附件2：行程安排

**“浪漫有约·心动一夏”疗休养方案：湖州五日**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **行程安排、参观点介绍** | **住宿** | **用餐** |
| **第1天** | **杭州—德清（车程约1小时）** | **德清** | **/中晚** |
| **上午：**  09:00-10:00适时**单位**集合，专用车前往**德清（车程约1小时）**。  10:00-11:30游览**【下渚湖景区】**：德清[下渚湖](https://baike.so.com/doc/5400969-5638574.html)国家湿地公园 为一具有多样性景观的典型天然[湖泊湿地](https://baike.so.com/doc/7526291-7800384.html)，是属原生状态保持最完整的天然[湿地](https://baike.so.com/doc/2699560-2850338.html)之一，面积10平方公里、主湖3.4平方公里，是浙江省第五大[内陆湖](https://baike.so.com/doc/6440671-6654351.html)。 11:30-12:30安排中餐。  **下午：** 13:00-15:00 乘车前往酒店办理入住，休息。  15:00-17:00 **前往露营基地参加团建活动，晚上安排自助烧烤。** | | | |
| **第2天** | **德清** | **德清** | **早中晚** |
| **上午：**  10:00—12:00 早上睡到自然醒，适时乘车赴**【天际森谷山野度假区】（游览时间约1.5小时）**  景区观光车或小火车进入园区，参加活动，可乘坐天际缆车登上 288 米天际探险塔（高空玻璃  观景瞭望杭城），游玩玻璃观景台、空中漫步、时光隧道、天际滑板车等，还可参加生态滑草、七彩滑道、天际射箭体验。  12:30—13:30 景区餐厅中餐  **下午：**  13:30—15:30 游玩星球营地（小秋千、小溜索、天际滑梯）、霍比特小村、或景区内自由活动。  15:30—17:00 车返酒店休息。适时安排晚餐。女嘉宾轮流接唱，接唱最多的组获得加分。全组参与，得分最高的⼀组获胜。  17:30-18:30安排晚餐。 | | | |
| **第3天** | **德清-湖州（车程约1小时）** | **湖州** | **早中晚** |
| **上午：**  08:30-10:00酒店早餐。 10:00-11:30早餐后乘车前往**湖州（车程约1小时）。**后游览**【太湖古镇】（游览时间约3小时）：**太湖古镇的总投资多达50亿元，是龙之梦乐园核心商业区。有夫子庙、水乡廊桥、仿制雷峰塔等。 11:30-12:30安排中餐。  **下午：**  13:30-16:30 游览**【图影湿地】（游览时间约1.5小时）**：长兴图影生态湿地文化园为国家AAAA级景区。东临浩瀚的太湖，西、南、北环绕有弁山，距长兴12公里，湖州10公里，景区为天然的湿地，由码头、大地景观、生态岛三部分组成，总面积5000亩，是集原生态展示、文化宣讲、旅游观光、休闲度假于一体的综合性文化旅游景区。  17:30-18:30酒店周边安排晚餐。 | | | |
| **第4天** | **湖州** | **湖州** | **早中晚** |
| **上午：**  08:30-09:00酒店早餐。 09:30-11:00乘车前往湖州市吴兴区八里店镇潞村**（车程约40分钟）**，参**观《典籍里的中国》**陈列馆，主展区包含序厅、沉浸式体验区、研学品读阁、典籍学堂、文化回廊等，打造“一厅一阁一廊”的综合性艺术文化展示体系，以“大观”、“穿越”、“对话”、“传承”、“互通”为展示逻辑，用数字科技艺术和沉浸式体验为展示手段，全面诠释“在湖州，沉浸典籍，大阅中国”的主题。 11:30-12:30安排中餐。  **下午：**  13:30-16:00中餐后返回酒店，**安排【剧本杀、桌游活动】**（游览时间约2小时）："剧本杀"，一词起源于西方宴会实况角色扮演"谋杀之谜"，是玩家到实景场馆，体验推理性质的项目。剧本杀的规则是，玩家先选择人物，阅读人物对应剧本，搜集线索后找出活动里隐藏的真凶。剧本杀不仅仅是一个游戏，更是一个集知识属性、心理博弈属性、强社交属性于一体的娱乐项目。适时安排晚餐。 | | | |
| **第5天** | **湖州—杭州（车程约2小时）** | **/** | **早中** |
| **上午：**  09:00-11:30早餐后游览**【南浔古镇】（游览时间约2小时）：**古镇内建筑非凡，清光禄大夫刘镛  的庄园小莲庄，系中国罕见的私家藏书楼之一的嘉业堂藏书楼，号称“江南第一宅”的张石铭  居。见证一场南浔的传统婚：在如诗如画的小镇中，木船作为承载婚礼幸福最主要的交通工具  不可不称得上当地的一道奇观。  11:30-12:30 安排中餐。  **下午：**  13:00-15:00中餐后乘车返回**杭州单位（车程约2小时）**，结束疗休养！ | | | |

**“浪漫有约·心动一夏”疗休养方案：富阳桐庐五日**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **行程安排** | **住宿** | **用餐** |
| **第1天** | **杭州—富阳（车程约2小时）-桐庐** | **桐庐** | **/中晚** |
| **上午：**  09:00-11:00适时**单位**集合，专用车前往**富阳同洲岛（车程约2小时）**。  11:00-12:00 安排中餐  **下午：**  13:00-15:30 参加**【皮划艇项目】（活动时间约2小时）**来桐洲岛，水上项目必须要感受一下，不用去海边，让你开心一整天。在经过教练们专业的训练后，我们就可以在富春江划行前进啦！想象一下：在风光旖旎的富春江上，大家划着皮划艇，挥浆前行，看看两岸的风景，无尽的绿意。  15:30-16:30 乘车前往桐庐办理酒店入住。  17:30-19:00 安排晚餐。 | | | |
| **第2天** | **桐庐** | **桐庐** | **早中晚** |
| **上午：**  07:00-09:00 酒店早餐  09:00-12:30 乘车前往有“人行明镜中，鸟度屏风里”之称中国三大山水风光带之一的**【富春江小三峡—严子陵钓台】（车程约30分钟）**：船游富春江小三峡，登岸游览严子陵钓台，赏休闲绝佳处江南龙门湾，听听富春山居图背后的故事。  13:00-14:00前往餐厅用中餐。  **下午：**  14:00-16:00 中餐后返回酒店，**安排【剧本杀、桌游活动】**（游览时间约2小时）："剧本杀"，一词起源于西方宴会实况角色扮演"谋杀之谜"，是玩家到实景场馆，体验推理性质的项目。剧本杀的规则是，玩家先选择人物，阅读人物对应剧本，搜集线索后找出活动里隐藏的真凶。剧本杀不仅仅是一个游戏，更是一个集知识属性、心理博弈属性、强社交属性于一体的娱乐项目。。  17:00-18:00 安排晚餐。 | | | |
| **第3天** | **桐庐** | **桐庐** | **早中晚** |
| **上午：**  07:00-09:30 自行安排时间酒店早餐  10:00-11:30 前往游览富春江畔著名的古迹之一、也是中华医药鼻祖圣地——**【桐君山】（车程约20分钟，游览时间约1小时）**：山高60米，山上有桐君亭、桐君白塔、江天极目阁、四方药局、丹灶遗址等建筑。  11:30-13:00前往餐厅用中餐。  **下午：**  13:00-14:30中餐后返回酒店休息。  14:30-19:30下午乘车前往**【鹅溪畲寨】**位于峩山畲乡，它是杭州地区唯一的少数民族聚集地，是政府颁发的“中国畲族第一乡”。不仅有清新、美丽的自然风光，更有特别的**畲寨人文活动，敬茶礼、竹竿舞、婚嫁演出等**欢迎您！晚餐体验畲族长桌宴+篝火晚会。 | | | |
| **第4天** | **桐庐** | **桐庐** | **早中晚** |
| **上午：**  09:00-11:00 早餐后游览车赴**【大奇山国家森林公园】（游览时间约2小时）**，大奇山是一处集[江南山水](http://baike.baidu.com/view/3001284.htm)与草原风光于一体的综合性森林公园，又称"塞基山"，史称"江南第一名山"，境内有山峦、怪石、峡谷、溪瀑，以雄、险、奇、秀、旷著称，穿林海，踏幽谷，听泉流，攀栈道，渡索桥，亲近自然，感受大自然的鸟语花香。  11:30-12:30 安排中餐。  **下午：**  12:30-17:00中餐后乘车返回酒店休息。  17:30-18:30 安排晚餐。 | | | |
| **第5天** | **桐庐—杭州（车程约2小时）** | **/** | **早中** |
| **上午：**  10:00-11:30酒店早上后乘车前往游览**【狄铺古村】**（游览时间约1小时），以美丽乡村独特的田园风光，与古村落千年风韵相互衬托，为人们展现一幅古村风韵与现代生活、秀美自然风光与深厚人文底蕴完美融合的古典与现代共存的美丽画卷。  **下午：**  11:30-12:30安排中餐  13:00-15:00 中餐后乘车返回杭州单位指定地点（车程约2小时），结束疗休养！ | | | |