



SPECIAL TRIP

遇见俄罗斯

邂逅一场浪漫的旅行

Bright and beautiful such as st Petersburg
Melancholy like Moscow

有人曾经这样评价俄罗斯忧郁似莫斯科
明媚如彼得堡,但是未曾走过这个国家
你永远不知道它在你心目中的风景是怎样

ROMANTIC
RUSSIA

甄选东航
上海起止

★★★



ROAMING PLAY

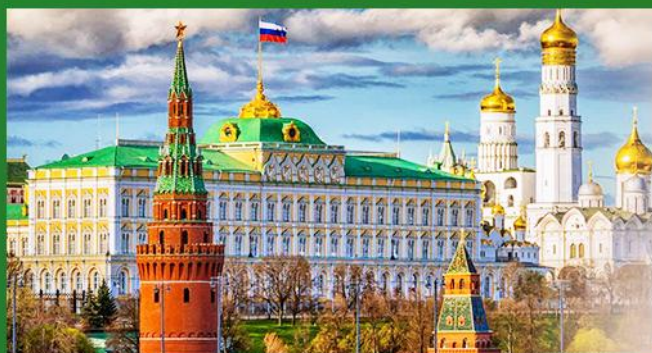
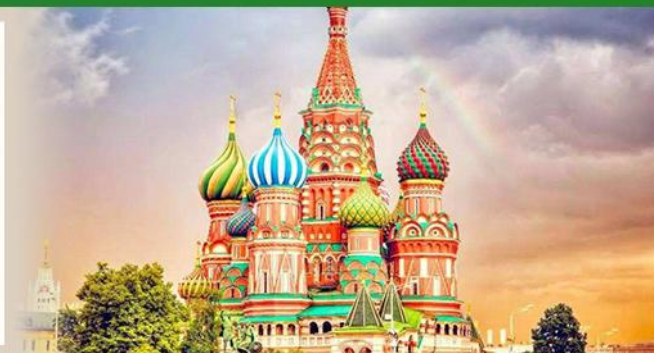
俄罗斯——我们与自然拥抱

Travel, freedom. There are no complicated plans, There is no heavy burden, only the purest attitude
There is an irresistible temptation in the distance. So, we travel.



📍 红场

位于俄罗斯首都莫斯科市中心，临莫斯科河，
是莫斯科最古老的广场，是重大历史事件的
见证场所



📍 克宫

克里姆林宫是一组建筑群，
位于莫斯科心脏地带，是俄罗斯联邦的象征
总统府所在地

📍 冬宫

18世纪中叶俄国巴洛克式建筑的杰出典范
被称为世界四大博物馆之一



📍 夏宫花园

坐落在芬兰湾南岸的森林中
站在夏宫宫殿直接眺望芬兰湾
一眼望穿天海

TOP FEELING

旅游体验家

Travel, freedom. There are no complicated plans, There is no heavy burden, only the purest attitude
There is an irresistible temptation in the distance. So, we travel.



时差

俄罗斯时间比北京时间晚5个小时
例如：北京时间中午12点
俄罗斯时间为早上7点
往返航班时间都是以
起飞或落地的当地时间为准



货币

俄罗斯主要以
卢布交易，可自
行去中国银行兑换
或者找领队导游兑换



电源

俄罗斯电源是
220V双圆孔电源
请自备转换插头



酒店

俄罗斯传统风俗喜欢小床
所以酒店的床都比较窄
酒店不提供一次性用品
请客人自备拖鞋及洗漱用品



天气

俄罗斯夏季天气凉爽
5-9月平均气温10-25度
10-4月平均气温0-10度
早晚温差大
请根据温度及时调整衣物



通讯

为确保和国内家人
以及领队及时联系
可购买流量卡
或开通国际漫游



签证

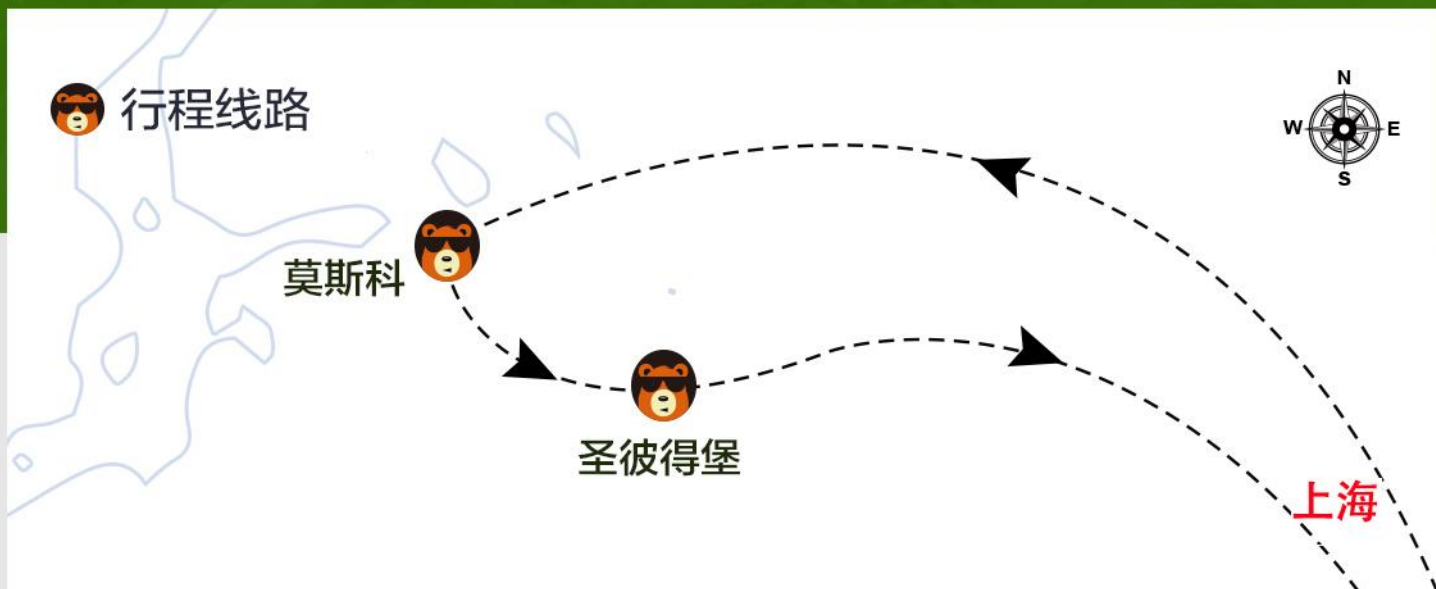
俄罗斯团队实行免签名单政策
只需提供6个月有效期以上
护照复印件即可
(限大陆居民因私护照)



网红打卡圣地

(大众旅客推荐)
克宫 / 古姆百货冰激凌
特列季科夫画廊 / 冬宫
夏宫喷泉 / 涅瓦河游船
叶卡捷琳娜花园和宫殿
图兰朵餐厅 / 俄罗斯大马戏

行程线路



Welcome to Russia



第一天 上海-莫斯科 参考航班：MU591 1200-1720

在蔚蓝的星球上，有一片古老而神奇的土地，它有着最广阔的疆域，最绚烂的色彩，以及最祥和的面容，有人说，冰天雪地是它的代名词，有人说，芭蕾是它的名片，有人说，教堂是它的象征，有人说，金色是它最绚烂的颜色。它是欧亚大陆上闪耀着奇异光芒的国家—俄罗斯！让我们一起踏上这美丽的旅程，寻找最美的风景。欢迎乘坐东方航空公司的航班，我们将于上海浦东国际机场集合，办理登机手续，飞向我们的目的地莫斯科。飞机落地后，大巴车会接我们去酒店入住休息。祝您旅途愉快。

温馨提示：出团前切带上与报名时提供的护照扫描件一致的护照原件。

俄罗斯比中国北京时间晚 5 个小时，飞机上由航空公司安排飞机简餐，由于飞机抵达后需办理入境手续，出关比较晚，此天不含晚餐，建议适当准备些许零食。下飞机前请携带好随身物品，按照名单顺序有序过关，取完行李后，请前往指定地点集合。

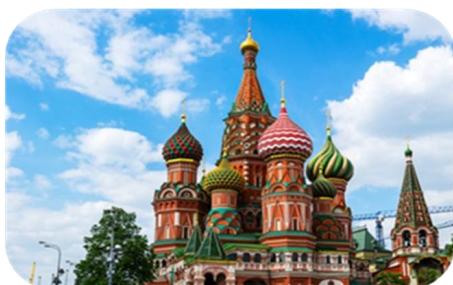
交通：飞机，巴士

用餐：无

酒店：精品四星酒店

第二天 莫斯科

早餐后参观：**红场**（1 小时）主要景点：**国家历史博物馆**（外观）这座建筑是古典主义风格的，红色的墙面，对称的尖塔，屋顶圆弧形造型的装饰结构，呈现出 17 世纪大公国城堡宫殿的古典气派。**瓦西里教堂**（外观）它是沙皇伊凡四世在征服喀山之后开始兴建的。这座教堂从任何一个角度看上去都是独特的风景另人叹为观止，被称为俄罗斯最美丽的教堂。**古姆百货**（自由活动期间可入内）它是建筑及城市规划的经典之作。是俄罗斯古老市集的演变，内部装修富丽堂皇，拥有众多世界知名品牌。**克里姆林宫**（入内，周四关闭）这一世界闻名的建筑群，享有“世界第八奇景”的美誉，是旅游者必到之处。曾是俄国沙皇的皇宫，现在是俄罗斯总统府和国家领导人的办公地点。它被联合国教科文组织列为世界文化和自然保护遗产。——**列宁墓**（外观，自由活动期间可入内，周一，五关闭）亚历山大花园，无名烈士墓（外观）。前往位于红场旁的莫斯科标志性建筑——**扎里季耶夫公园**，耗资 140 亿卢布建造的公园包含一条 V 型空中走廊，名为滑翔的桥。这座 V 型悬浮桥成为一览克里姆林宫、克雷姆斯基大桥、基督救世主大教堂等建筑和莫斯科河两岸美景的最好观景台。



Welcome to Russia



温馨提示：红场周边为政府办公场所，偶有政府性质临时活动（如集会、罢工、接待外国使团等）会出现随时关闭、堵车等现象，这种情况下我们无法提前通知，我司及时调整路线，敬请谅解！

温馨提示：上下车时请带好随身物品，贵重物品请务必随身携带，游览时，请保护好个人证照，财产及人身安全。不要横穿马路，遵守交通规则和当地礼俗文化。请勿随意脱离团队！

交通：巴士

用餐：早，午，晚

酒店：精品四星酒店

第三天 莫斯科

早餐后前往参观：早餐后前往参观：**谢尔盖耶夫镇**又称为扎戈尔斯克。莫斯科的卫星城市之一，位于市区东北 71 公里。是一座风景如画，建筑独特的城市，也是俄罗斯金环城市之一。**游览谢尔盖三圣大修道院**（入内，约 1.5 小时）它是俄罗斯最古老的大修道院之一，亦译作罗伊察修道院。1337 年一个名叫谢尔盖 • 拉多涅日斯基的僧侣在莫斯科近郊谢尔盖耶夫（即今扎戈尔斯克）的偏僻森林里建立一座三圣小教堂和小道房，为该修道院的前身。后来凡愿在此出家的人，必须自造小道房并自辟膳食用地，由此发展而成为俄罗斯最富有的大修道院，也是全国最重要的精神和文化中心，它在东正教中的地位就像是天主教中的梵蒂冈一样。午餐后乘车返回莫斯科市区，游览**莫斯科地铁**（入内乘坐 1-2 站，参观约 30 分钟）。莫斯科地铁被公认为世界上最漂亮的地铁，地铁站的建筑造型各异、华丽典雅。每个车站都由国内著名建筑师设计，各有其独特风格，建筑格局也各不相同，多用五颜六色的大理石，花岗岩，陶瓷和五彩玻璃镶嵌除各种浮雕，雕刻和壁画装饰，照明灯具十分别致，好像富丽堂皇的宫殿，享有“地下的艺术殿堂”之美称。晚餐之后入住酒店休息。



温馨提示：上下车时请带好随身物品，贵重物品请务必随身携带，游览时，请保护好个人证照，财产及人身安全。不要横穿马路，遵守交通规则和当地礼俗文化。请勿随意脱离团队！

交通：巴士

用餐：早，俄式简餐，晚

酒店：精品四星酒店

第四天 莫斯科-圣彼得堡（火车四人软卧包厢，约 9 小时到达）

早餐后前往参观：**莫斯科大学**（外观 30 分钟）它是俄罗斯最大的最为久远的大学，其主楼是俄罗斯仅存的 7 座斯大林式建筑之一，这种建筑大底座，高尖顶，成强烈的“一元论”价值观。--**麻雀山观景台**从这里可以俯瞰莫斯科市区景色，可以看到蜿蜒的莫斯科河，欧洲最好的体育场，2018 世界杯主办场馆——卢日尼基体育场。--**二战胜利广场**它是为纪念反法西斯胜利 50 周年建造的，广场面积很大，由纪念馆与纪念柱组成，胜利广场是俄罗斯人民对第二次

Welcome to Russia



世界大战期间卫国战争的纪念，寄托着他们对和平的祈祷。——**凯旋门**它是为了纪念俄军打败拿破仑而建。整个凯旋门宏伟壮观，是拍照留念的好地方。参观**察里津诺庄园**（入内，教堂宫殿除外 1 小时）整个公园很有气派，周围是一片森林，游人们漫步在林中的小路上，呼吸着散发大自然味道的新鲜空气。森林中的树木高大挺拔，有些树估计是当年皇宫留下来的，看上去有几百年的树龄了。与国内相比这里游客简直是太少了，公园很静。**阿尔巴特大街**，是莫斯科市中心的一条著名步行街，起源 15 世纪，约 1 公里，紧邻莫斯科河，莫斯科市现存最古老的街道之一。虽狭小短促，只八九百米长，十来米宽，俄罗斯风情却非常浓厚，俄罗斯人称之为“莫斯科的精灵”。在这方砖铺成的街道上，既能看到最传统、最古朴的东西，也能看到最现代、最时尚的玩艺儿。街道两侧，那些古色古香的老店，卖传统工艺的特色店铺，像古董一样陈列着，杂然相间的，却是非常时尚的咖啡店，服装店，精致的礼品店。——游览参观完毕后乘坐火车前往圣彼得堡。



温馨提示：

1. 上下车时请带好随身物品，贵重物品请务必随身携带，游览时，请保护好个人证照，财产及人身安全。不要横穿马路，遵守交通规则和当地礼俗文化。请勿随意脱离团队！
2. 目前俄罗斯在当地的公共交通工具（如火车、轮船），当地客人有另行支付服务员小费的习惯，当我们的团队客人遭遇此等状况时，请及时与我们的领队联系。

交通：火车，巴士

用餐：早，午，晚

酒店：火车上

第五天 圣彼得堡

早餐后前往参观：**夏宫花园**（游览时间约 1.5 小时）坐落在芬兰湾南岸的森林中，它始建于 1714 年，分为上花园和下花园，大宫殿（宫殿外观）在上花园。这里的建筑豪华壮丽，被誉为“俄罗斯的凡尔赛”。午餐后游览**青铜骑士像（外观）**彼得大帝青铜骑士像位于涅瓦河南岸，它是俄罗斯圣彼得堡的象征，以武力夺取沙皇宝座的德国女人叶卡捷林娜二世为了证明她是彼得大帝正统的继承人，修建了这个彼得青铜骑士像。**圣伊撒基耶夫大教堂**（外观共 30 分钟）坐落在圣彼得堡市区，与梵蒂冈的圣彼得大教堂、伦敦的圣保罗大教堂和佛罗伦萨的花之圣母大教堂并称为世界四大教堂。晚餐后入住酒店休息。

Welcome to Russia



交通：巴士

用餐：早，午，晚

酒店：精品四星酒店

第六天 圣彼得堡

早餐后前往参观：圣彼得堡的中心广场—**冬宫广场**（10 分钟）、**亚历山大纪念柱**（10 分钟）。参观世界四大博物馆之一的**国立埃尔米塔什博物馆—冬宫**（入内，时间约 1.5 小时）艾尔米塔什与伦敦的大英博物馆、巴黎的卢浮宫、纽约的大都会艺术博物馆一起，称为世界四大博物馆。该馆最早是叶卡捷琳娜二世女皇的私人博物馆。该馆藏品共有 270 万件藏品中绘画闻名于世，从拜占廷最古老的宗教画，直到现代的马蒂斯、毕加索的绘画作品，及其他印象派，后期印象派画作应有尽有，共收藏 15800 余幅。其中意大利达·芬奇的两幅《圣母像》、拉斐尔的《圣母圣子图》、《圣家族》、荷兰伦勃朗的《浪子回头》，以及提香、鲁本斯、委拉士贵支、雷诺阿等人的名画均极珍贵。展厅共 353 个。有金银器皿、服装、礼品、绘画、工艺品等专题陈列和沙皇时代的卧室、餐厅、休息室、会客室的原状陈列。其中彼得大帝陈列室最引人注目，成为旅游参观圣地之一。**狮身人面像**（5 分钟）、**瓦西里岛古港口灯塔**（5 分钟）。乘坐**涅瓦河游船**：游船分上下两层，上层很宽敞，人们可以凭栏观赏两岸的自然风景。游客们可以在船上欣赏到俄罗斯民族歌舞团的精彩表演。歌舞团是小分队形式，一般都只六七人组成，包括器乐、歌舞等各种表演，节目紧凑、诙谐，水平很高。演出中演员还频频邀请游客共舞或一起玩民间游戏，气氛热烈、十分有趣，让游人领略到俄罗斯人活泼热情的性格。晚餐后入住酒店休息。晚餐后入住酒店休息。



温馨提示：上下车时请带好随身物品，贵重物品请务必随身携带，游览时，请保护好个人证照，财产及人身安全。不要横穿马路，遵守交通规则和当地礼俗文化。请勿随意脱离团队！

Welcome to Russia



交通：巴士

用餐：早，午，晚

酒店：精品四星酒店

第七天

圣彼得堡-上海

参考航班 MU260 2305-1320+1

早餐后前往参观：**叶卡捷琳娜花园+琥珀宫**：是一座巴洛克风格的园林。最初是彼得一世赠送给第二任妻子——皇后叶卡捷琳娜而建的夏日别墅，在其建成后即被称为沙皇村或皇村。1937 年为纪念普希金在此度过童年又改为现名“普希金村”。宫殿里最为神奇的是琥珀厅（不可拍照），内部通体由琥珀和黄金装饰而成，极端奢华。另外，还有墙壁上布满绘画的绘画厅，拥有精美古罗马风格浮雕和墙壁画的绿色食堂，印花丝绸覆盖墙壁的青色客厅等极尽奢华的房间。到目前为止，整座宫殿共有 29 个房间已被修复。**彼得堡罗要塞**（不进教堂和监狱，游览时间约 30 分钟）它坐落在市中心的涅瓦河右岸，是彼得堡著名的古建筑。它与彼得堡同龄，后几经扩建，建成了这座六棱体的古堡，这里是圣彼得堡最早开始建设的地区。——**滴血大教堂**（外观，游览时间约 15 分钟）也被称为复活教堂，轮廓美丽，装饰花花绿绿，镶嵌有复杂、颜色艳丽的影像图案，用丰富的彩色图案瓷砖、搪瓷青铜板装饰，教堂顶部还立着五光十色的洋葱头顶。与古老俄罗斯风格与附近的古典式的建筑物成鲜明对比，反映了俄国十六和十七世纪的典型的东正教教堂建筑风格。——**喀山大教堂**（可入内 20 分钟）这个建筑的平面图呈十字型中间上方是一个圆筒型的顶楼，顶楼上是一个端正的圆顶。半圆型的柱廊由 94 根圆柱组成，面向大街，环抱广场。——**斯莫尔尼宫**（外观，参观时间 20 分钟）它位于圣彼得堡市中心整体色彩和皇村的叶卡捷琳娜宫的色彩一样，也是清爽干净的蓝白相间，是巴洛克风格和俄罗斯风格的融合。建于 1806-1808 年，原为贵族女子学院。斯莫尔尼宫位于圣彼得堡市中心，在圣彼得堡的教堂里，相当具有代表性。**【涅瓦大街】**（自由活动约 1 小时）涅瓦大街是圣彼得堡最热闹最繁华的街道，聚集了该市最大的书店、食品店、最大的百货商店和最昂贵的购物中心。而且还可以欣赏到各种教堂、名人故居以及历史遗迹。 游览结束前往机场，乘坐东方航空返回温暖的家。



温馨提示：出发前请您再次检查所有物品及证照是否齐全。行李托运时，证照及贵重物品请随身携带。

交通：巴士，飞机

用餐：早，午，x

飞机上

第八天

上海

Welcome to Russia



到达上海浦东国际机场，结束愉快的旅程。请客人认真填写旅行意见单，我们会根据您的意见不断改进。如对我们有什么投诉或意见我们将以意见单为准。感谢您的信任与支持，祝您生活愉快！

交通：无

用餐：无

酒店：无

备注：在不减少景点的前提下，我社保留根据航班、车次、天气等具体情况变更行程的权利。以上行程安排日期及顺序当地会有调整，保证全部走完。

如客人有身体残疾、精神疾病、高血压、心脏病等健康受损病症病史，或为妊娠期妇女，如未主动告知旅行社一切后果自负。

报名须知

俄罗斯团队免签名单需提供①有效期 6 个月以上，大陆居民因私护照首页扫描件，有空白页，②游客联系方式（手机号码），护照原件请各位游客于出团当日随身携带。

一、服务项目：

1. 机票：国际段往返机票，团队经济舱，含税；（不可退换及更改，飞行时间以当日实际所用时间为准。）
2. 酒店：俄罗斯当地四星双人标准间（团队报价按 2 人入住 1 间房核算，如出现单男单女，则尽量安排与其他同性别团友拼房；若客人无需安排或旅行社无法安排，请补齐单房差以享用单人房间）
3. 用车：境外空调旅游巴士，及外籍司机；（根据团队人数）
4. 导服：当地专业中文领队、导游；
5. 用餐：中式午晚餐（正餐八菜一汤，十人一桌；）金环小镇为俄式简餐；客人因临时退团或放弃用餐的，餐费不可退，敬请谅解！）
6. 火车：莫斯科/圣彼得堡为（四人软卧包厢，可能与外国人同一包厢）；
7. 门票：行程中所列景点首道门票即：冬宫，夏宫花园，叶卡花园+宫殿，克宫，谢镇，察里津诺庄园，莫斯科地铁、涅瓦河游船；
8. 签证：俄罗斯免签名单费用中方+俄方费用（仅限于中国内地持因私护照居民，外籍人士参团则需办理旅游签证，费用自理）是否准予出入境，是有关部门的权力，如因游客自身原因，不准出入境而影响行程的，团队费用损失由游客自行承担。
9. 保险：旅行社责任险；境外医疗救助险（75 周岁及以上不含此项保险）
10. 服务费：已含。

二、不含项目：

1. 单间差：2800 元/人；
2. 护照费用；
3. 航空公司燃油税上涨价格部份，如遇临时上涨则追补差价；
4. 酒店内电话、洗衣、洗熨、收费电视、饮料、海关税、行李搬运、报关费和超重行李托运费等私人费用，每人仅限托运一件行李，20 公斤一下免费；

Welcome to Russia



5. 服务项目未提到的其他一切费用，例如特种门票（夜总会、博览会、缆车等）；
6. 不含境外意外险，建议购买，70 岁以上（含 70 岁）老年人报名需签署健康承诺书；
7. 旅游费用不包括旅游者因违约、自身过错、自由活动期间内行为或自身疾病引起的人身和财产损失；
8. 行程中未标注的其他收费景点门票

三、服务标准说明：

- 1、景点说明：行程中未标注“入内参观”的景点均为游览外观；入内参观景点均含门票；

郑重承诺：景点实际游览时间不少于行程中标注时间！

- 2、行程说明：

- (1) 如遇部分景点节假日休息或庆典等，本社有权根据实际情况调整行程游览先后顺序，以尽可能保证游览内容。但客观因素限制确实无法安排的，本社将根据实际情况进行调整，敬请各位贵宾理解与配合；
- (2) 行程景点实际游览最短时间，以行程中标注时间为准；
- (3) 根据国际航班团队搭乘要求，团队通常须提前 3-4 小时到达机场办理登机手续，故国际段航班在当地下午 15 点前（含 15 点），晚间 21 点前（含 21 点）起飞的，行程均不含午餐或晚餐；

酒店标准：

- (4) 行程中所列酒店星级标准为当地酒店评定标准；
- (5) 莫斯科三星行程的早餐在中餐馆享用，四星及以上行程在酒店内用自助餐，圣彼得堡早餐均为酒店自助早餐。
- (6) 俄罗斯的二、三、四星级酒店大堂都比较小，无商场，电梯每次只能乘坐 2-3 个人和行李，个别酒店没有电梯；
- (7) 俄罗斯有些酒店的双人标准房只设置一张大的双人大床，放置双份床上用品，有时是二张单人床拼在一起，用时可拉开；
- (8) 由于各种原因如环保、如历史悠久、如俄罗斯夏季较短等，较多酒店无空调设备；
- (9) 如果因展会、酒店爆满等因素，我公司会依当时情况调整住宿安排，但是不会影响整体游览时间；
- (10) 俄罗斯人都是半卧而眠，他们认为如果平躺就死掉了，所以床都比较短窄。这个历史习惯影响到现在的俄罗斯床依旧不大。建议您不要同孩子一起睡一张床，影响您的休息。每标间可接待两大人带一个 2 岁以下儿童（不占床），具体费用根据所报团队情况而定；若一个大人带一个 2 岁以下儿童参团，建议住一标间，以免给其他游客休息造成不便；

- 3、用餐说明：

- (1) 如遇火车时间晚点，不能正常用餐，将退客人餐费
- (2) 如遇民族、宗教信仰等用餐习惯不同与他人，不能正常用餐，请出团前告知旅行社，申请退还餐费

- 4、保险说明：

- (1) 我社所上境外旅游治疗保险，游客如遇任何身体不适，可直接拨打救援电话（咨询及救援电话：）。
- (2) 保险范围包含：紧急救援，紧急转移，紧急住院，最高保险金额 30 万
- (3) 我社建议客人根据自身情况额外购买旅游意外伤害险及其他险种。

Welcome to Russia



6、退费说明：

- (1) 如遇天气、战争、罢工、地震等人力不可抗力因素无法游览，我社将按照旅行社协议，退还未游览景点门票费用，但赠送项目费用不退；
- (2) 游客因个人原因临时自愿放弃游览，酒店住宿、餐、车等费用均不退还；

7、补费说明：

- (1) 如遇航空公司政策性调整机票价格，请按规定补交差价。机票价格为团队机票，不得改签换人退票；
- (2) 如果旅游目的地国家政策性调整门票或其他相关价格，请按规定补交差价；

- 8、其他说明：质量反馈表，我社处理游客意见，以游客交回的《团队质量反馈表》为依据，请您秉着公平、公正、实事求是的原则填写《团队质量反馈表》；

四、温馨提示：

1. 行程中所列航班号及时间仅供参考，将根据实际情况做出合理的调整；
2. 俄罗斯同北京时间时差：5 小时
3. 行程中所注明的城市间距离，参照境外地图，仅供参考，视当地交通状况进行调整；
4. 根据俄罗斯法律规定，导游和司机每天工作时间不得超过 10 小时；
5. 请您在境外期间遵守当地的法律法规，以及注意自己的人身安全；
6. 此参考行程和旅游费用，我公司将根据参团人数、航班、签证及目的地国临时变化保留调整的权利；
7. 依照旅游业现行作业规定，本公司有权依据最终出团人数情况，调整房间分房情况；
8. 由于俄罗斯国情不同，您在俄罗斯旅游时除了准备信用卡及银联卡外，请尽量多准备一些现金。并且有些商店不能刷卡只接受现金。另外提醒您如果您携带信用卡，请在国内确认好已经激活可以在境外使用！
- 9、俄罗斯主要流通货币为卢布，其他货币在使用或在俄罗斯兑换卢布时都会有汇率损失，建议您出国前兑换好所需卢布。最好参照您的行程来准备适量卢布。如果您携带信用卡，请在国内确认好已经激活才可以在境外使用；

五、行程外活动的安排：

- 1、为满足旅游者多样化需求，在行程时间安排允许、参加人数足够，且不影响其他旅游者行程安排的情况下，旅行社可根据旅游者实际需要，安排附件（一）、（二）所列活动。
- 2、旅游者根据自身需要和个人意志，自主、自愿参加附件（一）、（二）所列活动，旅行社绝不强迫。
- 3、如旅游者不参加附件（一）、（二）所列活动的，将根据行程安排的内容进行活动；如旅游者参加附件（一）、（二）所列活动的，须在境外书面签署附件（一）、（二）并交予领队。
- 4、如旅游者不书面签署附件、或以口头形式确认的，旅行社视为旅游者不同意参加行程外活动，旅游者将根据行程安排的内容进行活动。

Welcome to Russia



赴俄罗斯旅游注意事项

亲爱的朋友：

您好！为了使我们能够安全、顺利、愉快的赴俄罗斯旅游，请注意以下事项：

1、请我们在俄罗斯不要做出有损国格的行为。

出境通关由于工作程序、思想观念等因素，俄罗斯检关速度比较慢，请您耐心等待并按照旅游名单的顺序排队过关。

2、护照为旅游者在境外唯一的身份证明、请随身携带、以便随时接受检查，防止丢失，护照如果发现丢失，请及时告知领队，因此涉及的所有相关费用应丢失护照者自行承担。

3、俄罗斯旅游期间，以中餐为主，如有个人习惯或者口味不适者请自带少许方便食品。如：面包、火腿肠、小咸菜、辣椒酱等真空包装食品。

4、俄罗斯宾馆因环保和欧洲生活习惯原因，宾馆内不提供一次性洗簌用品，请自备。宾馆不提供饮用热水，建议自己准备一个保温杯。俄罗斯建筑多为老式建筑，酒店洗手间没有地漏，洗澡时请注意不要将水溅到地上，如地上有积水请及时擦干。电压为 220 伏，插座使用圆柱型插座，与我国扁式插座不同，如使用电器或充电，请准备转换插头。

5、离开宾馆之前请仔细检查好您的贵重物品。如：现金、手表、护照、机票、相机等。

6、俄罗斯人卫生习惯较好，请团员在俄罗斯境内禁止随地吐痰及随地大小便，公共场所禁止吸烟、大声喧哗、乱扔烟头、杂物等，在旅游观光过程中、严格遵守交通规则。不要在街道上停留照相。

7、外出时一定随团，请不要单独活动，如有亲属、朋友需要会面请告知领队，以免影响整个团队正常活动，并请在规定时间归队。

10 为了您的健康，应自备少许常用药品，但禁止携带兴奋剂类、粉末状药品及毒品等违禁品。

**11 具有国际漫游功能的手机在俄罗斯拨打的方法是：810 86+区号（去掉 0）+固定电话号码
手机的拨打方式为：810 86+手机号码。**

Welcome to Russia



- 12 乘坐飞机严禁携带刀、叉等利器、有异味的食品及调味品；各种钱币票证、金银首饰、相机手表等请随身携带，绝对不要放到托运行李里，上述物品如托运过程中丢失，后果自负。随身携带物品中严禁携带容器超于 100ml 的液体或半液体物品，可托运，对于携带国际明文规定的违禁品而引起的法律责任，由携带者本人承担。
- 13 俄罗斯有些景点与停车场不在一处，司机为方便游客就近停车，参观景点时请紧跟导游，以免走失。景区内卫生间较少，而且多为收费洗手间（20 到 30 卢布不等）请大家在宾馆、餐厅或者有卫生间的地方及时利用。
- 14 按照俄罗斯现行法令，俄罗斯国内流通货币为卢布，其他外币在俄罗斯商店内不能直接使用。
- 15 在俄罗斯可选购的特产有：紫金首饰、望远镜、套娃、琥珀首饰、水晶制品、孔雀石、俄罗斯军用表、鱼籽酱、巧克力、伏特加酒等。
- 16 在俄罗斯购物一般没有讨价还价的习惯，所有正规商店出售的产品都为明码实价。只有在旅游景点购物时，游客可以与摊床小贩砍价，而在其他商店则一律不能讲价，另外文物类物品不准出境。
- 17 俄罗斯国家没有中国现在发展速度快，各方面接待条件有限，请您提前做好思想准备!!!

健康免责声明

姓名

性别

护照号

本人自愿参加团前往俄罗斯一地（莫斯科，圣彼得堡）_____年_____月
日游，本人身体良好、无任何重大疾病，并仔细阅读了该行程，保证我的身体情况能够参加此次旅游行程，如果在旅游过程中，因自身身体原因发生的生命财产安全意外事件发生，均与旅行社和导游人员无关，本人自己负责！
特此声明！

本人及家属（子女）对以上无异议，对因此而产生的相关损失能做出相应承担！

备注：此健康声明是 70 岁以上老年人和其家属（子女）签署

Welcome to Russia



声明人：

家属（子女）签字：

时间：