所有参与人应本着对自己生命安全负责的态度慎重报名。  
报名前应详细了解线路情况，掌握相关安全信息。  
一旦报名，即视为自愿接受本次户外活动的风险，并愿意独立承担可能发生的风险后果。  
  
  
可以选择性带的：炉头（自己煮东西吃）  
  
【队员6个不要】：  
1、集体活动，不要以个人行为主，要团队协作；  
2、登山以参与为乐趣，不要求一定走完全程，学会放弃也是一种美德；  
3、不要没有做足心里和装备上的准备就参加户外活动，户外活动存在风险，我们要防范和避免风险的发生；  
4、注意环保，不要把不可降解的垃圾留到山野；  
5、不需要带拐杖  
  
【安全规则】：  
1.为能够使热爱户外活动、热爱大自然的朋友们，在参加活动中得到切实的安全保证而制定本规则。  
2.凡参加的所有队员必须遵守规则。  
3.参加活动本人必须是身体健康，无任何疾病或慢性疾病以及身体残疾；  
4.必须自备适用于野外活动所需的基本装备（运动鞋、衣物、背包、水、应急药品、食物等），以及活动召集人要求的其它装备；  
5.参加活动本人必须根据自身实际体能与活动强度来选择是否报名参加；  
6.在活动过程中，队员必须无条件地服从领队、收队和协调员的安排！严格按照领队指出的路线行进，不得超越领队或掉队，不得擅自离队，更不可有个人英雄主义和冒险行为。如有特殊事宜需暂时离队，必须向领队、收队或协调员提出申请，并至少有一名队员陪伴后方可离开；  
7.所有参加活动的队员有责任和义务向领队、收队、协调员以及队友，对可能或潜在的危险情况发出警告和提示；  
8.必须遵守山林防火规定，严禁在不适宜之处点燃明火和抽烟；  
9.违反规则的队员，活动召集人或领队有权拒绝其参加活动。