

深圳九龙山生态园趣味活动一日游方案



行程特色 -----

【行程享受】轻松愉快的心情以及大自然的和煦阳光；

【团队互动】九龙生态园各项趣味游戏；【亲自动手】亲自主厨大显身手，美味可口；

【超级适宜】距离近、性价高、超优惠、聚划算、公司企业、奖励旅游、团队活动、智慧首选；

日程安排 ---

九龙生态农业园位于观澜的高尔夫球会内，园内山峦起伏，树木葱茏，空气清新，漫步于小路远尘世而亲自然，

一路上的绿阴庇护，实为一个难得的“天然氧吧”。为了让您吃的好，玩的更好，农家特色的菜肴，保健野菜等

各种绿色品种蔬菜，可到田地间随意采摘挑选，让您体验返璞归真的感觉！

活动项目：团队凝聚力趣味游戏（毛毛虫、旱地龙舟、财源滚滚、众星捧月、龟兔赛跑等）+康体休闲+绿色生态

饮食：果园抓鸡、鱼池抓鱼、射箭、陶艺制作、水上竹筏、环山单车、湖边垂钓、台球、乒乓球、羽毛球、棋牌

麻将、吊床休闲、野炊荔枝木烧饭等。

08：30 吹响集结号，重装待发。

09：30 抵达后前往指定场地进行团体集合开展团体热身项目：《神拳》、舞蹈《成吉思汗》或《搓衣舞》、桃

花朵朵开、手指操、美女与野兽等团体热身活动项目。

1、消除旅途疲惫，打破团队隔阂

2、调节团队气氛，快乐参与，放松身心

10：30 进行趣味运动会，参考项目有：毛毛虫、旱地龙舟、财源滚滚、星球杯、龟兔赛跑等；（其中项目选择 2 个既可）

活动项目一：毛毛虫

体验价值：★★★★★

参与程度：★★★★★



项目时间：20-30 分钟

项目流程：比赛开始前，4 名队员骑在比赛器材上，双手把住固定把手，立于起跑线后。裁判发令后，4 名队员通过协调配合使比赛器材在跑道上行进，赛程*米。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

活动意义：

- 1、统一步调才能顺利行进。
- 2、考验队员的团队协作精神。

活动项目二：旱地龙舟

体验价值：★★★★★

参与程度：★★★★★



项目时间：20-30 分钟

项目流程：10 名参赛队员跨于并提起龙舟立于起跑线外，做好准备。裁判员发令，10 人通过团队协作使龙舟前行，赛程 50 米，用时少者胜。

活动意义：

- 1、统一步调才能顺利行进。
- 2、考验队员的团队协作精神。

活动项目三：财源滚滚

体验价值：★★★★★

参与程度：★★★★★



项目时间：20-30 分钟

项目流程：比赛开始前，队员双脚分别跨于比赛器材两边外侧立于起跑线后。裁判发令后，队员通过协调配合拨动比赛器材向前行进。以各参赛队所用比赛器材触及终点线所在垂直平面为计时停止，用时少者名次列前。

活动意义：

能够培养参赛人员的团队协作精神，增加集体荣誉感。同时起到锻炼身体，娱乐身心的目的。

活动项目四：星球杯

体验价值：★★★★★

参与程度：★★★★★



项目时间：20-30 分钟

项目流程：第一轮由 1 名男队员上场，穿好碰碰球后立于规定赛点，待比赛哨响后走向场地中央去碰撞其他队参赛队员，同时注意自己不被别人碰倒，在规定时间内，以碰撞对手次数多者名次列前，相同数量时以倒地次数少者名次列前；第二轮换 1 名女队员上场，进行同样活动，两次成绩相加计算最后得分。

活动意义：

- 1、统一步调才能顺利行进。
- 2、考验队员的团队协作精神。
- 3、培养参赛人员的团队协作精神。

11: 50 互动项目：私房菜大比拼

角色分工：炊事班班长、火夫、案板、水台、打杂等人员分工

11: 55 食材获取

- 1、按照分工去抓鸡、抓鱼、捡柴火、烧水杀鸡。
- 2、在配料领取处，领取工具、物料准备野炊。
- 3、提供：炒锅，炒勺，菜刀，切菜板，菜碗，洗菜盆，菜漏等等加工工具。
- 4、另提供适量：油、盐、酱、醋、生姜、大蒜调味品及用餐餐具。

12: 00 寻找厨神：私房菜厨艺展示

- 1、烹饪美食，准备菜肴，推荐参加厨艺比拼的菜肴 2-3 道菜
- 2、组建吃货团队，建议每班班长和领队组成，准备进行色香味菜肴评比
- 3、宣布厨艺大赛结果并颁奖：“最佳口味奖”、“最佳菜名奖”、“最佳卖相奖”、“地域特色奖”、“团队配合奖”。

13: 00 评选当日厨神，颁奖后品味“经典”私房美味。

14: 00 农庄休闲娱乐：

【陶艺制作】陶艺术作为我国的国粹，在民间一脉相承。而今天，我们把陶艺术引入农庄，希望在亲手制作陶的过程中，

让人与人的亲情、友情得到加深，这才是陶艺的宗旨所在。如有兴趣，做一件带回家，也会是不错的。



【射箭比赛】张弓搭箭，“射箭”是一项借助弓和弦的弹力将箭射出，以比赛射击准确性为胜负的一项体育运动。射箭的历史非常古老，至少有 3 万年以上。不过，射箭成为一种运动的历史则只有 300 多年。在 16 世纪枪炮发明之前，弓箭一直被当成武器来使用。射箭正式成为一种运动得益于英王查理二世在 1676 年的提倡。之后，其他欧洲国家也纷纷开始发展射箭运动，使射箭在欧洲一直蓬勃发展起来，到了 1972 年的慕尼黑奥运会，射箭正式

成为比赛的项目之一。

参考休闲项目：鱼塘垂钓、麻将不限制、卡拉 OK、棋牌、羽毛球、乒乓球、秋千、吊床休息、台球等 如企业需要我们将进行破冰游戏 测试智慧 思维能力 等团体趣味活动比赛。

【拔河比赛、丢沙包比赛、两人三足、怪兽过河】参考团队趣味比赛项目，团体可以根据要求组织比赛。也可以

自由选择活动：打麻将、棋牌、球类（篮球、羽毛球、乒乓球、台球）、卡拉 OK、钓鱼、山地自行车等



【水上竹筏】可以选择水上项目，水上竹筏，划着船桨在湖中感受山里的安静，体验山水间的洒脱，也可以组织

水上竹筏比赛。

【乡村单车】回到十七岁吧，带着梦想骑行在乡村俱乐部的山道上，感受乡土气息，倡导绿色出行，一路的欢声

笑语，当你骑行在森林小道上的时候，你就会忘却工作的烦恼，让我们一起享受一个绿色环保，健康的周末吧。

【康体休闲项目】台球、乒乓球、羽毛球、棋牌、湖边吊床、打麻将、钓鱼等

17:30 指定地点集合，一路欢笑，一路收获，满载喜悦返回深圳温馨的家。

*******享受生活，享受大自然*******

费用：168 元每人包含：（含野炊、抓鸡、捞鱼、野炊、桌球、乒乓球、棋牌、爬山、射箭、陶艺、趣味比赛组织等费用）

此报价不含车，不含税金

孩童收费：3 岁以下不收费，3-8 岁不含车收费 138/人，8 岁以上同成人票价

团体优惠价格：6-15 人 168 元每人享受景区一票通。

30 人以上享受 168 元每人景区一票通，赠送车辆接送服务。

野炊菜单：（10-12 人一围）（野炊烧烤农家餐 3 选 1）

走地鸡 1 鸡，水库鱼 1 条，自酿豆付 1 份，猪肉 1 份，生鸡蛋 4 个，土豆 2 个，鸭一只，西红柿 2 个，黄瓜 2 条，茄子 2 条，青菜 2 种，蒜椒一斤

配料：免费提供适量油、盐、酱油、葱、生姜、大蒜、醋、等调味品

米饭：免费提供，任吃

烹饪厨具提供：1 口炒锅，1 把炒勺，1 把菜刀，1 块菜板，12 个菜碗及盘子，1 个洗菜盆，2 个菜漏

烧烤菜单（每人分）：1 个大鸡腿，1 个大鸡翅，1 个鱿鱼串，1 个骨肉相连，2 串脆皮肠，3 个鱼丸，3 个肉丸，半根茄子，半根玉米，1 份韭菜，3 个馒头，2 个辣椒

配料：葱，姜，蒜，八角，油，盐，酱油，醋，料酒

农家餐：红烧鸡块，子姜焖鸭，清蒸水库鱼，农家小炒肉，红烧豆腐，番茄炒蛋，手撕包菜，油淋茄子，紫菜蛋汤，蒜蓉时蔬

一、联系人：黄先生 电 话：18038118569 座机 0755-61964530

二、E-mail: 724972003@qq.com

三、地址：深圳市九龙生态园

四、路 线 图：与业务索取或者在官方网站查看。

五、基地名称：深圳市九龙生态农业园

六、深圳市九龙生态农业园官网 <http://www.szjlbbbs.com>