

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 60-80 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
10 月-3 月; 长短 T 恤若干, 厚外套, 长裤 4 月-6 月; 长短袖 T 恤若干, 薄外套, 长短裤 7 月-9 月; 短袖 T 恤若干, 轻薄外套, 长短裤	如遇极端天气, 我们会在集合文件里提醒大家; 也请务必在出行前请注意查看天气, 根据温度调整所带衣物	<input type="checkbox"/>
睡衣、内衣、袜子、		<input type="checkbox"/>
徒步鞋、休闲鞋、拖鞋	路线中有部分独步路线	<input type="checkbox"/>
睡眠眼罩、颈枕、耳塞		<input type="checkbox"/>
手电筒(晚上出行)、水杯		<input type="checkbox"/>
宽檐遮阳帽、太阳镜(深色)		<input type="checkbox"/>
雨具、唇膏、吹风机	虽然冬季怒江一般都是不会下雨的, 不过以防万一嘛; 唇膏是因为当地天气比较干燥哦	<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		<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		<input type="checkbox"/>
肠胃药、止泻药	云南确实是一个容易水土不服的地方, 当然, 当地也都是可以买到需要的药品	<input type="checkbox"/>
蚊虫水、晕车药		<input type="checkbox"/>
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	这次我们进的是怒江深处, 我们特别建议大家携带背包而非拉杆箱, 因为这条路线中会去到各种特别的古镇村子, 而古镇中的石板路均凹凸不平, 停车场到住宿点有一定距离(无法开进古城), 拖箱子会非常不方便。	<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"/>

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！