

# Pre-departure info

## 霸气闯关东（林海雪原经典穿越版）



### ➤ 为什么去这里？

没有雪的冬天，那还叫冬天？别看到一层薄薄的头皮屑就兴奋得像个孩子一样了。要么不玩，要玩就玩个 high 的！

千里冰封，万里雪飘的北国才能让你知道什么叫江山如此多娇，然后心甘情愿各种折腰。

一脸老实相的傻狍子在等你调戏，满口大碴子味儿的老乡正给你炖着一锅猪肉粉条，吃饱了去溜一圈，一推门冷风往脸上一刮，哇！那激灵抖得一个酸爽，拉上身边随便谁，不管三七二十一，把丫往雪地里一推再一埋，别提多得劲儿.....

没错，这就是东北！火辣辣的东北！这里的火不同于川蜀之地的火锅，更不同于南国的燥热，这是人类与自然相爱相斗所产生的生命之火。

东北自古就不是什么苦寒之地，是清朝的龙兴之地，寒而不苦，是个风水宝地。这里物产丰富，长白山的野生宝贝可太多了，多吸几口这里的氧气都有延年益寿的功效，动物们也很肥硕，毛茸茸的特别可爱随便摸.....你还在等什么呢？

### ➤ 和你一起的同伴？

团队旅行的一大惊喜是你的伙伴们来自五湖四海，不同行业不同背景，年龄集中在 18-39 岁，多为年轻人，我们希望大家可以敞开心扉，收获友情爱情，我们一次又一次的实践证明，一次美好的团队回忆，很多的部分来自于团队之间的互动和沟通，为此让我们一起珍惜吧！我们亦希望大家有一颗包容的心，遵守时间，公共集合的时候一定不要迟到，迟到就意味着在耽误大家都时间哦

### ➤ 如果你是一个人旅行？

我们的旅行，有一半的人是自己报名来的，并且在旅行中收获自己另外的朋友。考虑到年轻人的探索旅行，为此，我们的行程设计中并不会额外收取单人房差。如果你在报名时填写了自己的“睡友”，我们一定会为你尽力安排，如果没有“睡友”，我们会随机安排同性别的队员入住。敞开心扉，一个人来的旅行收获的是一堆朋友回归。

### ➤ 负责任的旅行

稻草人提倡负责任的旅行态度：

尊重环境：旅行中请尽量减少使用一次性物品，同时注意环保。

尊重队员：和谁一起旅行是旅行的灵魂。尊重队员从遵守时间开始吧，不迟到，不影响别人的时间。

尊重当地人：对于当地人我们要予以尊重，尊重当地人的文化习俗，尊重当地人的宗教信仰。目前很多地方可能依然保守和古朴，所以入乡随俗是最自然的。

## 路线概述



### 【五年深耕，品质保证】

稻草人在东北扎根五年了，跟随东北成长了五年，也见证了东北这些年的发展和转变。我们想把各种美好继续保留，但是也希望能够挖掘出更多更深入的当地体验，呈献给对东北充满期待的的你。这条新开的路线，并不是新瓶装旧酒那么简单，装满了稻稻火一般的热情。

屋外零下 30 度的严寒，屋内却热的浑身冒汗，我们在火热的大炕上包着饺子，做个糖葫芦，剪个窗花，喝着小烧，唠着嗑。在室外手拉着手坐着刺激的雪圈，在纯净的冰面上凿冰下网捞鱼，坐在冰桌冰凳上喝着现场炖的鲜美鱼汤。同时还进行着奇葩运动会，做着跟力气无关的拔河，只靠手前进的冰车，还有儿时的冰嘎啦，嘎嘎…让你嗨翻每一天。

### 吉林-五家山滑雪场-雾凇岛-老白山雪村-长白山

## 气候及穿着建议



东北地区属于温带湿润、半湿润大陆性季风气候。冬季寒冷干燥，平均气温在 $-21^{\circ}\text{C}$ ~ $-10^{\circ}\text{C}$ ，正常情况下，东北每年会在 11 月中旬左右迎来第一场雪，虽然酷冷，但是曝露在冰天雪地里充满乐趣，在 12 月底至次年 1 月、也可以感受东北冰雕艺术。东北地区正常情况下最冷的月份是在 1 月份，冬季时温度可达 $-30^{\circ}\text{C}$ ，最冷时将近 $-40^{\circ}\text{C}$ ，所以出行一定要防冻哦！

每到冬天，西伯利亚的寒潮就会来临，除了严寒之外，还有一样东西也是非常可怕的——西伯利亚大风，大家对于大风也要有一定的防范。在室外，可能真正让你感到冷的，就是风。

吉林全年平均气温	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
日均最高气温( $^{\circ}\text{C}$ )	$-10^{\circ}\text{C}$	$-6^{\circ}\text{C}$	$3^{\circ}\text{C}$	$14^{\circ}\text{C}$	$22^{\circ}\text{C}$	$26^{\circ}\text{C}$	$28^{\circ}\text{C}$	$27^{\circ}\text{C}$	$22^{\circ}\text{C}$	$14^{\circ}\text{C}$	$2^{\circ}\text{C}$	$-7^{\circ}\text{C}$
日均最低气温( $^{\circ}\text{C}$ )	$-24^{\circ}\text{C}$	$-21^{\circ}\text{C}$	$-9^{\circ}\text{C}$	$1^{\circ}\text{C}$	$8^{\circ}\text{C}$	$14^{\circ}\text{C}$	$18^{\circ}\text{C}$	$16^{\circ}\text{C}$	$8^{\circ}\text{C}$	$1^{\circ}\text{C}$	$-9^{\circ}\text{C}$	$-19^{\circ}\text{C}$

冬季：内穿快干衣—保暖&抓绒衣物（里面套头的）—保暖外套&冲锋衣（外面拉链的）—保暖裤子+长裤/冲锋裤—保暖防滑户外鞋&专用户外雪地靴

要去冬天的东北，一定要做好一切防风保暖的工作【帽子（太阳镜）—围巾—手套】室内室外温差很大，建议穿易脱的衣物，进到暖气屋后可以方便脱。保暖的鞋子都是非常必须的装备哦！（不是平时穿的 UGG 鞋哦~而且完全不行，普通的雪地靴在这样的雪地里会坏掉的哦）。也可带上登山杖，能够节省很多体力。

我们住宿的酒店有游泳池，并要求戴泳帽，有需要的小伙伴可以带上泳衣泳帽，体验下“冰火两重天”的感觉。

具体其他物资的准备请看文件最后页的物资准备清单

## 住宿



我们在旅行过程中提供丰富了多彩的住宿体验，在城市中安排了快捷酒店，甚至还会有五星级宾馆，在山区或者偏远地区会安排当地客栈的农家乐，为了融入当地的文化或观赏风景的需要，我们还会安排入住到当地的家庭客栈，住的是火炕多人间。南方的孩子们可能会睡不惯，后背会感觉过热。因为非常当地，硬件条件会受到一定限制，洗澡不太方便，希望大家有充分的心理准备！大家要发挥互相谦让的美德，轮流使用差异住宿。我们将尽力为大家提供一个真实的体验，所以我们尽可能选择最“当地”的住宿。

D2 住东升林场、D3 住雪乡，都是住东北当地的农家客栈，房型为东北大炕多人间，很当地化，条件设施都是比较简单一般的，因而会存在无法洗澡或是轮流洗的情况。其他住宿都是宾馆二人间，独立卫浴，可以洗澡。

具体每晚的住宿详情，请参见行程安排。

## 用餐



东北菜自成一派，主要以乱炖为主。蔬菜种类不多，熘炒菜通常偏咸，东北菜一般都很实在，点菜用餐时，可以参考 N 个人-1 原则点菜。初到东北不要暴饮暴食，以免水土不服或是消化不良。身边可以备些健胃消食片&牛黄解毒片等，以免消化不良或者上火。另外，可以准备些干粮/零食备在车上，行程中碰到车程过久、吃饭时间过晚等情况会时有发生。

## 集合/解散相关信息

具体集合&解散酒店信息及领队联系方式会在出发前 4 天上传到用户中心以及通过邮件告知

购买机票网站推荐：[阿里去啊：www.alitrip.com](http://www.alitrip.com) [去哪儿网：www.qunar.com](http://www.qunar.com) [携程网：http://www.ctrip.com/](http://www.ctrip.com/)

### 吉林市 ( jilin ) 集合

#### [龙嘉国际机场]



吉林市和吉林省省会长春市共享一个机场：长春龙嘉国际机场，距离吉林市区 85 公里，乘坐由吉林火车站出发的高铁到【龙嘉】车站，一小时左右一班，30 分钟可达，票价 22.5 元。出站步行 5 分钟即可到达机场。大家可以先上网 [www.12306.cn](http://www.12306.cn) 或者用手机 APP 高铁管家提前买好火车票。

当地打车信息：吉林市出租车起步价 5 元（2.5 公里），超过基础公里后的运价为每公里 1.30 元，同时加收 50%空驶费 0.65 元，总计 1.95 元，四舍五入后实际按每公里 2 元收取；夜间 1 时至 4 时起步价 8 元（含 3 元夜班费）。

（此信息如有变动欢迎小伙伴反馈）

### 长白山 ( changbaishan ) 解散

#### [长白山机场]

长白山机场是中国第一个森林旅游机场。机场坐落在吉林省白山市抚松县松江河镇长白山保护开发区池西区，距长白山西景区 15 公里，北景区 120 公里，南景区 135 公里。

二道白河的金水鹤酒店门口有机场大巴至长白山机场，全程约一个半小时，每天三个班次：06:00，09:00，17:30，40 元/人。二道白河镇打车或包车至机场约 200 元，不打表。

我们会在早上 8 点从酒店安排一辆大巴车送长白山机场，中途经停万达度假区。飞上海；

推荐购买航班：吉祥航空 HO1136 起飞：12:15 春秋航空 9C8532 起飞：21:30

#### [二道白河镇客运站]

主要有长白山池北区（二道白河镇）至安图、延吉、长春、敦化、通化、松江河、梅河口、牡丹江等地的班车，它是进入长白山地区的主要公路客运站。

地址：延吉市安图县二道白河镇池北大街（203 省道）近三江街（白河火车站边上）

电话：0433-5822904

部分班车信息：

二道白河 - 延吉：每天四班车，发车时间 6:10、7:30、13:00、14:00，车程 4 小时，车费 40 左右。

二道白河 - 敦化：敦化是前往二道白河镇最方便的火车中转站之一，二道白河客运站每小时都有前往敦化的班车，末班车 15:00。票价约 30 元左右，车程 3 小时左右。

二道白河 - 安图：安图也是靠近二道白河镇最近且最方便的火车中转站之一，二道白河客运站每小时都有前往安图的班车，末班车 16:00。票价是 39 元，车程 3 个多小时。

二道白河 - 长春：每天两班车，发车时间 6:00 和 17:00，车程 6 小时，车费 80 元左右。

## 线路提醒

### 【东北环境】

- 1.东北由于气候与南部地区相差很大，容易水土不服，所以初到东北要格外注意饮食，前三天以少食多餐的清淡食物为主，多吃生大蒜和喝少量白酒，预防肠胃炎
- 2.室内室外温差很大，建议穿易脱的衣服，进到暖气屋后可以脱；在户外做好全面防冻装备，避免冻伤和感冒。
- 3.因为我们有3天会睡炕，很容易上火，干燥，可以多喝白开水，一来驱寒防止感冒，二来可以补充水分防止燥热上火。

### 【林海雪原穿越】

D5 我们会徒步穿越林海雪原，对于体力要求还是较高的，而且走的都是雪地，路面较滑，请穿内绒的保暖防滑户外鞋或者是专用户外雪地靴（不是平常穿的 UGG 等哦~而且完全不行，普通的雪地靴在这样的雪地里会坏掉的哦）。也可带上登山杖，能够节省很多体力。徒步时一定会出汗，所以建议内穿快干衣物，外加保暖&抓绒衣物，保暖外套（里面套头的，外面拉链的，以便散热）

### 【洗澡问题】

D2 住东升林场、D3 住雪乡，都是住东北当地的农家客栈，房型为东北大炕多人间，很当地化，条件设施都是比较简单的，因而会存在无法洗澡或是轮流洗的情况。其他住宿都是宾馆二人间，独立卫浴，可以洗澡。

### 【景区情况】

雪乡，作为“爸爸去哪儿”热门节目播出后，已然成为知名度非常高的景点了；长白山景区亦是如此，在东北的景区知名度都颇高。还有雾凇岛，因为互联网也逐渐被越来越多的人知道。冬天是东北地区的旅游旺季，因而可能会出现游客较多的情况，如遇到游客较多的情况，也请大家抱着一颗接纳的心去对待，毕竟这是中国旅游的大环境，望大家理解。

### 【滑雪注意】

心脏病、高血压、孕妇、精神病、醉酒者及其他不适宜滑雪的疾病，年长者及无自立能力的幼儿，禁止滑雪。

### 【路况&车况】

由于东北积雪结冰，且天气多变，时常会下雪，路面容易滑，为了安全行车、一般车速都不会很快，也请大家悉知。如遇下雪车速较慢或者出现坏车情况也请大家理解。

## 反馈

旅行结束后,我们会给您发送一封反馈邮件，非常希望听到你的声音! 我们会仔细阅读你的反馈，您的反馈可以帮助我们了解我们在哪些方面可以做得更好，帮助我们进步，我们每月会在所有参与反馈的队员中抽取两名队员赠送价值 540 元的免费短途旅行一次。

### 稻草人旅行工作室

TEL : 4000548066

EMAIL : [info@54traveler.com](mailto:info@54traveler.com)

## 物资准备

证件&银行卡&现金	备注	OK
身份证	飞机/火车, 酒店入住, 高速临检都会用的到的哦	<input type="checkbox"/>
学生证/军官证	如果可以使用我们会退还相应差价	<input type="checkbox"/>
信用卡、借记卡	有银联标识的 ATM 机可用银联卡直接取款	<input type="checkbox"/>
现金	吃饭每天 40-60 元	<input type="checkbox"/>
洗护用品	备注	OK
洗发水、沐浴露、护肤品、化妆品、防晒霜		<input type="checkbox"/>
牙刷、牙膏、牙杯、梳子		<input type="checkbox"/>
毛巾、浴巾	自己带卫生又环保	<input type="checkbox"/>
卫生纸、纸巾、消毒纸巾、女性卫生用品		<input type="checkbox"/>
剃须刀(男士), 指甲刀		<input type="checkbox"/>
衣物&杂物	备注	OK
保暖衣+2 件抓绒+薄羽绒+冲锋衣 保暖裤+抓绒裤(有毛的保暖性好的就行, 1-2 条)+滑雪裤或者冲锋裤	*建议衣服买有拉链易脱的, 进到室内方便脱和穿。(室内室外温差很大, 穿一样多很容易一冷一热感冒) *冬天徒步时, 由里到外最好是: 快干衣物+保暖衣物+抓绒衣+防风保暖外套(里面为套头的, 外面为拉链的, 以便散热)	<input type="checkbox"/>
内衣、内裤、袜子	袜子可以买羊毛袜, 保暖性强	<input type="checkbox"/>
帽子、口罩、手套、暖宝宝	雷锋帽可以在当地买, 保暖实用棒棒哒! 手套需要买两层, 一副薄款, 一副滑雪手套。	<input type="checkbox"/>
泳装	泡温泉时需要穿(酒店如果有游泳池, 则一般规定需带泳帽, 有游泳需求者建议备上泳帽)	<input type="checkbox"/>
户外雪地靴/高帮登山鞋	需保暖防滑	<input type="checkbox"/>
登山杖(建议)	徒步羊草山时使用	<input type="checkbox"/>
保温杯、吹风机	如有需求可以带上	<input type="checkbox"/>
睡眠眼罩、颈枕、耳塞	根据个人情况	<input type="checkbox"/>
手电筒	东北天黑的早, 晚上出行需要	<input type="checkbox"/>
滑雪镜、太阳镜(深色)	滑雪时使用、徒步时使用(雪面反射紫外线较强)	<input type="checkbox"/>
雨雪具	建议带雨衣, 以防下雨/雪, 且活动方便。	<input type="checkbox"/>
电子产品	备注	OK
相机、手机		<input type="checkbox"/>
电池、充电器、数据线、存储卡、充电宝	室外使用电子设备耗电特别快, 可多备电池或充电宝	<input type="checkbox"/>
iPad、kindle、笔记本电脑	打发时间, 自选	<input type="checkbox"/>
药品	备注	OK
感冒药	温度很低, 以免感冒, 注意保暖	<input type="checkbox"/>
肠胃药、止泻药	行程中, 可能出现水土不服。消化不良或者拉肚子。	<input type="checkbox"/>
晕车药、过敏药		<input type="checkbox"/>
个人疾病常备药		<input type="checkbox"/>
旅行箱/背包	备注	OK
旅行背包 or 带锁拉杆箱	用来放个人衣物与物资, 可全程放置车上	<input type="checkbox"/>
双肩背包	游览或徒步时背一些食品, 相机等小东西(非常有用)	<input type="checkbox"/>
贴身包	放置钱和证件	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

注意：关于托运行李的重量，不同航空公司有不同的规定，国内除廉价航空外，一般为 20 公斤，事先了解好，不要超哦！