

JIANGXI 江西



江西南昌、庐山、温泉镇、双高 5 日游

游山水、话养生、带你慢游庐山

天数	行程和景点	交通	早餐	中餐	晚餐	住宿酒店
8.4	杭州-南昌	火车+旅游大巴	×	√	√	南昌 开元曼居酒店
8.5	南昌-庐山	旅游大巴	×	√	√	庐山 总工会疗养院
8.6	庐山-庐山	旅游大巴	√	√	√	庐山 总工会疗养院
8.7	庐山-温泉镇	旅游大巴	√	√	√	温泉镇 汤太宗度假酒店
8.8	九江-杭州	旅游大巴+火车	√	×	×	高铁或动车上

——行程安排如下——

日期	行程/景点	用餐	住宿
第一天	<p>杭州-南昌</p> <p>杭州乘高铁前往南昌。</p> <p>参考车次：G2189 次 08：32-11：28；或其他车次，待定。</p> <p>抵达南昌后用中餐。下午游览“江南三大名楼”之首【滕王阁】，它与湖北黄鹤楼、湖南岳阳楼并齐名，因王勃《滕王阁序》“落霞与孤鹜齐飞、秋水共长天一色”、让其最早扬名天下、约 1H】。</p>	/中晚	南昌

<p>第二天</p>	<p>南昌—庐山</p> <p>早餐后，乘车前往 5A 景区【庐山】（车程约 2.5 小时）</p> <p>10:30 考察蒋介石、宋美龄官邸【美庐别墅】，美庐曾作为蒋介石的“夏都官邸”、“主席行辕”，是当年“第一夫人”生活的“美的房子”。</p> <p>11:20 前往【庐山会议旧址】【庐山抗战博物馆】了解庐山抗战历史，学习先辈抗战精神。</p> <p>12:00 用中餐</p> <p>13:30 考察“匡庐第一境”【花径】，诵读白居易《题大林寺桃花》，学习庐山文化；</p> <p>15:30 【锦绣谷】，改善肺部换气功能，加快气管纤毛上皮的再生，完全达到全身心疗养的目的。</p> <p>17:30 晚餐</p> <p>18:30 自行漫步欧陆风情小镇【牯岭天街】，感受云中山城的魅力，了解庐山被称为“万国建筑博物馆”的原因。</p> <p>——晚上入住酒店休息。</p>	<p>早中晚</p>	<p>庐山</p>
<p>第三天</p>	<p>庐山—庐山</p> <p>07:00 自行享用早餐</p> <p>08:00 准时大厅集合，前往【三叠泉】含过山小火车80元/人游览素有‘庐山瀑布首推三叠，不到三叠泉不算庐山客’之说，又名三级泉、水帘泉，古人称“匡庐瀑布，首推三叠”，誉为“庐山第一奇观”，由大月山、五老峰的涧水汇合，从大月山流出，经过五老峰背，由北崖悬口注入大盘石上，又飞泻到二级大盘石，再喷洒至三级盘石，形成三叠，故名；势如奔马，声若洪钟，总落差155米。瀑布分三叠，各异其趣，古人描绘曰：“上级如飘云拖练，中级如碎石摧冰，下级如玉龙走潭。可通过户外活动，疏通筋骨，调畅气血，在三叠泉肆意畅玩。通过挥洒汗水排除毒素；释放压力，锻炼身体。改善肺部换气功能，加快气管纤毛上皮的再生，完全达到全身心疗养的目的。</p> <p>12:00 中餐</p> <p>13:00 参观【庐山博物馆】【毛泽东庐山旧居】（芦林一号别墅）、庐山博物馆座落在芦林湖畔，占地面积二万余平方米，馆藏丰富，以陶瓷、书画为主。建筑为一层四合院，中间为矩形天井，展室环四合院一周分布。建筑中央为 460 平方米的长方形天井，沿天井四周为封闭式玻璃窗内廊，与各房间相通；在南、西、北三个外立面建有封闭式玻璃窗内廊和敞开式外廊，内廊相连外廊，并与西北角封闭式八角亭相通；敞开式外廊柱以花格几何纹装饰。建筑三面依山，一面临湖，建筑被绿荫高大树木和</p>	<p>早中晚</p>	<p>庐山</p>

	<p>绿色草坪拥抱。毛泽东同志诗碑园，</p> <p>14: 00 【芦林湖】四周群山环抱，苍松翠柏，景致优美，湖水洁净清澈，碧清如镜，山色倒影，相映成趣。雄伟的【芦林大桥】。</p> <p>15:30 自由活动</p> <p>17: 30 晚餐</p> <p>——游毕入住酒店休息！！</p>		
第四天	<p>庐山—东林大佛--温泉镇</p> <p>07:00 自行享用早餐</p> <p>08: 30 游览【含鄱口】它势如奔马，又宛如游龙，神气活现的横亘在九奇峰和五老峰之间，张着大口似乎要鲸吞鄱阳湖水，因此得名。庐山观日出含鄱亭为最佳地点。清晨，只见鄱阳湖上晨光熹微，天水一色，一轮红日射湖而出，金光万道，霎时湖天尽赤，半壁河山成了一幅灿烂绚丽的画卷。 雄伟、瑰丽、云浓雾密，莽莽苍苍，状如鱼脊的含鄱岭，像一座屏界屹立在庐山的东南方。</p> <p>12:00中餐食用（特色农家菜肴）</p> <p>13: 30 乘车前往庐山脚下温泉镇</p> <p>14: 30 抵达温泉镇，办理入住。可在度假村内自由选择休闲项目活动</p> <p>16: 00 游览世界最高阿弥陀佛像—庐山【东林大佛】（周一闭寺，游览约 1 小时）—以 48 米阿弥陀佛接引铜像为核心，组成部分包括净土文化区、新东林寺、比丘尼院、隐逸文化区、安养区、海会堂、大德精舍区等。东林大佛项目总投资约 10 亿元，动用 48 千克黄金为大佛镀金。佛像身高 48 米，以表阿弥陀佛发的四十八大愿。总高 81 米，为至火焰宝盖顶点之距，以表九九八十一，意为修行成佛艰辛不易。17: 30 晚餐</p> <p>——游玩后返回酒店休息</p>	早中晚	温泉镇
第五天	<p>九江—杭州</p> <p>07:00-09: 00睡到自然醒， 自行享用早餐</p> <p>09: 30-10:30 乘车赴九江火车站，乘高铁或动车返程！</p> <p>——抵达杭州，结束愉快的江西之旅，返回温馨的家！</p>	早//	温馨的家

——报价——

报价：疗休养贵宾：3000 元/人

成人家属：1200 元/人（不含住宿，其余标准同疗休养贵宾）；1.2 米-1.5 米小童收费和服务标准同成人；
1.2 米以下小童：500 元/人（含当地旅游车位、导服、半餐，不含门票及住宿）

出发日期：8 月 4 日--8 日

——服务标准如下——

大交通	往返高铁或动车二等座，费用自理。
住宿	行程中所列酒店四晚住宿，一人一间。
用餐	含 4 早 8 正餐（中餐 60 元，晚餐 80 元/人，10 人一桌，12 菜一汤，人数减少菜数则相应调整） （南昌酒店含早、庐山酒店用正餐送早餐）
车辆	当地旅游空调车，根据团队实际人数安排车型
门票	行程所列景点首道门票+三叠泉小火车
保险	含旅行社责任险 2000 万；旅游人身意外险 150 万。
杂费	每人每天两瓶矿泉水，遮阳帽，口罩等
费用不含	1、酒店内洗衣、理发电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人消费。 2、因交通延误、罢工、天气、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用。

——旅游注意事项——

- 1：各位贵宾出游前请提前做好身体检查，以保证自身条件能够顺利完成旅游活动，在旅行中因自身疾病而引起的后果保险公司不予理赔，由游客自行负责；
- 2：凡有 70 周岁以上老人参团的建议由子女陪同，没有子女陪同的，应让子女同意本次出游并与旅行社签订免责书；
- 3：因往返抵离时间不同行程中所列景点有可能互调，但不减少景点；因不可抗因素造成无法游览的，旅行社不承担由此造成的损失和责任；
- 4：景区人多时我社导游会及时与环保车调度联系，尽量不让客人长时间等车，请客人遵守当地交通管理，进入景区注意安全，做到走路不观景，观景不走路，安全第一，游览第二。
- 5：禁止游客游泳及不适合老年人参与的有危险性的活动，勿擅自到未开放的旅游山区和危险山区游玩，不得去无人管理的山地游玩。
- 6：贵宾因故取消行程的：出发前十天退团的，扣除庐山房费定金 500 元/人；出发前 3-10 天退团的，扣除全款的 70%；出发前 3 天内退团的，团款全损；
- 7：请大家照顾好自己，在景区晚上出行最好结伴，忌单独出行，以免发生不必要的麻烦，有事请及时与导游或领队联系。
- 8：南北方存在饮食方面的差异，用餐口味亦各地有别，江西菜肴口味偏重，提醒各位贵宾可自备小吃或开胃菜。
- 9：因自身原因中途退团的，费用不退还，离团期间安全问题由客人自理，并在离团前签订离团证明，如有问题，我社将协助解决，但不承担责任。

尊敬的贵宾：衷心祝愿我们的疗休养旅途健康、平安、愉快！

当旅程结束时，您的笑容是对我们的最高奖赏。