

住佛冈碧桂园假日酒店、无限次浸泡温泉、赏韶关南雄帽子峰银杏林、南华禅寺祈福、马坝人遗址博物馆、百年东街 3 天



行程特色

【韶关南雄帽子峰】 “银杏之乡”、满城“杏福”、媲美九寨沟、

【南华禅寺】 中国佛教名寺之一，中国佛教禅宗著名寺院，是禅宗六祖惠能宏扬“南宗禅法”的发源地。

【百年东街/风采楼】 曾是华南历史上最繁荣的商贸街之一

【品质纯玩】 全程无购物，纯玩自由，放心玩耍，乐享旅途

行程安排

第 1 天：集合出发→佛冈碧桂园假日温泉酒店→晚餐→浸泡温泉

12:30 大剧院地铁站 B 出口 13:00 深大北门（深南路-深大北门 2 公交站台的南头方向天桥底下）

13:30 坪洲地铁站 B 出口（注：回程送至指定上车地点，中途不停车）：

12:30 指定地点集合后出发，开始行程

15:30 佛冈碧桂园假日温泉酒店(官方直营店)

入住后自由活动，凭房卡享受自助早餐、凤凰温泉、泳池等项目。

【碧桂园假日温泉酒店】 位于广东省 4A 级风景旅游区羊角山旁，所有房间均配备无线或宽带上网服务、迷你吧、落地窗，多数房间还配备开阔观景阳台。酒店依山而建有主楼客房、花园里复式房、凤凰湾温泉、凤凰轩餐厅、会议中心、儿童游乐园等，这里空气清新，悠然自乐，是旅行度假、商务会议首选之地。



凤凰湾温泉建筑风格温情雅逸，亭台殿阁高低错落，回廊水榭勾连相通，将 30 多个不同主题的汤池构建在半山别墅怀抱之中，感受原汤沐浴、与大自然的韵味气息、甘霖与宁静之温泉文化。



18:00 【晚餐】晚餐后自由活动，自由泡温泉

第 2 天：早餐→仙桥地下河→韶关→南华禅寺→马坝人遗址博物馆→百年东街→酒店

08:00 【早餐】

09:30 仙桥地下河 (乘船游览约 2 小时)

【英德·仙桥地下河景区】位于广东省北部，其地质地貌形成于约 2 亿 5 千万年前。全长 13 公里，第一段暗河又名“龙宫前门”；由于寄居洞内的蝙蝠比较多，因此第一段暗河又被称为“蝠洞”。第二段明河全长 2 公里，又名九曲溪，取自王羲之《兰亭集序》中“流觞曲水”之意。明河九曲十八弯，两岸竹子青翠，别致、而别具风韵。第三段暗河，又名“仙河龙宫”，全长 1300 米，内含倒挂雪莲、龙床待卧、明月照沙滩等景点，可谓景区的精华之在。



12:00 【中餐】

13:00 南华禅寺 (参观 1-2 小时)

南华寺坐落于广东省韶关市曲江区马坝镇的曹溪之畔，人称“东粤第一宝刹”。

始建于南北朝梁武帝天监元年（公元 502 年）。因禅宗六祖在此弘法，也称六祖道场。南华寺建筑面积一万二千多平方米，由曹溪门、放生池、宝林门、天王殿、大雄宝殿、藏经阁、灵照塔、六祖殿等建筑群组成。



15:00 马坝人遗址博物馆（前往参观狮子岩马坝人遗址博物馆，约 1 小时）

马坝人是介于猿人与现代人之间的古人，生活在约 13 万年前的旧石器时代，展厅面积 2000 多平方米，首层展厅主要展出“马坝人”化石和同期古生物化石，以及对古人原始生存环境的恢复；第二层展出“石峡文化”遗址出土的实物及历史变化的恢复，是一处人类文化科教基地和科学旅游点。



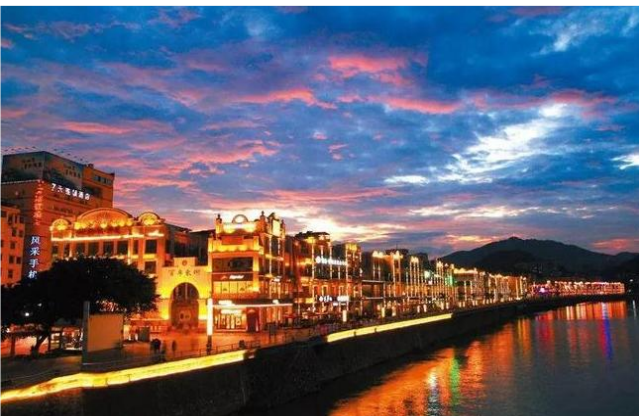
马坝人的头骨化石和复原像



17:00 百年东街/风采楼（自由前往游览 2 小时），外出请尽量结伴同行，注意人身财产安全。

【韶关百年东街】以百年历史的南洋骑楼为建筑风格，有多个特色商业组团，其中包括主题文化广场、特色瀑布酒店、国内国外各色餐饮、大型购物商场、滨江广场绿色长廊等，这个大型滨江商业风情的步行街将会成为韶关最重要的新城市名片之一。**晚餐在百年东街自理，自行前往步行街寻找当地美食。**

【风采楼】是明代宏治年间韶州知府钱镛为纪念北宋名臣余靖而建，屡经重修。在风采楼三楼，设有以余靖生平事迹展为主题的展览，是广东省人文社会科学普及示范基地。



20:30 入住韶关市区酒店，参考韶阳假日酒店、嘉华酒店、山水酒店等或其余同级

第 3 天：早餐→韶关南雄帽子峰→中餐→结束返程**08:00 【早餐】****09:00 韶关南雄帽子峰**游玩 2-3 小时（行程包含景区大门票，不含环保车费用，**上山需换成环保车费用自理 30 元/人，此项目为必消项目**）

南雄是国内纬度最低的天然银杏生长区域，现有银杏林近 10 万亩，上百亩规模的银杏基地就有 20 个。银杏树每年 11 月中旬开始成熟，成熟后叶子变得金黄金黄，北风的吹拂下，纷纷扬扬落到地面，铺成了金色的大地，称之为“黄金满地”。

帽子峰林场：属低山丘陵，山脉走向起伏显著。林场境内北高南低，西高东低。特别是深秋季节，林场银杏金黄，层林尽染，受到了许多摄影发烧友的追捧。有“粤北九寨沟”之美誉。

**12:00 【中餐自理，在景区内自理午餐】****14:00 行程结束，乘车返回温馨的家**

——以上行程安排可能会因天气、路况等不可抗力因素，在不影响行程和接待标准前提下，

经全体游客协商同意后，进行游览顺序调整，敬请谅解！祝您旅途愉快！——

【费用已含】

- ◇ 交通：按实际参团人数安排空调旅游巴士；
- ◇ 景点：行程表内所列的景点第一道门票；
- ◇ 住宿：第一晚佛冈碧桂园假日酒店+第二晚韶关市区酒店
- ◇ 用餐：2 正餐 2 早（正餐餐标 300 元/围，8 菜 1 汤，10-12 人 1 桌，酒店含早）；

【费用未含】

- ◇ 行程外私人所产生的个人费用；
- ◇ 景点内游览车费用，园中园门票；不含帽子峰银杏环保车交通费用 30 元/人
- ◇ 单男单女房差：255 元/人，车差：260 元/人；
- ◇ 小孩超高收费标准：餐费 1.2 米以下按小童收取半价餐，超高补餐费 30 元/人，

佛冈碧桂园：早餐：1.2m 以下儿童免费、1.2m-1.5m 儿童 49 元、1.5m（含）以上按 98 元/位；

温泉：1.2m 以下儿童免费、1.2m-1.5m 儿童 49 元、1.5m（含）以上按 98 元/位；

韶关市区酒店早餐：1.2m 以下儿童免费、1.2m-1.5m 儿童 28 元，1.5m（含）以上按 48 元/位；

其他门票：仙桥地下河：1.2 米以下免票，1.2 以上 40 元/人

南华禅寺:: 1.2 米以下米免票, 1.2 以上 40 元/人

帽子峰银杏: 1.2 以下免费, 1.2-1.5 米小童 55 元/人, 1.5 以上 80 元/人

集合地点:

12:30 大剧院地铁站 B 出口 13:00 深大北门 (深南路-深大北门 2 公交站台的南头方向天桥底下)

13:30 坪洲地铁站 B 出口 (注: 回程送至指定上车地点, 中途不停车):

温馨提示

1. 请游客务必带上身份证原件, 入住酒店必须一人一证(否则无法入住酒店);
2. 旅游车辆严禁超载, 未成年小童及婴儿均需占有车位。敬请客人按实际报名人数出行, 未经旅行社同意不能临时增加人员 (包括小童及婴儿), 如车位不足, 我社将拒绝上车。敬请谅解;
3. 本行程为参考旅游行程, 旅行社有权根据实际情况对行程游览先后顺序作出合理调整, 如遇旅行社不可控制因素 (如塌方、塞车、天气、航班延误、车辆故障等原因) 造成行程延误或不能完成景点游览或影响回程的交通, 旅行社负责协助解决或退还未产生的门票款, 由此产生的费用游客自理, 旅行社不承担由此造成的损失及责任;
4. 在行车途中, 请各位游客系上旅游车座位的安全带, 如因未系安全带被罚款及师傅被扣分, 产生的费用由游客自行承担;
5. 出游过程中, 如因自身原因需放弃部分行程的, 放弃行程期间的人身安全由旅游者自行负责。旅途中请注意保管好自己的财物, 如有发生财物丢失旅行社不承担责任;
6. 不接受孕妇报名, 如有隐瞒, 产生意外, 旅行社不承担责任;
7. 70 周岁以上老年人预订出游, 须签订《健康证明》并有家属或朋友陪同方可出游。因服务能力所限, 无法接待 80 周岁以上的旅游者报名出游, 敬请谅解;
8. 请游客注意酒店卫生, 房间设备、用品不能损坏; 如有贵重物品可存放在酒店保险箱或随身保管, 如有遗失, 我社不予承担责任; 退房前自行结清房间提供的饮料、食品、洗涤和长途电话费用;
9. 正值旅游旺季, 各景点、餐厅游客较多, 可能会出现拥挤、排队等候等现象, 因此给您带来的不便敬请谅解;
10. 游客对旅行社团队接待实际情况以在当地填写的《游客意见反馈单》为准, 请各位团友认真、如实填写, 这将作为我社此次团队接待质量和处理投诉问题的依据。

【泡温泉注意事项】

- 1、严禁过量饮酒后立即入池泡温泉, 应静养休息 2 小时候以上。
- 2、温泉洗浴除自带泳装外, 其他均由温泉酒店提供, 且要爱护酒店公用设施。
- 3、进入温泉先淋浴, 将身体洗净后才可进入池中浸泡, 这是礼貌, 也是公德。
- 4、用温泉水做个暖身浴, 由下往上, 全身都要适应温泉的温度。然后, 用温泉水浇淋头部。在冬天入浴的时候, 这个从头到脚的暖身浴可以预防脑部贫血的产生。

5、慢慢地进入浴池。只泡到胸口部分，也就是所谓的半身浴。等到全身都暖和起来后，再泡到肩膀，也就是全身浴。如此循序渐进，可避免脑部充血。

6、泡汤的时间视温度而定，如果身体一下子产生太大的反应，则可先起身休息。等到身体缓和下来后，再继续泡汤。

7、浸泡时间视个人需要及泉温而定，一般而言，单次不宜超过 20 分钟，浸泡过久也会导致心脏负荷过重。

8、年长者或心脏衰弱者，最好不要采用坐姿。而应以浴槽边线当枕头，手脚舒展开的方式入浴，以免有心慌或胸口闷的情形发生。

9、尽量避免饭前或饭后立即浸泡温泉，饭后应该至少间隔 60 分钟较恰当。

不宜人群:

- (1) 孕妇或生理期女性;
- (2) 手术后未痊愈者;
- (3) 酒后及过度疲劳者;
- (4) 急性病症 (如急性胃肠炎等)、出血症;
- (5) 严重心脏病、中重度高血压、呼吸功能障碍者;
- (6) 传染病 (如急性肝炎);
- (7) 恶性肿瘤、癫痫病等;
- (8) 患有高血压、心血管疾病的客人须遵照医嘱及有健康成年人陪伴方可入池浸泡。