**附件2 2019年北京优秀职工赴青岛日程安排**

地点： 青岛湛山疗养院 人数：50人 时间：6月份

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日 期** | **时 间** | **活 动 内 容** | **地 点** | **备 注** |
| 第一天  周六  6.1 | 08:15 | 北京南站**西进站口大屏幕底下集合签到** | 北京南站 | 点名，签到发放火车票 |
| 09:35 | 乘G179次(09:35/14:13)  北京南—青岛 | 抵达青岛后乘车赴青岛湛山疗养院 | 午餐：火车便餐 |
| 15:00 | 抵达疗养院，办理入住手续。 | 青岛湛山疗养院 |  |
| 18:00 | 晚餐 | 1楼 | 自助 |
| 19:30 | 游泳（自备泳衣泳裤）、桑拿、健身、扑克等娱乐活动 | 电影欣赏（B座2楼） 游泳（酒店负一层） | 可自行选择 |
| 22:00 | 晚间休息 |  |  |
| 第二天  周日  6.2 | 07:30 | 早餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 08:30 | 参观青岛**一战遗址公园** | 酒店大堂集合 **自费** | 参观约4小时 |
| 12:00 | 午餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 14:30 | 参观万国建筑之称“**八大关”、木**  **栈道** | 酒店大堂集合 | 参观约4小时 |
| 18:00 | 晚餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 19:30 | 游泳（自备泳衣泳裤）、桑拿、健身、扑克等娱乐活动 | 电影欣赏（B座2楼） 游泳（酒店负一层） | 可自行选择 |
| 22:00 | 晚间休息 |  |  |
| 第三天  周一  6.3 | 07:30 | 早餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 08:30 | 参观**黄岛城市建设金沙滩、唐岛湾公园** | 酒店大堂集合 | 参观约3小时 |
| 12:00 | 午餐 | 黄岛用餐 | 桌餐 |
| 14:30 | 参观优秀企业**青岛啤酒博物馆、劈柴院** | 酒店大堂集合 **自费** | 参观约3小时 |
| 18:00 | 晚餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 19:30 | 游泳（自备泳衣泳裤）、桑拿、健身、扑克等娱乐活动 | 电影欣赏（B座2楼） 游泳（酒店负一层） | 可自行选择 |
| 22:00 | 晚间休息 |  |  |
| 第四天  周二  6.4 | 07:30 | 早餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 08:30 | 集体合照留念 | 酒店旋转门外 | 全体疗休养人员 |
| 08:40 | 参观青岛著名标志性建筑：**“青岛栈桥”、五四广场、音乐广场、奥帆基地** | 酒店大堂集合 | 参观约4小时 |
| 12:30 | 午餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 14:30 | **湛山植物园健步走活动** | 酒店大堂集合 | 行程约2小时 |
| 18:00 | 晚餐 | 1楼 | 桌餐 |
| 19:30 | 游泳（自备泳衣泳裤）、桑拿、健身、扑克等娱乐活动 | 电影欣赏（B座2楼） 游泳（酒店负一层） | 可自行选择 |
| 22:00 | 晚间休息 |  |  |
| 第五天  周三  6.5 | 07:30 | 早餐 | 1楼 | 自助餐 |
| 08:00 | 自由活动 |  |  |
| 10:20 | 收拾好贵重行李物品，酒店前台退房卡 | 办理退房手续 | 全体疗休养人员 |
| 10:30 | 乘车前往青岛站 乘坐G190(12:05-17:00)返回北京南站，结束难忘的青岛之旅。 | 青岛火车站 | 青岛/北京高铁4.8小时 火车便餐 |
| 红色字体为自费项目 遗址公园 60元/人 青岛啤酒 60元/人 | | | | |