

## 2019 公司拓展活动通知

一、活动时间：本次活动全公司分为两批前往，各部门需合理分配人员，特殊情况请假需审批。

第一批：2019 年 5 月 17 日 - 5 月 18 日

第二批：2019 年 5 月 24 日 - 5 月 25 日

二、活动地址：无锡龙凤谷+三国水浒城

三、活动内容：

### 第一天活动流程

项 目	时 间	具体内容
集 合	07:45-08:00	集合
出 发	08:00-11:30	前往无锡幕龙凤谷
中 餐	11:45-13:00	基地内午餐
拓展活动	13:00-17:10	1. 团建破冰 2. 水果连连看 3. 驿站传书 4. 通天塔 5. 大总结
晚 餐	17:30-19:30	湖畔烧烤
篝火晚会	19:30-21:00	篝火晚会
前往酒店	21:00-21:45	前往无锡百乐戴斯

### 第二天活动流程

项 目	时 间	具体内容
晨 铃	08:00-09:00	起床、洗漱、早餐、退房
路 程	09:00-09:30	前往景点
游玩活动	09:40-11:45	三国水浒城
车 程	11:45-12:00	前往鸿庆楼
午 餐	12:00-13:30	鸿庆楼享用特色太湖美食
返 程	14:00-	登车返回

四、学员须知及注意事项：

### 红色字体请认真阅读

①如有学员身体不适，请务必告诉培训的组织和培训师。除队员自带药品外,培训师或工作人员带有常用药品。

- ②进行培训时，所有学员须听从培训师及安全教练的指导。
- ③严格遵守培训师要求，严禁进行团队以外个人、小团队的冒险尝试或擅自行动，否则后果自负！
- ④训练中由参训者擅自错误使用造成训练器材、安全装备等损失，由使用者负责赔偿。
- ⑤参训者无须另外付费，请勿携带贵重物品及大量现金。若发生丢失、毁坏，概不负责。
- ⑥培训时，请您爱护基地的设施及环境，不乱丢垃圾。
- ⑦在培训期间，请勿离开小组单独行动。

**服装要求** 以长袖运动服、休闲装或公司提供队服为准，考虑晚上天气可能有点冷，除穿在身上外，请客户再带一至两套备用服装，以长袖运动服、休闲装为准，以便在两天的行程中增添。（**请勿穿紧身牛仔褲、牛仔衣、安纶褲、长裙、真丝衣服、皮鞋、拖鞋、高根鞋等**），

**道具方面** 妥善保管自己的物品，基地遗失或物品损坏将按规定照价赔偿。

如遇紧急情况的个人，请立即与我公司工作人员咨询。

**住宿方面** 活动当日请 **每人**带好身份证，酒店住宿需登记身份证。

**相关药品** 培训师或工作人员带有常用药品，如有需要可以向其索取。如遇客户身感不适，立即向培训方培训师或工作人员报告，本公司可安排其在基地内休息。

**身体原因** **六个月内做过大手术，怀有小宝宝的准妈妈，腰间盘突出和肩关节与肘关节习惯性脱臼的学员必须提前告诉培训师，培训方会根据其自身情况看是否安排参与活动。**

**心脏病、脑血栓、高血压、肝炎、肿瘤、抑郁症和艾滋病等高危疾病患者以及禽流感等新发传染病、严禁参加本次活动，客户方有义务了解参加学员的身体健康情况，禁止安排高危学员参与活动！留长指甲的学员将长指甲剪除，以免在活动中手指受损伤。**

**（学员不得故意隐瞒以上高危情况，否则后果自负！）**