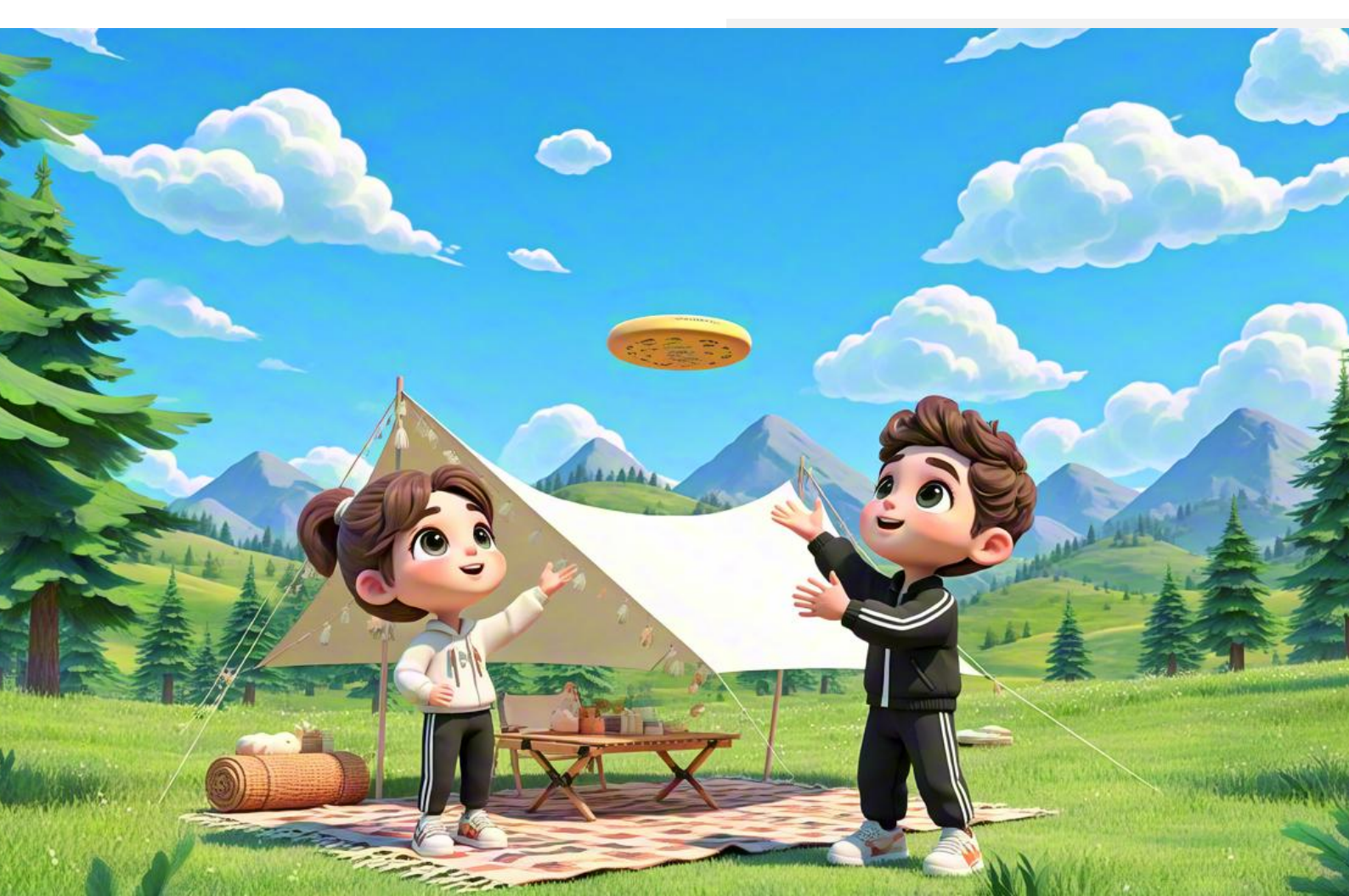




逐浪狂飙 · 凝聚默契

为 [企业团建拓展赋能](#) 量身打造

清远 《飞盘团建》漂流 2 日营 (A 线)

飞盘团建赋能 × 多巴胺潮玩 × 极速浪尖狂飙 × 瑶乡篝火秘境

Start At Once



PART.01
行程怎么玩

Day 01

新潮酷玩 × 团队赋能 × 奇幻瑶乡

日程计划	行程项目	项目亮点
08:00-11:30	集结启程	开启旅程序章
11:30-13:00	餐厅	社会餐厅：正宗湘菜馆
13:00-14:30	牛鱼嘴	飞盘主题团建
14:30-16:30	牛鱼嘴	潮玩三部曲：皮划艇、越野车、真人野战（3 选 1）
16:30-20:00	星球营地	星空烤肉+啤酒，无限畅吃畅饮；瑶族主题篝火晚会 + 草坪 KTV
20:00-08:00 ⁺¹	4 钻酒店	枫渡

Day 02

速度激情 × 花漾飨宴

日程计划	行程项目	项目亮点
08:00-09:30	酒店餐厅	自助早餐
09:30-11:30	漂流	①古龙峡漂流；②云天玻霸（2 选 1）
11:30-14:30	餐厅	奇迹花园、花卉庄园餐厅
14:30-16:30	返程	

PART.02 产品经理说

清远·超燃玩法狂欢季！



■ 飞盘主题团建赋能

盘不落地，永不放弃！飞盘团建点燃团队协作激情，在奔跑、传接中凝聚信任，让每一次冲刺见证默契升华。释放压力，拥抱阳光，收获凝聚力与拼搏精神，赋能企业活力满分！

■ 多巴胺酷玩·情绪价值 3 重奏

团队凝聚力：皮划艇需双人协作，越野车竞速激发斗志，CS 团战考验战术默契；

压力释放力：速度冲击（越野）+ 对抗刺激（水弹爆射）+ 亲水疗愈（湖光山色）形成情绪宣泄闭环；

社交裂变力：越野车工装风、CS 迷彩装、皮划艇清凉照——三大场景轻松产出朋友圈高赞大片！

■ 浪尖过山车·世界级赛道狂飙

纵身跃入双世界纪录认证的“漂流天花板”古龙峡！

378 米垂直落差撕碎平静，72km/h 时速在 180°“神龙回首”弯道甩出离心暴击，巨浪裹挟尖叫撞碎岩壁——这不是漂流，是浪尖狂飙的悬崖过山车！

原始丛林遮蔽烈日，22℃清凉河道化身“天然防晒屏障”，闯过猩猩岛、鳄鱼潭的野性突袭，肾上腺素在亚马逊部落情景战场彻底燃爆。

这场肾上腺素与多巴胺的巅峰对决，敢来浪尖当王者吗？

■ 星空野宴·山野狂欢不夜天

星空下猛炫烤肉啤酒，瑶火情歌燎原夜空，草坪 KTV 掀翻山野！

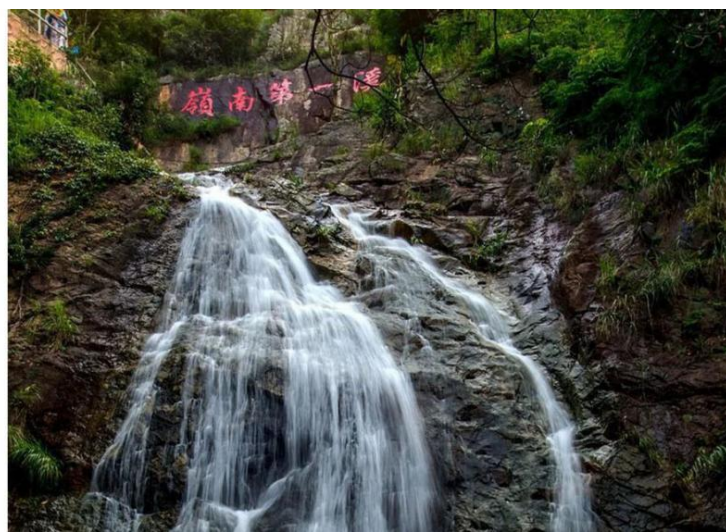
即刻出发，让清远的山水与烟火，重启你对夏天的想象！



PART.03 精彩预放送

➤ 牛鱼嘴——岭南原始森林的绿野仙踪秘境

牛鱼嘴原始生态风景区，森林覆盖率 95%，被誉为“清远市肺”和“天然氧吧”。原始亚热带野生植物园，拥有 2000 多种野生植物、100 多种野生动物及国家珍稀物种刺桫欏。景区以“岭南第一溪”溯溪探险和“牛鱼湖”休闲度假为核心，融合瀑布群、古藤奇观、水上拓展及网红玻璃项目，打造自然与冒险交融的沉浸式体验。



■ 生态奇观，自然秘境

沿溪探秘三大瀑布群，百米双孖飞瀑气势磅礴，玉龙潭奇观堪称世界绝景；古藤缠绕、蕨类丛生的原始雨林，四季皆景——春赏禾雀花海，秋观漫山红叶。

■ 湖光休闲，森系治愈

牛鱼湖 6.67 公顷碧波泛舟，漫步古松林荫栈道，畅游山泉泳池；解锁“绿野仙踪”式疗愈时光。



■ 一句 Slogan

溯溪探秘，森呼吸——在 95%绿意覆盖的仙境，做一日野性追光者！

➤ 牛鱼嘴四大网红打卡·光影童话剧场

■ 牛鱼湖

碧水如“琉璃千顷”，可泛舟体验“人行明镜中，鸟度屏风里”的古典美学



■ 童梦秘境

蘑菇小屋藏身林间，恍若宫崎骏《龙猫》现实版，被网友称为“广东治愈系天花板”

■ 绿野仙踪

水雾中的丁达尔光柱，再现“树深时见鹿，溪午不闻钟”的唐诗意境，负氧离子含量超城市 200 倍



■ 网红佛手

登临佛手平台俯瞰，“万顷湖光一镜开”的牛鱼尽收，入选《中国国家地理》华南必拍景点



➤ 飞盘主题团建：赋能协作，释放激情

■ 破冰起航，建立团队

1. 任务内容

制定队名、队歌、队训、队徽，选出队长，讲解培训情节。

2. 培训要点

打破成员间的隔阂与陌生感，激发热情与兴奋度，营造积极氛围。

3. 培训目标

体验目标达成的过程与差异，制造竞争气氛，为后续活动奠定基础。

■ 规则与动作解说

1. 任务内容

了解飞盘游戏规则，熟悉飞盘道具的使用与注意事项。

2. 活动目的

通过简单游戏，让学员掌握飞盘基本技术动作，提升个人技巧与团队协作能力。



■ 项目《九宫格》

1. 任务内容

小组协作完成飞盘投掷，精准击中九宫格目标。

2. 活动意义

培养创新意识与资源优化配置能力，体验统一指挥的重要性，强化领导力与执行力。

■ 项目《飞盘投网》

1. 任务内容

设置3米、4米、5米三个距离，成员依次投掷飞盘入网。

2. 团建规则

投进4个或以上得两分，4个以下得一分，未投进不得分。

3. 活动意义

激发个人技巧与团队配合，增强竞争意识与目标达成感。



■ 项目《一站到底》

1. 任务内容

A 组队员在内场躲避，B 组队员在外场打击，接住飞盘可复活队友，计时 5 分钟交换角色。

2. 活动意义

释放压力，提升团队默契与应变能力，在轻松愉快的氛围中增进情感联结。



■ 总结分享

1. 任务内容

体验式培训总结分享，提炼活动亮点与不足。

2. 活动意义

将团建成果转化为职场赋能，强化“敏捷响应”“资源分配”等管理启示，让旅行成为团队成长的契机。

■ 温馨提示

飞盘主题团建活动 30 人起成团，包含草坪场地、专业教练、道具及饮用水。



飞盘团建，不仅是竞技与乐趣的结合，更是团队凝聚力与领导力的全面提升，让每一次旅行都成为赋能与成长的难忘体验！

➤ 牛鱼嘴潮玩四件套 | 团队赋能挑战赛

■ 皮划艇竞速 | 水上协作挑战

团队目标：双人协作，突破极限！

1. "同舟共济"计时赛：2 人一艇，在最短时间内完成指定航道，考验默契与策略
2. "稳中求胜"平衡挑战：在限定水域完成指定动，如横排、圆形、弧形作，培养团队信任与配合
3. "最美战队"创意航拍：用皮划艇摆出企业 LOGO，留下高光时刻

赋能价值：提升沟通效率、强化责任意识、激发团队荣誉感



■ 山地越野车 | 极限赛道突围

团队目标：勇闯障碍，智取胜利！

1. "领袖领航"接力赛：每组轮流担任领航员，指挥队友通过复杂地形
2. "团队计时"极限赛道：记录全队完成时间，每失误一次加时 5 秒
3. "战术复盘"分享会：赛后分析最佳路线，提炼团队决策经验

赋能价值：锻炼危机决策、培养领导力、增强团队执行力

■ CS 野战 | 战术对抗演练

团队目标：以智取胜，协作制敌！

1. "攻守同盟"夺旗战：红蓝双方争夺中央旗帜，考验战术部署与资源分配
2. "绝地反击"生存赛：弹药有限，如何以弱胜强？激发团队智慧
3. "战地指挥官"角色轮换：每人轮流担任队长，体验不同领导风格

赋能价值：强化战略思维、优化资源调配、提升快速应变能力

■ 环湖小火车 | 观光休闲体验

团队目标：放松身心，增进交流！

1. "最美风景"摄影赛：沿途捕捉最美湖景，评选最佳摄影作品
2. "团队故事会"：轻松氛围中分享职场趣事，拉近同事距离
3. "企业文化问答"：结合沿途风景设置趣味问答，深化企业认同感

赋能价值：促进跨部门交流、缓解工作压力、增强团队凝聚力



■ 一句 Slogan

真正的强者不是单打独斗，而是让团队成为你的超能力！在挑战中突破，在协作中共赢！

➤ 古龙峡浪尖狂飙·沉浸式勇闯亚马逊

古龙峡国际漂流赛场，征服“浪尖上的过山车”！以 6 公里超长赛道、378 米狂野落差、72 公里时速创“世界最长落差最大自然水域赛道”纪录，被业界誉为“中国漂流巅峰之作”。



■ 首创情景式雨林激战

穿越猩猩岛、鳄鱼潭、恐龙谷，原始“野人”突袭泼水、巨兽嘶吼，开启“勇闯亚马逊”沉浸式互动！激流中上演丛林冒险大戏，尖叫与笑声交织峡谷。

■ 专业安全双保障

国家体育总局指定赛道、国际极限训练基地，顶级安全体系获中国船级社认证，开业 16 年 0 事故。原始雨林遮天蔽日，22℃清凉水质，广东唯一“免防晒漂流”！



■ 一句 Slogan

漂世界纪录赛道，闯狂野雨林——让尖叫响彻峡谷！

➤ 古龙秘境·大瀑布群——穿越时空的奇幻雨林探险

■ 国内落差最大瀑布群

全长 810 米，九级连环落差达 263 米，如巨龙盘踞山间，主瀑万丈崖宽 45 米，三级飞泻如天河倒悬，气势磅礴震撼。

■ 沉浸式史前雨林奇遇

首创“5D 互动科技”，融合仿真恐龙与原始生态。穿行森林栈道，霸王龙嘶吼、翼龙掠空、食人花暗藏，百种史前巨兽与河谷巨鱼鲜活再现，开启“重返侏罗纪”奇幻之旅。



■ 一句 Slogan

探亿年秘境，闯雨林幻境——在古龙瀑影中听见远古的回响！

➤ 云天玻霸——世界纪录高空玻璃霸主，云端心跳之旅

云天玻霸是世界首个集悬空玻璃平台、玻璃吊桥、栈道、悬廊、天镜、直播间六位一体的高空玻璃组合，悬浮于 530 米群山瀑布之巅，创 12 项世界纪录认证。



■ 世界最长悬空平台

302 米玻璃平台以 72 米悬空跨度横跨瀑布，UFO 造型顶部设 18 米观景圆台，直面深渊激流。



■ 世界最宽观瀑玻璃桥

329 米玻璃桥最宽达 6.8 米，设港湾式观景台与 5D 破裂特效，触发“山崩地裂”沉浸式体验。

■ 浪漫环线设计

全长 1314 米高空步道寓意“一生一世”，沿途 9 个全景凸台、月牙桥心形雕塑，成为情侣打卡地。

■ 极速登顶体验

世界最高户外扶梯 2 分 45 秒直达云端（相当 30 层楼提升）。

■ 一句 Slogan

踏破天际，心悬云端——在 1314 米的苍穹之巅，见证你的勇敢！

➤ 正宗湘菜馆，香传万家团宴首选

餐厅以“湘”当有味、“湘”见恨晚、“湘”当实惠为理念，专注呈现地道湖南风味。主打食材新鲜、味道正宗、超级下饭的经典湘菜，唤起“妈妈的味道”。环境为商务风格，拥有大型宴会厅和 10-22 人不等特色包房，是清远接待企业团建、商务宴请及家庭聚餐的优质之选。

■ 推荐理由

1. “说走就走”的湘味之旅

清远作为“粤湘桂交界地”，早已融合湘菜精髓，是深圳人短途觅辣的最佳跳板。

2. 辣而不虐，鲜辣交融

清远湘菜为适应广东气候，降低燥辣感，保留湘菜“香鲜软嫩”的灵魂。

3. 创意味觉革命

本地新鲜食材吸饱辣香，颠覆传统粤菜味型；辣而不呛，肉香透亮，比肉更下饭！

■ 地道湖南风味

厨师团队操持正宗湘菜，食材新鲜，菜品香辣过瘾，是体验“舌尖上的湖南”的实惠选择。菜品份量实在，口味下

饭，人均消费合理，践行“湘”当实惠的承诺。

■ 沉浸式尊享体验

特设 22 人大桌包房及多个 10 人以上包间，环境雅致，满足团建及大型聚会需要，体验好宾至如归。



■ 参考菜单

菜单 500 标 (9 菜 1 汤)

海带龙骨汤、椒香蒸鲜鲩（辣）、板栗烧乡里土鸡、干锅跳跳蛙（辣）、拆骨肉焖荷包蛋（微辣）、北江野生小鱼虾（微辣）、辣椒小炒肉（微辣）、酱香嫩豆腐、大盘有机长豆角、清炒蒜蓉时蔬、可乐或雪碧 1 瓶、米饭

■ 一句 Slogan

酸辣浓湘，妈妈手艺香；一口入魂，回味似归乡！

➤ 奇迹花园：美学旅拍圣地，刷爆朋友圈的秘密花园

奇迹花园是以花艺美学为核心的农业旅游综合体。百亩花田中，拱形杜鹃长廊、格桑花海、玫瑰园与向日葵田交织成莫奈式调色盘，紫、红、黄三色泼洒于大地，微风拂过花香沁脾。这里远离喧嚣，阳光、草地与晚霞构成天然摄影棚，随手一拍即是大片，堪称“美学旅拍天花板”。



■ 视觉美学盛宴

四季花海不重样：春季油菜花田、夏日向日葵金浪、秋日格桑粉雾、冬季三角梅红霞，搭配匠心花艺造型（如鲜花拱门、恐龙绿雕），宛如“打翻的调色盘”。

■ 沉浸式美学场景

野奢美学营地：花丛中的纯白帐篷、秋千、心形吊椅，营造浪漫电影感。夜幕下，发光昆虫灯、古风灯笼与极光秀点亮花园，光影交织如梦境。



■ 一句 Slogan

一园藏尽四季色，一步一景皆成诗。——花海为布，光影为笔，这里是清远必打卡的美学朝圣地。

➤ 花卉庄园园林餐厅：本地农家菜网评第1名

花卉庄园园林餐厅集花海景观与地道粤式农家菜于一体。餐厅以“正宗广府味，粤食越想食”为核心理念，主打现点现烹的农家风味，食材每日新鲜直供，镬气十足。园内绿树环绕，帐篷与花艺造景相映成趣，营造出“室内营地”般的野趣美学空间，是本地人聚餐常选地。



■ 食材本真·农家鲜味

严选清远走地鸡、洲心烧肉等本土食材，药膳水蒸鸡以古法蒸制锁住肉汁，搭配簸箕白切鸭、榄角蒸边鱼，诠释的粤菜精髓。

■ 花园秘境·沉浸用餐

首创“室内营地”概念，帐篷餐位藏身百亩花田，食客在禾雀花廊、玫瑰园旁用餐，避开日晒雨淋，尽享野奢情调。夜幕降临时，暖黄灯光点缀花丛，营造出电影感氛围，随手拍出朋友圈大片。

■ 高性价比·地道体验

本地人认证：“食材新鲜、分量扎实，吃出妈妈手艺的锅气香！”。



■ 参考菜单

菜单 500 标 (9 菜 1 汤)

人参鸡汤、药膳水蒸鸡、簸箕白切鸭、榄角蒸边鱼（微辣）、白切洲心烧肉、猪哥一夜情（微辣）、农家小炒肉（辣）、酱烧鱿鱼卷（辣）、拍蒜焖香芋南瓜、蒜蓉油麦菜、米饭

■ 一句 Slogan

一园藏尽百花香，一筷尝遍粤北鲜。——花园为席，美食为媒，这里是清远味觉与视觉的双重盛宴。

➤ 星球营地 | 烧烤晚宴 + 瑶乡篝火轰趴

■ 饕餮盛宴

在营地草坪星空下开启顶级烧烤派对，精选本地新鲜食材搭配专业烤炉，让滋滋作响的食材在烟火气中唤醒味觉狂欢，打造舌尖上的“露营米其林”体验。



■ 潮玩体验

星球营地综艺同款趣味游戏+户外拓展设备全覆盖，从真人桌球到星空 KTV，十余种新潮玩法助您一键卸载工作压力，在欢笑中重拾生活多巴胺。

■ 文旅新地标

融合清远山水意境与现代娱乐设施，既是网红打卡圣地，也是企业团建优选，用美食与自然重新定义珠三角短途度假新方式。

■ 星空 K 歌之王

在漫天星光下，以天地为舞台，用音乐点燃激情！专业户外音响设备+海量热门曲库，让你在清新晚风中尽情释放歌喉。无论是深情独唱还是好友合唱，每一首歌都将成为这个夜晚最动人的回忆。

■ 篝火狂欢派对

20:00 整，篝火准时点燃！大家手拉手围成圆圈，在专业领舞带领下跳起欢快的舞蹈。跳动的火焰映红笑脸，热烈的氛围让陌生人变成朋友。还可以来一场即兴才艺秀，让这个夜晚更加难忘！

■ 仙女棒小烟花（可选）

篝火噼啪作响时，我们点亮仙女棒。轻轻一挥，金色火花立刻在夜色中绽放，像流星雨划过掌心。那些跳跃的光点映亮笑脸，让夏夜瞬间变得梦幻起来。快举起你的仙女棒，和我们一起创造这片闪亮的回忆吧！

◇ 营地温馨提示

营地轰趴篝火+KTV 为营地全员游客参与游玩，篝火晚会于 20:00-20:30 举行，如遇下雨则不能举行，无费用可退，敬请谅解。



➤ 清远枫渡酒店 | 网评 4 钻

■ 酒店简介

锦江酒店旗下中高端品牌，以“质感生活”为核心，通过智能化与个性化设计重塑旅居体验。“一店一设计”理念贯穿空间营造，将自然元素与现代美学相融：客房配备智能控温、灯光系统，以原木色调与艺术软装打造简约温馨氛围；公区嵌入书籍、音乐、摄影作品等人文触点，营造可休憩、可思考的治愈空间。品牌以“空间叙事”连接差旅客群的情感需求，在经典传承中传递“居停如归”的当代旅居哲学。



■ 酒店概况

开业：2025 年

客房数：126 间（一期）

■ 房间特色

标双床型 1.35 米（超大）、床头柜无线充电、智能 AI 声控系统、智能窗帘、智能马桶、温显花洒。



祝各位贵宾旅途愉快！

❖ 费用包含

1. 交通服务：全程安排空调旅游巴士接送，按实际参团人数调配车辆（指定上车点往返接送）。
2. 景点门票：包含行程所列所有景点的首道门票（注：不含景区内二次消费项目及自费体验项目）。
3. 餐饮安排：全程提供 3 次正餐（餐标以确认单为准）及 1 次早餐，正餐以当地特色菜为主。
4. 住宿标准：清远轻奢型酒店住宿（默认双人间，或同等级酒店）。
5. 导游服务：配备专业导游全程陪同，提供景点讲解、行程协调等服务。

❖ 费用不含

1. 个人消费：行程外的私人消费（如购物、景区内二次消费项目、自费餐饮等）。
2. 单房差补缴：酒店默认安排双人间，若单人参团或单男单女无法拼房，需补缴单房差。
3. 保险建议：建议自行购买个人旅游意外险。

❖ 温馨提示

■ 车辆乘坐规定

请严格遵守旅游车辆载客规定，严禁超载。所有乘客（包括未成年人及婴儿）均需单独占用座位。

报名时请如实申报出行人数，未经旅行社书面同意，不可临时增加同行人员（含儿童及婴儿）。若因超载导致无法乘车，责任需自行承担。

■ 证件与入住须知

根据广东省公安厅要求，入住酒店时，所有人员（含儿童）必须携带本人有效身份证件（身份证、护照等），否则可能无法办理入住。建议提前核对证件有效期，并随身保管，避免遗失影响行程。

■ 安全与财物管理

请妥善保管个人财物，随身携带贵重物品。旅行社不承担因财物丢失造成的损失。

景区游览时遵守安全警示，切勿擅自进入未开发区域，违者可能面临罚款或事故风险。

■ 行程安排须知

旅游旺季期间，景点、餐厅可能出现排队或拥挤情况，建议预留充足时间并配合工作人员引导。

行程顺序可能因天气、交通管制、景区限流等不可抗力因素调整，旅行社将协助处理未产生费用退款，但不承担额外损失。

■ 文明旅游倡议

请遵守景区规定，保护文物古迹和生态环境，自觉带走垃圾，践行“光盘行动”。

尊重当地风俗习惯，友善回应游客问询，共同营造清远“暖心旅游”环境。

备注：以上条款依据广东省文旅规范及清远市最新政策整理，更多详情可参考清远市旅游局官方公告或咨询旅行社。

❖ 漂流高危项目安全须知

漂流是一项极具刺激性的水上运动，但同时也存在一定的危险性。为了确保您在漂流过程中的安全，请仔细阅读并遵守以下安全须知：

■ 不适宜参与漂流人群

出于安全考虑，以下人员严禁参与漂流活动：

1. 患有精神病、颈椎病、高血压、心脏病、癫痫病、腰椎病、骨折及运动障碍的患者。
2. 过量饮酒的游客。孕妇、身高 1.2 米以下的儿童、55 岁以上老人。

3. 其他被漂流管理人员建议不宜参加的游客。

以上仅为部分不适宜漂流的疾病类型示例，如果您患有其他可能影响参与旅游活动的疾病，请主动向旅行社告知或咨询相关事宜。

■ 物品保管、安全装备穿戴与使用

1. 漂流前，请将相机、手机、首饰、手表、车钥匙、现金等贵重物品交至寄存处妥善保管，防止遗失或浸水。同时，请保管好寄存柜钥匙。
2. 漂流过程中身体会被水浸湿，且岸边通常较为湿滑。因此，在漂流前，请您务必穿上漂流服或泳装，并搭配软底鞋，以防止滑倒和擦伤脚底。
3. 漂流时，请正确穿戴安全帽和救生衣，并留意航道引导标志。
4. 在漂流艇进入滑道和跳台之前，游客必须正确放置划桨，双手紧紧抓住安全绳，严禁松手和站立，要坐稳身体，这样才能更安全地体验速度带来的刺激。

■ 行为规范及指挥安排

1. 在整个漂流活动中，一定要严格听从导游或者工作人员的指示，时刻注意自身安全。
2. 在漂流过程中，请不要过度打水仗、嬉戏；不要进入河道游泳、玩水，以免脚部被划伤；
3. 切勿脱下安全帽和救生衣；不要随意将橡皮艇、安全帽交给他人或随意丢弃。
4. 全程禁止离艇玩耍或单独前往危险地带，避免发生意外事故。

❖ 漂流常见问答

1. 漂流需要准备什么物品？
漂流时衣服会被水浸湿，建议您携带一套换洗衣服。
2. 下雨对漂流有影响吗？
漂流本就是一项会湿身的活动，下雨不会对漂流造成影响。
3. 漂流每条船乘坐几个人？
一般是 2 人一条船，不过 1 个人也可以参与漂流。
4. 景区内有更衣室和冲凉房吗？
景区配备了更衣室和冲凉房，为您提供便利。
5. 漂流有年龄限制吗？
男性 60 岁以下、女性 55 岁以下且儿童身高 1.2 米以上可以参加漂流。

以上各项，阁下已阅读并同意参加。

签名：

❖ 奔赴下一场山海



那些飞驰的、欢笑的、并肩的瞬间
终将成为背包里最轻盈又最珍贵的行囊

不必说再见
因为旅途从未真正结束
它只是悄悄藏进下一程的晨光里
等待我们再次出发

你看
远方的山岚已泛起新的邀请
而我们的故事
永远在奔赴的路上

