

6日5晚【夏·关东 | 海风静养 · 花火夜映】

第01天【抵达东京 · 专属接机】：东京成田 / 羽田国际机场 → 宿东京酒店

本日
行程

航班抵达东京成田/羽田国际机场后，将由专属司机在到达大厅举牌迎接，协助搬运行李，并安排乘坐专车直达东京市区酒店。办理入住手续后，可自由活动，建议当日以充分休息、调整状态为主，为次日的精密体检做好身心准备。



温馨提示：

- 提前确认好航班信息，避免延误乘坐飞机影响行程。
- 当天不建议安排剧烈活动或饮酒，尽早休息。第二天体检需空腹，请当日晚上8点后避免饮食。体检当天建议穿着宽松、无金属配件的服装。如有慢性病、长期服药，请提前告知。女性如遇生理期，请提前说明，部分项目可能调整。

餐食

—— ——

酒店 东京市区酒店（东京巨蛋酒店或同级酒店）

第02天【精密体检 · 调养身心】：癌研有明医院 精密体检 → 宿东京酒店

本日
行程

本日，专车司机将于约定时间提前在酒店等候，接您前往已预约的体检机构。当天将进行精密体检项目，体检过程中将安排专业医疗翻译全程陪同，协助沟通与流程引导，让您在语言与流程上均可安心无忧地接受检查。



体检结束后，将根据当日体检进度与身体状态，为您安排定制化健康餐。随后可选择返回酒店休息，或前往精心甄选的【米其林餐厅】用餐，在放松舒适的氛围中，为体检日画上从容而高品质的句点。

	<p>温馨提示:</p> <ul style="list-style-type: none"> •本日体检前不能进食，可以喝少量水或茶。
餐食	<p>体检前不能进食，体检后可定制健康餐 晚餐：米其林晚宴</p>
酒店	<p>东京市区酒店（东京巨蛋酒店或同级酒店）</p>
第03天	<p>【观海列车·夏夜花火】：城崎海岸展望所 → 伊豆观海列车 → 大室山 → 期间限定热海海上花火大会 → 宿热海酒店</p>
<p>本日行程</p>	<p>于酒店内享用早餐后，司机将按约定时间前往酒店迎接，专车前往伊豆。</p> <p>到达【城崎海岸展望所】，欣赏火山岩海岸与湛蓝太平洋交织而成的壮阔景色，是伊豆最具代表性的自然景观之一。</p>  <p>随后乘坐【伊豆观海列车】，沿着海岸线缓缓前行，窗外海景随列车展开，是极具夏日风情的观景体验。</p>  <p>午餐为您准备的是【荞麦面定食】，清爽而克制，体现日本饮食“返璞归真”的哲学，也为下午的游览保留恰到好处的体力与舒适感。</p> 

下午前往【大室山】。这座外形圆润的火山遗迹酷似一座“抹茶山”，可乘坐缆车登顶，环绕式步道可 360° 眺望伊豆群山与海岸线，视野开阔、极具辨识度。



傍晚抵达热海温泉酒店入住。夜晚期间限定召开【热海海上花火大会】。烟火在海面与夜空之间绽放，与温泉小城的夏夜氛围相映成趣，是关东地区极具代表性的夏季盛事。



晚餐于温泉酒店内享用。餐后可悠然浸泡温泉，舒缓旅途中的疲劳，为充实的一天画下放松而宁静的句点。



温馨提示：

- 花火大会为季节期间限定，日期以官方公布为准，可能会因天气等原因暂停。
- 建议穿舒适鞋履，部分景点需步行
- 山顶及海边风较大，请注意防晒与防风

餐食	早餐：酒店餐食	午餐：荞麦面定食	晚餐：酒店餐食
酒店	热海温泉酒店（大江户温泉物语热海酒店或同级）		
第04天【湘南海岸·禅意漫行】：七里滨 → 长谷寺 → 镰仓大佛 → 宿东京酒店			
本日行程	<p>酒店内享用早餐后，司机将按约定时间前往酒店迎接，前往镰仓【七里滨】，这里是湘南海岸最具代表性的海滨风景带，晴朗时可远眺富士山，海浪、沙滩与天空构成极具夏日感的画面。</p>		
			
	<p>午餐安排为镰仓特色【海鲜饭】。精选新鲜海产，搭配米饭与清爽配料，口味自然纯净，既展现湘南沿海的地域特色，也为午后的行程带来轻松而充满海风气息的用餐体验。</p>		
			
<p>随后参观【长谷寺】。寺院依山而建，以面朝湘南海岸的开阔视野与静谧庭园闻名。每年初夏 5~6 月期间，寺内山坡盛开大片紫阳花，是关东地区最具代表性的季节性景观之一。花与古寺、海景相互映衬，在柔和色彩中展现镰仓独有的温润与诗意。</p>			
			
<p>接着前往【镰仓大佛】，安置于高德院内，是日本三大佛之一，青铜佛像庄严静谧，是日本最具象征意义的佛教遗产之一。</p>			



游览结束后返回东京，晚餐享用【和牛烧肉】。甄选优质和牛部位，由食客自行轻烤，肉质细腻柔嫩，脂香与肉味在火候掌控间自然释放。搭配简洁调味，突出食材本味，在轻松而不失质感的用餐氛围中，为一天的行程增添一份满足与余韵。



晚餐结束后，安排送您返回酒店休息，圆满结束本日行程。

温馨提示：

- 海边紫外线较强，建议提前做好防晒措施。
- 寺院区域多为台阶路段，建议穿着防滑、舒适的鞋履。
- 海鲜饭多以生鱼片为主，如不食生食，请提前告知以便调整餐食安排。
- 长谷寺的紫阳花通常于5月底至6月期间盛开，具体花期可能因当年气候有所变化。

餐食	早餐：酒店餐食	午餐：海鲜饭	晚餐：和牛烧肉
----	---------	--------	---------

酒店	东京市区酒店（东京巨蛋酒店或同级酒店）		
----	---------------------	--	--

第05天【东京漫行·都会光影】：表参道 → 银座 → 东京塔 → 宿东京酒店

酒店内享用早餐后，司机将按约定时间前往酒店迎接，前往原宿【表参道】。漫步于表参道，街道融合时尚建筑与绿荫大道，是东京最具设计感与品位的区域之一。



本日行程

午餐特别安排享用【鳗鱼饭】，鳗鱼以传统手法细致烤制，搭配香浓而不过分甜腻的酱汁，外酥内嫩、风味醇厚。鳗鱼在日本被视为夏季滋养体力的代表食材，在炎热时节享用，既满足味蕾，也为接下来的行程补充能量与活力。



随后可前往东京【银座】，这里汇集高端百货与精品店，展现东京成熟而克制的都市气质。



傍晚前往东京地标性建筑【东京塔】，这座红白相间的地标建筑象征着东京的经典记忆，从展望台可俯瞰城市全景。



晚餐特别安排【河豚料理】。河豚被视为日本料理中的高级食材，由具备专业资质的料理店严格处理与烹制，在安全保障的前提下，呈现细腻清雅的口感与层次分明的风味，为东京之夜增添一份独特而难忘的美食体验。



晚餐后送您返回酒店休息，圆满结束本日行程。

餐食	早餐：酒店餐食 午餐：鳗鱼饭 晚餐：河豚料理
酒店	东京市区酒店（东京巨蛋酒店或同级酒店）
第06天【从容返程·专车送机】东京酒店 → 东京成田 / 羽田国际机场	
本日行程	<p>根据航班时间安排专车送您前往机场，到达东京成田/羽田国际机场后行程至此圆满结束。希望之后的旅途能够与您再会。</p> <p>温馨提示：</p> <ul style="list-style-type: none"> •建议提前 3 小时到达机场 •请确认行李重量及免税商品携带规定
餐食	早餐：酒店餐食
酒店	—— ——

报价包含：

1. 含全程的行程用车。正规日本绿牌运营车辆，阿尔法或海狮车型。

注 1：单人出行需要补单车差。

2. 含日本当地酒店住宿（如旺季期间所安排酒店房型爆满，优先安排上述酒店其他房型，如遇以上酒店满房无法预定的情况，则调整至相同等级酒店的同类型房型）。

注 1：日本酒店新规，6 岁以上儿童必须占床。不同酒店儿童年龄政策不同，具体以入住酒店政策为准！

日本因为土地资源有限，酒店房间面积与国内相比普遍偏小，敬请谅解！

注 2：单人出行需要补单房差。

3. 含行程中所列景点首道大门票。

4. 含行程中所列餐食。共 4 顿早餐，3 顿午餐，4 顿晚餐，以及体检后的健康餐。

5. 含东京癌研有明医院 1 日体检套餐。

6. 含体检当日的陪同翻译费用，以及体检报告的翻译费用。

7. 含 7 日日本旅行保险。

报价不含：

- 1.前往日本机票和签证费用。
- 2.出入境海关征税、超重行李的托运费及保管费。
- 3.酒店内洗衣、理发、电话、传真、收费电视、饮品、烟酒等个人的消费。
- 4.因交通延阻,战争，政变，罢工，天气，飞机机器故障，航班取消，或更改时间等行程以外其它费用及一切不可抗拒原因所产生的费用。
- 5.因为客人自身原因导致司机加班产生的加班费和深夜用车费。如产生，需现场支付司机加班费 5000 日元/小时（7 座商务车）或 10000 日元/小时（海狮小型巴士）或 15000 日元/小时（12 座以上中大型车辆）。

退改政策：

一经预定，以订金 1000 元/人占位为准，若出发前 30 日以外取消，可退还订金或免费更改出行时间。

行程开始前 29 日至 15 日，订金无法退还抵扣违约金。

行程开始前 14 日至 7 日，按旅游费用总额的 20%；

行程开始前 7 天内取消，按旅游费用总额的 50%；

行程开始前前 3 日至 1 日，按旅游费用总额的 80%；

行程开始当日，按旅游费用总额的 100%。

如按上述约定比例扣除的必要的费用低于实际发生的费用，旅游者按照实际发生的费用支付，但最高额不应当超过旅游费用总额。

※备注：本退改政策仅适用于地接旅游行程，并不包含酒店住宿及医疗体检项目。酒店及医疗体检相关的退改政策，将分别以各自规定的退改条款为准。具体酒店与医疗体检的退改政策，后续将另行以书面文件单独说明。

乙方（旅游者签名）：_____电话：_____

甲方旅行社（地接）：_____电话：_____

时间：_____年_____月_____日

重要提示:

<1>如旅客为港澳同胞或台湾同胞从中国出境,港澳同胞需同时携带港澳回乡证,台湾同胞需同时携带台胞证,以备边防检查,如因以上原因导致无法顺利出境,则由贵宾自行承担相应责任及相应损失。

<2>自备签证的贵宾、请贵宾自行检查好本人的《签证原件》及《护照原件》等重要的出境证件原件、并确保签证和护照均为有效证件。并全部随身携带到出境的机场、以便办理登记手续及通关、如有旧护照的、请一起携带。如因以上原因导致贵宾无法顺利出境,则产生的一切损失均为贵宾自行承担。

<3>在国内要坐联运航班的客人、请在出发前三天,在报名处确定清楚,国内联运航班是由什么证件信息出的机票。

1、如是《身份证》出票:则请携带好本人的《有效身份证原件》到机场办理登机牌。

2、如是《护照》出票:则请携带好本人的《有效护照原件+有效签证原件》到机场办理登机手续。并同时携带好本人的《身份证原件》、以便备用。)

温馨提示:

1.日本国土交通省于平成 24 年 6 月(2012 年)发布最新规定, 每日行车时间不得超过 10 小时 (以自车库实际发车时间为计算基准), 若超时, 则司机有权拒绝, 以有效防止司

机因过(疲)劳驾驶所衍生之交通状况。(资料来源:日本国土交通省)。

故敬请游客贵宾严格守时。按照司导指导的集合或游览时间为准。

2.由于路程是相对固定的,若前一站的景点观光时间有拖延或途中遇到塞车等不可抗拒的原因,势必会影响到下一个景点的观光时间,可能造成下一个景点游玩时间的缩短,

不便之处,敬请理解!

<如遇旅游旺季或交通拥挤或天气恶劣等不可抗力原因,停留时间、景点顺序、用餐地点、及酒店住宿等等将做相应调整,以地接调整为准,如有不便,敬请谅解。>

3.如遇不可抗力原因(包括地震、台风、雷击、水灾、火山爆发自然原因,以及战争、政府行为、罢工、爆炸、疫情、堵车等不能预见的情况等等)或由以上原因造成的航

班延误或停飞,或旅行社已尽合理注意义务后仍不能避免的情况,我公司有权调整行程,由此减少的费用退还旅游者,由此增加的费用由旅游者自己承担!

4.请不要将贵重物品及自用应急药品放在托运行李中,以免丢失。旅行过程中,也请妥善保存,重要物品请随身携带。

行程须知：

1. 出团前请检查随身携带物品：

- ◆护照◆雨具◆个人必备药物◆适宜服装◆签字笔（黑色）
- ◆有银联标志的银行卡◆少量日元现金◆

2.安全守则：

为了您在本次旅游途中本身的安全，我们特别请您遵守下列事项，这是我们应尽告知的责任，也是保障您的权益。

- ①请于班机起飞前 3 小时抵达机场，以免拥挤及延迟办理登机手续。
- ②搭车时请勿任意更换座位，头、手请勿伸出窗外，上下车时请注意来车以免发生危险。
- ③搭乘观光车时请依序上下，听从工作人员指挥。
- ④切记在公共场合财不外露，购物时也勿当众取出整迭钞票。
- ⑤遵守观光区、餐厅、饭店、游乐设施等各种场所的注意事项。