

浙旅院千岛湖校区 职工疗休养方案

承办单位：浙江旅游职业学院千岛湖校区疗休养中心(筹)

方案撰写：邵 辉 13777556414

目 录

1、基地介绍

2、酒店介绍

3、疗养日程

4、活动项目

【基地介绍】

浙江旅游职业学院千岛湖校区职工疗养基地是职工休养、养生度假胜地，是职工疗养休养、学习培训和技能交流的基地，也是中外人士休闲度假、旅游观光、商务会议的理想之选。

校区坐落于千岛湖 5A 级风景区内，风光秀丽，景色宜人。校区规划面积 500 亩，建设用地约 165 亩，建筑面积约 4 万平方米，计划在校生规模 1200 人以上。办学形式以普通全日制学历教育为主，首批新生将在酒店管理、酒店管理(中澳合作)与老年服务与管理(健康养生、养老物业方向)三个专业进行学习。



1、疗养酒店：

千岛湖旅苑酒店重磅袭来——酒店坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……

这是一个超乎你想象、去了还想再去的地方……

何不趁着温热的阳光、静好的岁月，和千岛湖旅苑酒店来一场温馨的约会……



2、定点合作酒店——温馨岛浙旅度假酒店

千岛湖温馨岛浙旅度假酒店是千岛湖唯一一家环境优美的全岛型度假休闲酒店，奢华优雅的现代建筑，亚热带季风气候下的自然曼妙风情，宽敞舒适的酒店客房，无与伦比的养生美食体验，时尚多样的休闲设施，风格独特的水上娱乐项目将带给您轻松愉快的体验。酒店分 A、B 两个区域，间间客房碧湖环抱，A 区豪华、行政房和温馨湖景房（主楼别墅）均配备有观景露台能够坐拥千岛湖一湖秀水，B 区度假湖景小木屋小而别致，为您带来轻松自然的心灵感受。

同样的“湖”、同样的“岛”；别样的“风情”、别样的“温馨”。



【疗养方案一】淳安五日疗休养——经典篇（住校内）

【产品特色】

- ✧ **疗**：千岛湖镇有着“一城山色半城湖”的迷离风光，依山傍湖而建的当地豪华湖畔度假酒店供您选；1078 个岛屿山水环绕之间，临湖入住，让您远离喧嚣，枕着一湖秀水轻轻入睡。清晨，首先映入眼帘的是湖岛相拥的山水美景，拂面而来的是沁人心脾的清新湖风…… 享受在岛屿之中的宁静与喧嚣之间的舒适与放松。
- ✧ **赏**：那一处难画亦难诗的胜景，令中外游客无不倾倒。这处千娇百媚的胜景，就是有“天下第一秀水”之称的——千岛湖。
- ✧ **住**：浙旅千岛湖校区旅苑酒店，带你享受美景、重温校园生活！

【参考图片】



【行程安排】

日期	行 程 安 排		
1	出发地/淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：中、晚
	早上集合出发前往千岛湖，中餐后入住酒店，参观【浙旅院千岛湖校区】：坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……傍晚进行【千岛湖骑行】沿着最美环湖淳杨绿道骑行千全长 7.6 公里，全程千岛湖绿道骑行，沿途绿化非常好，空气也很清新，路途中配备千岛湖驿站，可以停下来喝杯茶，欣赏千岛湖上江埠大桥（预计往返 2.5 小时）也可以驻足欣赏千岛湖湖景，近距离的接触千岛湖湖光山色。		
2	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早上千岛湖出发，前往【芹川古民居】（门票免），游览古村落，观看千岛湖现存为止，保存最完好的古村落。体会白墙黑瓦的梦中意境(游览 1.5 小时)，下午返回校区，进行【摄影讲座】，分享上午的美景图片！		
3	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后前往千岛湖旅游码头，乘船游览被誉为“天下第一秀水”千岛湖中心湖区，游览【梅峰岛】徒步或缆车登上梅峰岛，纵览千岛湖风光，识千岛真面貌；游览【渔乐岛】由原鸵鸟岛改建而来，岛上用中餐；【龙山岛】从海瑞祠拾级而上，一路鸟语花香，林木葱翠，约行五百级石阶小径可直达宁古钟楼，游人可乘兴撞钟觅趣，亦可眺望湖光山色，领略一番世间少有的人间美景；游览；下午 13：30 左右靠岸，逛秀水街。		
4	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后，游览“华东第一石林”之称的【千岛湖石林景区】（游程 1.5 小时），石林因为山高，而又近水，所以夏天气温要比其他地方低很多，是避暑休闲的绝佳去处。远离世俗的喧嚣，远离城市的浮躁，驾车携友，共赴石林；在高山端，在碧水旁，体验别样的夏天，感受凉爽的夏夜。千岛湖石林景区面积 20 平方公里，是中国四大石林之一。其面积之广，规模之大，景观之奇在华东地区堪称一绝，被称为“华东第一石林”下午自由活动。		
5	淳安/杭州	住：	餐：早、中
	早餐睡到自然醒，中餐后适时返回，结束愉快的疗休养行程 ！		

【费用明细】

- 1、门 票：环湖骑行 40 元；千岛湖中心湖区 210 元；芹川古民居；千岛湖石林 100/80； 小计：330 元/人
- 2、住 宿：千岛湖旅苑酒店 240 元/间（含早）*4 晚 小计：480 元/人
- 3、摄影讲座：50 元/人
- 4、餐 费：450 元/人（9 正 4 早，正餐 50 元/人/餐）
- 5、保 险：旅行社责任险及个人旅游意外险（保额 20 万元/人） 20 元/人
- 6、服 务：当地陪同服务（含住宿用餐）：60 元/人
- 合计：1390 元/人

【疗养方案二】淳安五日疗休养——趣味运动篇（两晚内+两晚升级五星度假酒店）

【产品特色】

- ✧ **疗**：千岛湖镇有着“一城山色半城湖”的迷离风光，依山傍湖而建的当地豪华湖畔度假酒店供您选；1078 个岛屿山水环绕之间，临湖入住，让您远离喧嚣，枕着一湖秀水轻轻入睡。清晨，首先映入眼帘的是湖岛相拥的山水美景，拂面而来的是沁人心脾的清新湖风…… 享受在岛屿之中的宁静与喧嚣之间的舒适与放松。
- ✧ **赏**：那一处难画亦难诗的胜景，令中外游客无不倾倒。这处千娇百媚的胜景，就是有“天下第一秀水”之称的——千岛湖。
- ✧ **住**：浙旅千岛湖校区旅苑酒店，带你享受美景、重温校园生活！

【参考图片】



【行程安排】

日期	行 程 安 排		
1	杭州/淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：中、晚
	早上集合出发前往千岛湖，中餐后入住酒店，参观【浙旅院千岛湖校区】：坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……傍晚进行【千岛湖骑行】沿着最美环湖淳杨绿道骑行千全长 7.6 公里，全程千岛湖绿道骑行，沿途绿化非常好，空气也很清新，路途中配备千岛湖驿站，可以停下来喝杯茶，欣赏千岛湖上江埠大桥（预计往返 2.5 小时）也可以驻足欣赏千岛湖湖景，近距离的接触千岛湖湖光山色。		
2	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
早餐后【进行趣味运动会】：开场律动：道具、人员就位，音乐、律动热场……。团队分组：编队歌，鼓舞士气。同舟共济、毛毛虫竞速、雷霆战鼓等一个一个有动的职工团体运动活动，有助于职工身心，体能健康和团结。			
3	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后前往千岛湖旅游码头，乘船游览被誉为“天下第一秀水”千岛湖中心湖区，游览【梅峰岛】徒步或缆车登上梅峰岛，纵览千岛湖风光，识千岛真面貌；游览【渔乐岛】由原鸵鸟岛改建而来，岛上用中餐；【龙山岛】从海瑞祠拾级而上，一路鸟语花香，林木葱翠，约行五百级石阶小径可直达宁古钟楼，游人可乘兴撞钟觅趣，亦可眺望湖光山色，领略一番世间少有的人间美景；游览；下午 13：30 左右靠岸，逛秀水街。		
4	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【进行健康讲座和心理测试】，中餐后出发前往千岛湖【钓鱼岛休闲基地】：通票：包含观光游船. 巨网捕鱼. 古城鱼影魔幻馆. 休闲垂钓. 亲水皮划艇.（不限时，可重复游玩）体验与农夫山泉的零距离接触。晚上感受钓鱼岛的【全鱼宴】，品尝千岛湖鱼味馆“淳”牌有机鱼，体会千岛湖鱼头的魅力！		
5	淳安/杭州	住：	餐：早、中
	早餐睡到自然醒，中餐后适时返回，结束愉快的疗休养行程 ！		

【费用明细】

- 1、门 票：环湖骑行 40 元；千岛湖中心湖区 210 元； 千岛湖钓鱼岛：240/200； 小计：450 元/人
- 2、趣味运动会：120 元/人
- 3、住 宿：千岛湖旅苑酒店 240 元/间*4 晚 小计：480 元/人
- 4、餐 费：450 元/人（9 正 4 早，正餐 50 元/人/餐）
- 5、保 险：旅行社责任险及个人旅游意外险（保额 20 万元/人） 20 元/人
- 6、导 服：全陪及地陪导游（含住宿用餐）：60 元/人
- 合计：1580 元/人 （注：以上价格供参考，具体以实际时间和人数再核算）

【疗养方案三】淳安五日疗休养——拓展疗养篇（住校内）

【产品特色】

- ✧ **疗**：千岛湖镇有着“一城山色半城湖”的迷离风光，依山傍湖而建的当地豪华湖畔度假酒店供您选；1078 个岛屿山水环绕之间，临湖入住，让您远离喧嚣，枕着一湖秀水轻轻入睡。清晨，首先映入眼帘的是湖岛相拥的山水美景，拂面而来的是沁人心脾的清新湖风…… 享受在岛屿之中的宁静与喧嚣之间的舒适与放松。
- ✧ **赏**：那一处难画亦难诗的胜景，令中外游客无不倾倒。这处千娇百媚的胜景，就是有“天下第一秀水”之称的——千岛湖。
- ✧ **住**：浙旅千岛湖校区旅苑酒店，带你享受美景、重温校园生活！

【参考图片】



【行程安排】

日期	行 程 安 排		
1	杭州/淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：中、晚
	早上集合出发前往千岛湖，中餐后入住酒店，参观【浙旅院千岛湖校区】：坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……傍晚进行【千岛湖骑行】沿着最美环湖淳绿道骑行全长 7.6 公里，全程千岛湖绿道骑行，沿途绿化非常好，空气也很清新，路途中配备千岛湖驿站，可以停下来喝杯茶，欣赏千岛湖上江埠大桥（预计往返 2.5 小时）也可以驻足欣赏千岛湖湖景，近距离的接触千岛湖湖光山色。		
2	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【职工素质拓展】：开场律动：道具、人员就位，音乐、律动热场……。团队分组：编队歌，鼓舞士气。同舟共济、极速 60 秒、雷霆战鼓等一个一个有动的职工团体活动，有助于职工身心，体能健康和团结。		
3	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早上千岛湖出发，前往龙川湾，可以驻足观看千岛湖，领略千岛湖不凡风光。【龙川湾景区】面积约 2.31 平方公里，大小岛屿环绕错落，港汊曲折迂回，形成了“湖中有岛，岛中有湖”的龙川胜景（景区游程 3 小时）；结束后前往【芹川古民居】（门票免），游览古村落，观看千岛湖现存为止，保存最完好的古村落。体会白墙黑瓦的梦中意境（游览 1.5 小时）		
4	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【进行健康讲座和心理测试】，中餐后出发前往千岛湖【钓鱼岛休闲基地】：通票：包含观光游船、巨网捕鱼、古城鱼影魔幻馆、休闲垂钓、亲水皮划艇。（不限时，可重复游玩）体验与农夫山泉的零距离接触。晚上感受钓鱼岛的【全鱼宴】，品尝千岛湖鱼味馆“淳”牌有机鱼，体会千岛湖鱼头的魅力！		
5	淳安/杭州	住：	餐：早、中
	早餐睡到自然醒，中餐后适时返回，结束愉快的疗休养行程！		

【费用明细】

- 1、门 票：环湖骑行 40 元；龙川湾 160/120 芹川古民居：免费； 千岛湖钓鱼岛：240/200； 小计：360 元/人
- 2、拓 展：一天素质拓展 120 元/人
- 3、住 宿：千岛湖旅苑酒店 240 元/间*4 晚 小计：480 元/人
- 5、餐 费：450 元/人（9 正 4 早，正餐 50 元/人/餐）
- 6、保 险：旅行社责任险及个人旅游意外险（保额 20 万元/人） 20 元/人
- 7、导 服：地陪导游（含住宿用餐）：60 元/人
- 合计：1490 元/人
- （注：以上价格供参考，具体以实际时间和人数再核算）

【疗养方案一】淳安五日疗休养——经典篇（两晚内+两晚升级五星度假酒店）

【产品特色】

- ✧ **疗**：千岛湖镇有着“一城山色半城湖”的迷离风光，依山傍湖而建的当地豪华湖畔度假酒店供您选；1078 个岛屿山水环绕之间，临湖入住，让您远离喧嚣，枕着一湖秀水轻轻入睡。清晨，首先映入眼帘的是湖岛相拥的山水美景，拂面而来的是沁人心脾的清新湖风…… 享受在岛屿之中的宁静与喧嚣之间的舒适与放松。
- ✧ **赏**：那一处难画亦难诗的胜景，令中外游客无不倾倒。这处千娇百媚的胜景，就是有“天下第一秀水”之称的——千岛湖。
- ✧ **住**：浙旅千岛湖校区旅苑酒店，带你享受美景、重温校园生活！

【参考图片】



【行程安排】

日期	行 程 安 排		
1	杭州/淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：中、晚
	早上集合出发前往千岛湖，中餐后入住酒店，参观【浙旅院千岛湖校区】：坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……傍晚进行【千岛湖骑行】沿着最美环湖淳杨绿道骑行千全长 7.6 公里，全程千岛湖绿道骑行，沿途绿化非常好，空气也很清新，路途中配备千岛湖驿站，可以停下来喝杯茶，欣赏千岛湖上江埠大桥（预计往返 2.5 小时）也可以驻足欣赏千岛湖湖景，近距离的接触千岛湖湖光山色。		
2	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早上千岛湖出发，前往【芹川古民居】（门票免），游览古村落，观看千岛湖现存为止，保存最完好的古村落。体会白墙黑瓦的梦中意境(游览 1.5 小时)，下午返回校区，进行【摄影讲座】，分享上午的美景图片！		
3	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后前往千岛湖旅游码头，乘船游览被誉为“天下第一秀水”千岛湖中心湖区，游览【梅峰岛】徒步或缆车登上梅峰岛，纵览千岛湖风光，识千岛真面貌；游览【渔乐岛】由原鸵鸟岛改建而来，岛上用中餐；【龙山岛】从海瑞祠拾级而上，一路鸟语花香，林木葱翠，约行五百级石阶小径可直达宁古钟楼，游人可乘兴撞钟觅趣，亦可眺望湖光山色，领略一番世间少有的人间美景；游览；下午 13：30 左右靠岸，逛秀水街。		
4	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后，游览“华东第一石林”之称的【千岛湖石林景区】（游程 1.5 小时），石林因为山高，而又近水，所以夏天气温要比其他地方低很多，是避暑休闲的绝佳去处。远离世俗的喧嚣，远离城市的浮躁，驾车携友，共赴石林；在高山端，在碧水旁，体验别样的夏天，感受凉爽的夏夜。千岛湖石林景区面积 20 平方公里，是中国四大石林之一。其面积之广，规模之大，景观之奇在华东地区堪称一绝，被称为“华东第一石林”下午自由活动。		
5	淳安/杭州	住：	餐：早、中
	早餐睡到自然醒，中餐后适时返回，结束愉快的疗休养行程 ！		

【费用明细】

- 1、门 票：环湖骑行 40 元；千岛湖中心湖区 210 元；芹川古民居；千岛湖石林 100/80； 小计：330 元/人
- 2、住 宿：千岛湖旅苑酒店 240 元/间*2 晚
 温馨岛湖景房 650 元/间*2 晚 小计：890 元/人
- 4、餐 费：450 元/人（9 正 4 早，正餐 50 元/人/餐）
- 5、保 险：旅行社责任险及个人旅游意外险（保额 20 万元/人） 20 元/人
- 6、导 服：当地导游（含住宿用餐）：60 元/人
- 合计：1750 元/人（注：以上价格供参考，具体以实际时间和人数再核算）

【疗养方案二】淳安五日疗休养——趣味运动篇（两晚内+两晚升级五星度假酒店）

【产品特色】

- ✧ **疗**：千岛湖镇有着“一城山色半城湖”的迷离风光，依山傍湖而建的当地豪华湖畔度假酒店供您选；1078 个岛屿山水环绕之间，临湖入住，让您远离喧嚣，枕着一湖秀水轻轻入睡。清晨，首先映入眼帘的是湖岛相拥的山水美景，拂面而来的是沁人心脾的清新湖风…… 享受在岛屿之中的宁静与喧嚣之间的舒适与放松。
- ✧ **赏**：那一处难画亦难诗的胜景，令中外游客无不倾倒。这处千娇百媚的胜景，就是有“天下第一秀水”之称的——千岛湖。
- ✧ **住**：浙旅千岛湖校区旅苑酒店，带你享受美景、重温校园生活！

【参考图片】



【行程安排】

日期	行 程 安 排		
1	杭州/淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：中、晚
	早上集合出发前往千岛湖，中餐后入住酒店，参观【浙旅院千岛湖校区】：坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……傍晚进行【千岛湖骑行】沿着最美环湖淳杨绿道骑行千全长 7.6 公里，全程千岛湖绿道骑行，沿途绿化非常好，空气也很清新，路途中配备千岛湖驿站，可以停下来喝杯茶，欣赏千岛湖上江埠大桥（预计往返 2.5 小时）也可以驻足欣赏千岛湖湖景，近距离的接触千岛湖湖光山色。		
2	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【进行趣味运动会】：开场律动：道具、人员就位，音乐、律动热场……。团队分组：编队歌，鼓舞士气。同舟共济、毛毛虫竞速、雷霆战鼓等一个一个有动的职工团体运动活动，有助于职工身心，体能健康和团结。		
3	淳安	住：温馨岛浙旅度假酒店	餐：早、中、晚
	早餐后前往千岛湖旅游码头，乘船游览被誉为“天下第一秀水”千岛湖中心湖区，游览【梅峰岛】徒步或缆车登上梅峰岛，纵览千岛湖风光，识千岛真面貌；游览【渔乐岛】由原鸵鸟岛改建而来，岛上用中餐；【龙山岛】从海瑞祠拾级而上，一路鸟语花香，林木葱翠，约行五百级石阶小径可直达宁古钟楼，游人可乘兴撞钟觅趣，亦可眺望湖光山色，领略一番世间少有的人间美景；游览；下午 13：30 左右靠岸，逛秀水街。		
4	淳安	住：温馨岛浙旅度假酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【进行健康讲座和心理测试】。晚上感受钓鱼岛的【全鱼宴】，品尝千岛湖鱼味馆“淳”牌有机鱼，体会千岛湖鱼头的魅力！		
5	淳安/杭州	住：	餐：早
	早餐睡到自然醒，早餐后适时返回，结束愉快的疗休养行程 ！		

【费用明细】

- 2、门 票：环湖骑行 40 元；千岛湖中心湖区 210 元； 小计：250 元/人
- 3、趣味运动会：120 元/人
- 4、住 宿：千岛湖旅苑酒店 240 元/间*2 晚
温馨岛湖景房 650 元/间*2 晚 小计：890 元/人
- 5、餐 费：400 元/人（8 正 4 早，正餐 50 元/人/餐）
- 6、保 险：旅行社责任险及个人旅游意外险（保额 20 万元/人） 20 元/人
- 7、导 服：当地导游（含住宿用餐）：60 元/人
- 合计：1740 元/人

【疗养方案三】淳安五日疗休养——拓展疗养篇（两晚内+两晚升级五星度假酒店）

【产品特色】

- ✧ **疗**：千岛湖镇有着“一城山色半城湖”的迷离风光，依山傍湖而建的当地豪华湖畔度假酒店供您选；1078 个岛屿山水环绕之间，临湖入住，让您远离喧嚣，枕着一湖秀水轻轻入睡。清晨，首先映入眼帘的是湖岛相拥的山水美景，拂面而来的是沁人心脾的清新湖风…… 享受在岛屿之中的宁静与喧嚣之间的舒适与放松。
- ✧ **赏**：那一处难画亦难诗的胜景，令中外游客无不倾倒。这处千娇百媚的胜景，就是有“天下第一秀水”之称的——千岛湖。
- ✧ **住**：浙旅千岛湖校区旅苑酒店，带你享受美景、重温校园生活！

【参考图片】



【行程安排】

日期	行 程 安 排		
1	杭州/淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：中、晚
	早上集合出发前往千岛湖，中餐后入住酒店，参观【浙旅院千岛湖校区】：坐落于 5A 级景区浙江旅游职业学院千岛湖校区内，花园式别墅、依山傍水、环境宜人。游泳池、环湖跑道、图书馆、观景台比比皆是……傍晚进行【千岛湖骑行】沿着最美环湖淳绿道骑行全长 7.6 公里，全程千岛湖绿道骑行，沿途绿化非常好，空气也很清新，路途中配备千岛湖驿站，可以停下来喝杯茶，欣赏千岛湖上江埠大桥（预计往返 2.5 小时）也可以驻足欣赏千岛湖湖景，近距离的接触千岛湖湖光山色。		
2	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【职工素质拓展】：开场律动：道具、人员就位，音乐、律动热场……。团队分组：编队歌，鼓舞士气。同舟共济、极速 60 秒、雷霆战鼓等一个一个有动的职工团体活动，有助于职工身心，体能健康和团结。		
3	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早上千岛湖出发，前往龙川湾，可以驻足观看千岛湖，领略千岛湖不凡风光。【龙川湾景区】面积约 2.31 平方公里，大小岛屿环绕错落，港汊曲折迂回，形成了“湖中有岛，岛中有湖”的龙川胜景（景区游程 3 小时）；结束后前往【芹川古民居】（门票免），游览古村落，观看千岛湖现存为止，保存最完好的古村落。体会白墙黑瓦的梦中意境（游览 1.5 小时）		
4	淳安	住：千岛湖旅苑酒店	餐：早、中、晚
	早餐后【进行健康讲座和心理测试】，中餐后出发前往千岛湖【钓鱼岛休闲基地】：通票：包含观光游船、巨网捕鱼、古城鱼影魔幻馆、休闲垂钓、. 亲水皮划艇。（不限时，可重复游玩）体验与农夫山泉的零距离接触。晚上感受钓鱼岛的【全鱼宴】，品尝千岛湖鱼味馆“淳”牌有机鱼，体会千岛湖鱼头的魅力！		
5	淳安/杭州	住：	餐：早、中
	早餐睡到自然醒，中餐后适时返回，结束愉快的疗休养行程！		

【费用明细】

- 1、门 票：环湖骑行 40 元；龙川湾 160/120 芹川古民居：免费； 千岛湖钓鱼岛：240/200； 小计：360 元/人
- 2、拓展：一天素质拓展 120 元/人
- 3、住 宿：千岛湖旅苑酒店 240 元/间*2 晚
 温馨岛湖景房 650 元/间*2 晚 小计：890 元/人
- 4、餐 费：450 元/人（9 正 4 早，正餐 50 元/人/餐）
- 5、保 险：旅行社责任险及个人旅游意外险（保额 10 万元/人） 10 元/人
- 6、导 服：全陪及地陪导游（含住宿用餐）：60 元/人
- 合计：1890 元/人（注：以上价格供参考，具体以实际时间和人数再核算）

【温馨提示】

出团说明

- 1、职工在行程疗养过程当中一定要根据自身状况来自主决定强度，老人和孩子应有家人陪同不能单独活动；职工在活动期间如不遵守规定、自身过错、自由活动期间的行为或者自身疾病引起的人身和财产损失责任自负，旅行社不承担任何责任。
- 2、出行时请务必带上有效身份证件，穿运动鞋或平底鞋（最好不要穿新皮鞋、高跟鞋和硬底鞋），请自备常用的药品(预防感冒,腹泻等疾病)等；贵重物品随身携带，以免丢失。请不要吸烟、吐痰或丢弃垃圾；疗养过程中不要过量饮酒，请注意保管好自己的财物，如有财物丢失，我社将协助处理。

特别说明

- 1、千岛湖风光秀丽、湖水清澈，请各位游客在游览同时务必注意：携带好自己的贵重物品、上下船时更要注意安全、湖边漫步不走边坡以防滑落水中、拍照时请注意脚下及身边、勿在悬崖边冒险拍摄；雷雨天气时请勿打雨伞，不要在树下避雨及不要登高峰，不允许在湖中游泳（如酒店游泳池开放，建议在游泳池中游泳）。
- 2、千岛湖是国内外知名旅游景区，请您在游览时不要拥挤，慢行慢游览，享受慢生活；
- 3、千岛湖早晚温差较大，请注意着装，随时加衣，预防感冒
- 4、千岛湖饮食偏辣，旅游城市物价较贵，请游客多多包容和理解。
- 5、千岛湖游船是要在旅游码头集中乘船游览，游览船车保证一人一正座，会与其他团队游客拼船，请您保管好自己的贵重物品，上下船时请随身携带。
- 6、本旅游线路比较休闲，自由活动时间多，请您保管好自己的物品，不要遗留；当地酒店及餐饮条件与贵宾各个地区有一定差距，口味有一定的偏差。请团友予以见谅。异地旅游用餐易引起水土不服，请游客自备常用药品。

【活动介绍】

【千岛湖水之灵】：（千岛湖镇中心；欣赏时间在1小时左右）

千岛湖 水之灵 大型旅游文艺演出，是千岛湖标志性演出——第一个剧院巨型水面舞台，第一次绚代科技完美体现，第一部千岛人文历史巨篇，一场您值得观赏的千岛湖灵秀的视觉盛宴！耗资 5000 万倾心打造，由央视春晚资深导演邹友开指导，由 2008 北京奥运会舞美设计团队、央视 2011 年春晚团队结合千岛湖的旅游文化量身定做。



【千岛湖啤酒激情广场】

千岛湖啤酒激情之夜是千岛湖啤酒风情小镇精心推出的集休闲、娱乐、狂欢为一体的精美晚宴，于 2012 年 7 月 19 日在千啤公司啤酒大棚内举行开业仪式,正式对外开放。为把啤酒激情之夜打造成高雅、精品、尖端的丰盛宴会，将在环境设施、节目编排、啤酒小吃、活动策划等方面倾情打造新、奇、特。向广大啤酒迷和游客推出美轮美奂、精彩纷呈的啤酒盛宴。



【千岛湖淳杨线环湖公路】

沿路穿行于其间，景致也是极其秀丽，这四山的幽静，这田野的翠绿，伴以鸟鸣声不绝，只觉到了一个清新无比的世界。在景观特别好的地方，设有观景台。骑行者可以停下脚步，到观景台上一赏湖光山色。一路看下来，发现淳安这的山自有其特色，山头往往有若干树木长得异常挺拔，且姿态各异，极具风韵，如此突兀地秀于山头，不由得让人称奇。一边是伸手可掬的一湖秀水，一边是苍翠挺拔的松山竹林，如今，总长 222 公里的环千岛湖内圈真正成环，是国内最长的环湖景观公路。



【千岛湖钓鱼岛】

休闲垂钓：1、钓场提供鱼竿、饵料、垂钓物品，酒店湖区的渔获免费。

