**<山西内蒙>双飞六日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | fxy-sxcy | **出发地** | 无锡市 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |
| **产品介绍** |  |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | **南通-太原 ZH8657 12：25-14：3**★太原导游手举《风行山西自组团》旗帜接站，到达美丽的太原，太原是山西省省会，别称并州，古称晋阳，也称龙城，是中国优秀旅游城市、国家历史文化名城、国家园林城市、太原都市圈核心城市，山西省政治、经济、文化、交通和国际交流中心，是一座具有4700多年历史，2500多年建城史，“控带山河，踞天下之肩背”，“襟四塞之要冲，控五原之都邑”的历史古都。★太原品尝网红美食打卡攻略：▲太原-郝刚刚的羊杂割，▲王萍面皮，▲六味斋卤肉，▲老鼠窟元宵，▲清和园头脑，▲徐沟灌肠，▲认一力水饺，▲山西会馆，▲老太原（档次高），▲林香斋（档次高），▲清和园。★太原游玩攻略：太原的市中心是柳巷与美食街附近，晚上最热闹的地方是美食街和钟楼街（可以打卡拍照必去），可以坐地铁或者打的去。晚上休闲的地方可以去汾河边逛逛有公园。抖音网红经典太原植物园也可以去打卡晚上好看。 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 太原 |
| **D2** |
| **行程详情** | **太原山西省博物院王家大院平遥**★早餐后游览【山西博物院】开启研学之行---全省最大的文物收藏、保护、研究和展示中心，藏品约40万件，荟萃山西文物精华，其中青铜、玉器、雕塑、壁画等独具特色。基本陈列“晋魂”由7个历史专题和5个艺术专题组成，展示了中华上下五千年文明进程中山西独特的贡献。本次博物馆研学活动，围绕“游山西·读历史”主题，本次行程我们将带领孩子们走进山西省博物馆深入参访探究，而博物馆作为每座城市中最真实的记录者，也成为本次研学活动最浓墨重彩的一部分！晋侯鸟尊体现了鸟与象这两种西周时期最流行的肖形装饰完美组合，鸟尊的盖内和腹底铸有铭文。主题一：认识镇馆之宝晋侯鸟尊（博物馆二楼），鸟尊作为山西博物院的镇馆之宝， 在众多晋式青铜器当中，具有不可撼动的地位。它造型独特优美，器身纹饰多样，凤鸟与大象的结合，也赋予其吉祥美好的寓意。主题二：了解【日昇昌】的兴衰史与票号文化（博物馆三楼），激发青少年对传统书法的热情；感受自强不息、诚信仁义的晋商精神和爱国情怀、创新精神。“五千年华夏文明看陕西，五百年中国商业看晋商”。而位于平遥古城西大街38号的日昇昌票号是晋商文化的浓缩。日昇昌票号是中国现代银行的开山鼻祖，被著名学者余秋雨先生誉为中国大地各式银行的“乡下祖父”。主题三：了解中国钱币发展史（博物馆四楼）。山西博物院的钱币馆是我目前见过的最好的钱币馆，就一个特点——全，相当的全。所以，我就动笔了呗。大家都知道，人类最早的贸易活动是以物易物的。但是以物易物最明显的问题在于，如何找到想要的东西同时又能用合适的东西换回来。于是，贝壳开始充当起了货币的角色。在汉字中，很多跟钱财货物相关的文字，都是“贝”字偏旁，就是这么个原因。研学活动主要是通过导游讲解，小朋友们在游览中获得知识，开拓眼界的项目。需打卡到三个主题，打卡一小朋友与【鸟尊】合影 ，打卡二小朋友与【日昇昌招牌】的合影，打卡三与钱币馆【海贝】的合影。拥有三张合影的小朋友即可发给导游参与抽奖。奖品为山西文创九龙壁国风书签尺礼盒。（2-18岁每个完成任务的抽一次奖）安排山西省最好玩的【地质博物馆】（周一闭馆），玩点主要有《穿越时空》——山西地质历史陈列展厅从宇宙大爆炸讲到星系的形成、地球的结构，重点展示了陨石的类型、结构、构造等。在这里可以看到以内动力地质作用为主所形成的汾渭裂谷、大同火山群，以外动力地质作用为主形成的黄河乾坤湾与壶口瀑布、山西寒武纪海侵作用过程、岩溶地质作用等地形地貌景观，以及乾坤湾黄河动态水流景观及“山西地质发展史”大型多媒体画中画，再现了山西地质发展的沧桑巨变与生命演化。“《远古物种》——山西生物演化陈列展厅中不仅有大家熟知的霸王龙，还有一些在本省发现的恐龙化石。其中，大同云冈龙是在我省左云县野外发现的，这是一种中大型草食性恐龙，身长超过7米。而那具长脖子的恐龙叫作不寻常华北龙，发现于我省天镇县，体长近20米，是我国迄今发现的晚白垩世最大的蜥脚类恐龙。另外，还有杨氏天镇甲龙，同样发现于天镇县，是与不寻常华北龙同时期的植食性恐龙。考虑到科技类博物馆的观众主体是青少年，博物馆特别设计了两个儿童喜闻乐见的互动项目：“会下蛋的恐龙”和“与恐龙赛跑”。只要投入硬币，就能马上生出一个恐龙蛋，这个蛋可以孵化出一个“小恐龙”玩具。而“与恐龙赛跑”是一部互动装置，游客通过操控竞赛单车，与恐龙一决高下，完成4个进阶阶段，最终变成凌空翱翔的鸟儿。《大地宝藏》——山西矿产资源陈列《物华天宝》——矿物及其应用陈列这是一个美轮美奂、晶莹剔透、高雅别致的矿物世界、晶石天堂。价格不菲的成品展柜中一件件五颜六色、形态各异、大小不等的矿物岩石精品在专用灯光下散发出华贵的气息：晶莹剔透的祖母绿、纯净天蓝色的绿松石、柠檬黄色的自然硫、享有“宝石之王”美誉的金伯利岩中的金刚石原石、有“章石”皇后之称的鸡血石、药用矿物雄黄、浅灰色放射状的辉锑矿、鲜红色的尖晶石、多彩亮丽的水晶、具有荧光效应的萤石、形态各异的方解石等。★后赴【王家大院】王家大院是由静升王，氏家族经明清两朝、历300余年修建而成，包括五巷六堡一条街，总面积达25万平方米，而且是一座具有传统文化特色的建筑艺术博物馆。入住酒店自由活动。七八月是合欢花盛开的季节点点红缨点缀在斑斓的古建筑内格外美丽。★王家大院主要有两大建筑群组成，高家崖建筑群由静升王氏十七世孙王汝聪、王汝成兄弟俩修建于嘉庆元年（1796年）至嘉庆十六年（1811年），面积达19572平方米。所有建筑严格按照封建等级制度建造，院内雕艺精湛的砖、木、石三雕装饰品，题材繁多、内容丰富，集中展示了王氏家族独特的治家理念。红门堡建筑群建于乾隆四年（1739年）至乾隆五十八年（1793年），总面积25000平方米。整座建筑依山而建，从低到高，由四排院落组成，左右对称，中间主巷道与三条横巷，组成一个规整的王字。29座院落依主人身份、喜好的不同在结构和装饰上呈现出不同的风格，设立于红门堡的中华王氏博物馆、力群美术馆。★游世界文化遗产、国家5A级景区【平遥古城】(平遥古城进出城无需门票，平遥电瓶车40元/人需要自理，如需要参观城中的小景点需自行购买套票)（游览时间2小时）是一座具有2700多年历史的文化名城，也是目前我国唯一以整座古城申报世界文化遗产获成功的古县城。平遥历史悠久，文物众多，是我国现存较好的四座古城中最完整的一座古城。与四川阆中、云南丽江、安徽歙县并称为“保存最为完好的四大古城”，联合国“人类居住中心”专家也说“平遥是世界古建筑中心”。食在晋中：中餐菜单：太原大掌柜山西特色拌莜面 ☆ 蔬菜沙拉 ☆ 锅仔小酥肉 ☆ 酱肉窝窝头扣肉 ☆宫保鸡丁 ☆ 特色肉丝卷 ☆ 杏鲍菇牛柳☆ 小炒扁豆丝☆ 土鸡蛋炒煎饼 ☆ 清炒时蔬☆蛋花汤 主食：米饭 ☆ 炝锅面晚餐菜单：平遥大戏堂，边用餐边欣赏《晋商乡音》冠云牛肉 ☆ 平遥熏肘 ☆ 特色碗托☆老村长下酒菜☆ 晋商醋鱼 ☆ 外婆杂粮包 ☆ 麻花过油肉 ☆ 蒜片油麦菜 ☆ 浇汁莜面 ☆茄子豆角 ☆ 木耳长山药☆清炒菠菜、汤：沙棘醪糟汤 主食：米饭、泡泡油糕、水煎包、汤面PS: 【平遥古城3D灯光秀】网红点\*自行前往\*，地点迎薰门广场（离我们住的酒店很近），广场活动是以平遥古城迎薰门城楼建筑为载体，结合影像、灯光等现代科技手段的大型3D景观表演。整场灯光秀深度结合平遥当地渊源悠长的历史、文化、人文底蕴，定制平遥古城的内容，古城的街景、金井市楼、双林寺彩塑等都是3D灯光秀的宝贵素材。观看攻略；3D灯光秀晚上9点准时开，下雨雪风大的天气会停止演出，每场18分钟，在城内的客人尽量提前7点半以前从大南门出，大南门关闭后绕行小南门或者上东门出步行大概10分钟。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 平遥 |
| **D3** |
| **行程详情** | **平遥 雁门关大同**乘车前往参观【雁门关景区】（参观2小时），“天下九关，雁门居首”——雁门关是春秋至明清时期长城线上最古老、最险峻、历史最为悠久、战争最为频繁、知名度最高、影响面最广的古关隘、古商道，是当之无愧的中华第一关;更有家喻户晓的北宋杨家将保家卫国、镇守雁门的忠义故事，更有着“三边冲要无双地，九塞尊崇第一关”的美称！雁门关东走平型关、紫荆关、倒马关，直抵幽燕，连接瀚海；西去轩岗口、宁武关、偏头关至黄河边。恒山沿代县北境蜿蜒于山巅的内长城，将雁门山、馒头山、草垛山联成一体。它北依雁北高原，南屏忻定盆地。雁门关坐落于代州古城北部勾注山脊，位于山西北部的代县城北约20公里的雁门山上。“九塞尊崇第一关”雄关依山傍险，高踞勾注山上，是大雁南下北归的主要中部通道之一。★之后返大同市区，登临【大同古城墙】，欣赏古城绚丽多彩的夜景。大同古城墙为明洪武五年(1372年)在元故城墙旧土城上增筑而成，全国颇有名气。大同城墙的总周长为7270．7米，形制方形城池。★后游览【九龙壁】的来历是这样的：明朝开国皇帝朱元璋定鼎应天府后，把他的许多儿子分地为王，拱卫中央。九龙壁由426块特制的五彩琉璃构件拼砌而成，由壁座、壁身、壁顶三部分构成。龙与龙之间，由水草山石图案相连，互相烘托。食在大同：中餐菜单：农家雁门 新疆烤肉 ☆ 糖醋鸡米花 ☆ 焖丸子 ☆ 土豆鸡块 ☆ 鱼香肉丝 ☆ 干炸蘑菇 ☆ 蒜蓉油菜 ☆ 家常卤水豆腐 ☆ 农家土鸡蛋 ☆ 黄瓜香干汤：西红柿鸡蛋汤  主食：油炸糕一盘 ☆ 玉米面馒头 ☆ 米饭晚餐菜单：享用大同座无虚席！天天排队的！网红餐厅（凯鸽）：醋椒秋葵 ☆ 蔬菜沙拉 ☆ 鸡丝凉面 ☆ 黄米凉糕 ☆ 大同特色烤骨头肉 ☆ 糖醋里脊 ☆ 铁板鱿鱼 ☆ 土豆牛肉 ☆ 素烧茄子 ☆ 腊八蒜杏鲍菇 ☆ 鱼香肉丝 ☆ 西芹百合汤：山西特色消暑米粥主食：老大同百花烧麦 ☆米饭☆西葫芦水饺 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 大同 |
| **D4** |
| **行程详情** | **大同辉腾锡勒草原乌兰察布**早餐后赴内蒙古有一整天时间尽情感受-最美的大高山草甸草原--【辉腾锡勒大草原】辉腾锡勒草原冬季寒冷，夏季凉爽，平均最高温度为18℃。每年五月至九月，这里鲜花遍地，成为花的海洋。辉腾锡勒草原是典型的高山草甸草原，平均海拔2100m，面积600平方公里，植被覆盖率80%~~95%，辉腾锡勒草原上天然湖泊星罗棋布，素有"九十九泉"之称。辉腾锡勒草场是世界少有且保持完好的天然草甸型草场，并确认18种草种为珍稀草种（180公里，2.5小时）。草原遍地鲜花，无数羊群在草原山吃草。★去往草原的路上，如果看到羊群牛群我们将停车和牛羊群拍拍照喂喂他们 ^v^。★抵达草原后。我们为远道而来的贵宾们准备了丰富的草原活动DIY 1：所有的大人小孩穿上牧民准备的漂亮的【蒙古服饰拍照PK】,导游会给大家介绍各种美丽的镜头帮大家指导拍摄亲子照，情侣照，在草原流下了美好的回忆。。DIY 2：家长和孩子们动手【制作一个属于自己的小风车】，制作好后小朋友们可以拿着风车尽情的在草原上奔跑。活动一：牧民们在草原上养着一群绿鸟鸡，小朋友们在草原上逮蚂蚱【喂草原绿鸟鸡】 。活动二：想要和成吉思汗一样弯弓射大雕么，我们为亲爱的们专门准备了专业的草原大弓，大人小孩可以一起在牧民的指导下练习【射箭】，特别有意思活动三：参加主题《忆童年，晒幸福》亲子活动，【草原拔河大赛】，【草原足球比赛】。活动四：大人小孩围坐在温馨的蒙古包内观看内蒙古最正宗的【奶茶制作过程】，制作好后一起品尝好喝的奶茶喝奶制品活动五：老额吉带领大家【识别草原植物】以及中草药(有人专人监护指导)，后参加【捡牛粪活动】。让孩子们了解野外生存知识。活动六：【蒙古包体验】大人小孩一起了解蒙古包的知识，深度体验草原蒙古包。★特别安排：包含价值298元大型草原实景剧《马背上的安达》表演时间60min，讲诉公元1229 年，成吉思汗去世两年后， 他的第三个儿子窝阔台继承了汗位。窝阔台率领蒙古铁骑四处征战时看中了水草丰美、气候怡人的辉腾锡勒草原。公元1230年5月，窝阔台率领大批兵将在这里避暑、修养、操练，并在这里修建了一座避暑行宫。这里的点将台、兵器库，曾是窝阔台率领蒙古骑兵操练习武之地。战马嘶鸣，剑戈撞击，骑士的铁蹄如雷霆滚过，惊天动地。窝阔台的蒙古骑兵军团在这里出现， 又从这里消失。但是他们把马蹄踏过草原永远留在了这里。大型实景剧《马背上的安达》再现了八百年前发生在这里激动人心的历史场景。【第一幕 •父子出征】【第二幕 •草原孤儿】【第三幕 •练兵点将】【第四幕 •保卫家园】【第五幕 •萨满与黑纛】【第六幕 •战争】【第七幕 •回归和平】★今日晚宴我社请了内蒙古演艺团为大家准备了丰富的表演晚餐表演节目单：《蒙古族舞蹈》《全羊剪彩仪式》《全羊剪彩仪式》《马头琴独奏》《蒙古敬酒仪式》《草原歌独唱》★表演结束后参加【星空篝火派对】大人小孩在演员的带领下载歌载舞，度过一个难忘的夜晚。星空篝火派对节目单：《蒙古族舞蹈》《草原歌独唱》《马头琴独奏》《蒙古族安代舞》《演员和游客互动狂欢》食在草原：中餐菜单： 草原菜品比较简单，条件有限草原泡菜 ☆ 草原开胃 ☆ 西红柿炒鸡蛋 ☆ 肉炒芹菜 ☆ 五花肉炒腐竹 ☆红炒肉黄金豆 ☆ 羊肉洋葱 ☆ 麻辣豆腐 ☆ 五花肉豆芽 ☆ 手撕包菜汤:紫菜汤主食：米饭 ☆ 馒头晚餐菜单：凯蒂斯王府宴会厅(此顿晚宴有酒水) ☆浑源凉粉 ☆ 时蔬蘸酱 ☆ 盐水鸡 ☆香葱木耳 ☆酱肘花 ☆ 双味鸡胗 ☆清蒸海鱼 ☆ 酸汤肥羊 ☆ 酱汁肉夹馍 ☆ 毛血旺 ☆干锅有机菜花 ☆ 白灼青菜 ☆ 虾仁西葫芦 ☆ 燕麦薯块汤：西湖牛肉羹主食：炒米饭☆特色水饺 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 乌兰察布 |
| **D5** |
| **行程详情** | **乌兰察布大同太原**早餐后出发前往山西第二大城市、国务院首批公布的历史名城和中国优秀旅游城市之一大同市，抵达后前往国家5A级、世界文化遗产、中国三大石窟之一的景区【云冈石窟】（游览时间2小时 ），在这里你可以感受到一面冷石长壁，五万雕刻造像，“真容巨壮，世法所希”的石窟，千年西风残照，阅尽人间沧桑，东西南北风格融会的皇家风范，诸多门类艺术汇聚成不朽神奇，向世人诉说着一个王朝、一个民族曾经的辉煌与梦想。云冈石窟位于大同市城西约16公里的武周山南麓，距今已有1500年历史，是佛教艺术东传中国后，第一次由一个民族用一个朝代雕作而成皇家风范的佛教艺术宝库，是公元5世纪中西文化融合的历史丰碑。2007年成为国家首批5A级旅游景区。中餐后返太原，★：路上避免小孩无聊特别安排电动J20电动战斗机飞机模型DIY,和孩子们一起【制作歼20电动战机】。电动螺旋浆飞机模型制作很讲究，机翼的安装，螺旋浆旋转的方向都会影响飞机的性能，开动孩子们的大脑，看谁能制作成功。（2-18岁每人派发一架）食在大同：中餐菜单：宫保鸡丁 ☆ 老大同过油肉 ☆ 大同传统锅仔羊杂 ☆ 麻婆豆腐 ☆ 大同铜火锅 ☆ 水煮肉片 ☆ 豆角南茄☆ 豆豉油麦菜 ☆ 手撕包菜汤：金丝豆腐汤主食：☆ 米饭 ☆猪肉大葱饺子晚餐菜单： 晚餐自理，可以去太原最热闹的食品街品尝当地特有特色的小吃。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：X  |
| **住宿** | 太原 |
| **D6** |
| **行程详情** | **太原武宿机场返程南通机场 /高铁太原回**睡到自然醒，用完早餐后，适时送机或送站。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 用餐：含7个正餐，午餐餐标40元/人，其中2个晚餐升级餐为50元/人，一个升级为80/人正餐10菜一汤，十人一围，不足十人酌情安排菜数 （餐厅包场特殊情况，同级餐厅安排就餐）第1天——早餐：无安排 午餐：自理 晚餐：自理第2天——早餐：酒店自助餐 午餐：太原大掌柜 晚餐：大戏堂第3天——早餐：酒店自助餐 午餐：雁门关农家饭店 晚餐：大同凯鸽第4天——早餐：酒店自助餐 午餐：草原接待站 晚餐：凯帝斯王府餐厅第5天——早餐：酒店自助餐 午餐：大同凯鸽 晚餐：自理第6天——早餐：酒店自助餐 午餐：无安排 晚餐：无安排行程中为参考菜单，如遇买不到菜或者换菜单有权调整。全程入住参考酒店：太原携程五钻-2晚君宸大酒店 或同钻级<免费泳池>大同携程四钻或五钻-柳莺酒店或四钻平上舍酒店或四钻大同国宾酒店。乌兰察布市-凯帝斯王府国际酒店或同钻级 平遥古城内五星标准客栈-平遥会馆宾舍或同标准备注：行程中首先使用以上酒店，如遇特殊原因，不能安排备选酒店时，我社有权安排同级别、同标准的其他酒店。注意：有泳池的君宸大酒店会安排在第一五晚。要游泳的带好泳衣。遇到特殊原因无法安排 含<云冈石窟><辉腾草原亲子活动><辉腾草原马术表演><王家大院><雁门关>首道大门票严格挑选有资质、手续全、正规旅游空调车、保证每人一正座；具有丰富经验的专职中文导游2-12周岁儿童均只含机票，餐费、车位费、导游服务费，不含高铁票，不含门票，不含马术表演票，住宿及早餐；1.2米以上儿童全程补门票215.含旅行社责任险，如需增加其它保险，建议游客自行购买； |
| **费用不包含** | ★平遥古城电瓶车40+雁门关小交通10=50元/人★▶1草原骑马（时间大约一小时）祭敖包访牧民+▶2（云冈+王家）耳麦+▶1蒙古烤全羊（含开羊仪式）合计350元/人（1米以下免，1-1.2只收骑马费）注：1以上自理全部自愿消费 绝无强迫 2草原骑马有马夫看着较安全，切勿听马夫忽悠二次消费参加单人快马跑，以免发生危险！3身高1m以下儿童可以和成人同骑一匹马不收取费用，1m-1.2m收200元，1.2米以上和成人同价。4如遇入数少于20人则烤全羊换成烤羊腿.5本行程除所列自费外再无其他隐形消费。 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 特别注意：不含床位的儿童不含早餐需自理（一米二以下免）1、提醒客人出行前务必携带有效身份证件入住酒店。否则因此造成不能入住的后果我社概不负责；2、成人带好身份证，儿童带好户口本。3、行程内时间仅供参考，具体以实际游览为准。在行程中景点和服务标准不变的情况下，我社有权对行程进行适当调整，一旦发生纠纷，我社将把旅游者签字确认的文件作为处理依据，以保证旅游者的权益；如委托他人代签，视为本人同意，如有纠纷，代签人承担全部责任。4、行程中所包含的景点项目等因客人自身原因不参与视为客人自动放弃，旅行社将退还旅游者未产生的费用，中途离团须与地接导游签离团协议，并传真给组团社，确认后方可离团，只退还旅游者未产生的费用，离团后所有的安全责任旅游者自负。（如客人在未提出离团申请的情况下私自离团，地接社有权向组团社说明情况，按双方同意解除旅游合同情况处理，离团后所有的安全责任客人自负，给旅行社造成损失的，旅游者应当依法承担赔偿责任）5、由于不可抗力因素等不可归责于旅行社的客观原因或游客个人原因，造成游客经济损失的，旅行社不承担赔偿责任。如恶劣天气、自然灾害、火车延误、汽车塞车等不可抗力原因如造成旅游者行程更改，延误、滞留或提前结束时，旅行社不承担责任。因此发生的费用增减，按未发生费用退还游客，超支费用由游客承担的办法处理！ |
| **温馨提示** | 注意：航班抵达山西后，请您保持报名时预留电话的畅通以便于接送人员能在第一时间内为您提供服务山西地属山地地区，气候易变、早晚温差较大、紫外线强度较大，请您做好替换衣物和防护准备。1．草原都地处高原，日照时间长，光线较强，需要准备太阳帽、太阳镜、防晒霜。2．草原运动尤其是骑马时，请最好不要随身携带摄、照相机等其他贵重物品，以免摔坏或丢失。3．草原日夜温差大，天气变化多，请多准备几件衣服及防雨衣物。4．参加草原各项活动特别要注意安全，尤其是骑马等剧烈活动要十分注意。5．草原面积很大，外出要结伴同行，小心迷路。因其所在的山西省地势较高，东南面又有山岭阻挡海洋气流，故较邻近的 华北平原 气温低，降水少，昼夜温差较大，所以到此旅游最好准备太阳镜、帽子等物以防风沙，另外最好不要穿淡色系的衣服。多喝水，不然会裂唇。 |