，旅行社提供自费景点（娱乐）项目供旅游者自行选择参加与否。根据《旅游法》第 35 条规定“旅行社安排另行付费旅游项目需是应旅游者要求或经双方协商一致且不影响其他旅客的行程安排”，因此在本次旅行过程，旅行社应旅游者（乙方）要求并经双方协商一致，由甲方协助安排乙方参加自费旅游项目，双方确认签署本协议，具体约定如下：

#### 一、 自费旅游项目简述及安排

景点项目及价格（已包括项目的费用、旅行社的代订服务费、领队导游及司机的加班服务费）。

[米日内亚国家公园+牛车乡村探索游居民家访\(含乘牛车及乘香蕉船\) 130 美金/人,6 人起](#)

##### 【乡村游+乘船家访特色简介】

有趣的短途乡间旅行，以传统的牛车形式出现，晨鸟蝴蝶为伴，与湖畔正在洗衣或钓鱼的村民亲切的招呼，一睹兰卡人民最真实的生活状态。让您体验真正传统的斯里兰卡乡村风格，在那里您将乘坐牛车和双体船通过郁郁葱葱的绿色稻田，去了解当地耕作文化。并与村民一起制作新鲜的斯里兰卡特色小吃。强烈建议您作为“必做”活动来感受真正的斯里兰卡。

[【阿育吠陀 SPA60 分钟】 ,80 美金/人, 10 人起](#)

在梵语中,阿育吠陀意为“生命的科学”或是“长寿的科学”,是世界上最古老的医学之一,可以追溯到公元前 5000 年的阿育吠陀梵医馆吠陀时代。包括现代的瑜伽均起源于此,阿育吠陀医生对于植物的强力医疗特性具有先知灼见,是现代药理学的开山鼻祖。此外,该系统从古到今都同样强调调理与灵性的重要性,中国的中医以及“现代医学之父”希波克拉底的医疗方法,都可

高端体验 从心出发  
personal tailor



见到阿育吠陀的影子，通过特有的精油按摩使之身体吸收，可以产生许多积极效果，包括全面强身健体，提高对疾病的免疫力，保持年轻，改善肤色以及保持身心的最佳状态。同时该疗法还具有预防身体组织不成熟的病变和促进人体综合健康的作用。

[海龟繁育中心+船游红树林+小鱼 SPA+海鲜火锅午餐+高跷渔夫 140 美金/人,6 人起](#)

船游红树林 【特色简介】

红树林 (Mangrove)在斯里兰卡西南部最有名的马度内陆河道海滨度假圣地。在观赏沿河两岸丰富的红树林自然生态景观的同时，还可观赏原始森林里珍稀的动物，比如白鹭鹭、大蜥蜴、鸢鹑、鳄鱼、变色龙等不时进入眼底，这里是植物的世界动物的天堂。

【海鲜火锅大餐简介】

美食的魅力在于融合，当中国的火锅遇上南亚的海鲜及配菜，斯里兰卡的网红海鲜火锅就此诞生，选用最新鲜、肥美的海鲜，拒绝冰冻冷藏，以海鲜最自然的状态进行最原汁原味的烹饪，满足你独特的味蕾。

海龟繁育中心【特色简介】

这里可以看到很多大海龟小海龟，产卵期间还可以看到海龟蛋，深入亲近刚孵化的小海龟，学习海龟的孵化、养护、放归海洋的整个保育过程，无论大人小孩都会被这种可爱的生物萌翻。

[出海观鲸+网红海鲜火锅自助午餐 140 美金/人,6 人起](#)

【出海观鲸】简介

美蕊莎是全世界观鲸最佳点之一，出海观看海豚和鲸鱼是热爱动物和喜爱冒险的游客最喜欢的项目；运气好的话可以近距离 看到它们，鲸鱼不像海豚那样喜欢招摇，更多的时候在浅游，每隔 20 分钟左右出来呼吸一次，喷个水露一下尾巴又潜回水中，不过它们喷出的水柱高达十几米，甚是壮观，运气好的话还可看到海豚在海面上跳舞；乘船出海去寻找可爱的小精灵吧；

【网红海鲜火锅餐】简介

地道的中式口味烹饪，选用当天海鲜市场上的新鲜海鲜鱼虾蟹等，配上中式料理及当天时令食蔬，绝对满足您的中国味儿。

温馨提示：

因观鲸船只需统一出发，时间较早，建议游客前一晚早点休息避免劳累；如因特殊天气或其它原因，观鲸船不开，而且没办法协调改其他日期的，观鲸项目退费；如有游客容易晕船，可提前备好晕船药；备注：由于观鲸豚属自然现象，如当天无法看到鲸豚不属旅行社违约，恕无费用退还，敬请留意。

旅游者确认签字：

签字日期：

高端体验 从心出发  
personal tailor