



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： ROC251003A

行程名稱： 秋賞湖光山色 黃刀賞極光 10 天 (入住露易絲湖城堡飯店、黃刀鎮三晚、品嚐冰酒、OUTLET血拼趣)

集合時間：

胸 牌：

領 隊：

送機人員： 沈昆毅先生 (0986242434)

*再次提醒**護照自帶**的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶**您的護照或簽證等相關旅行文件**..等，並請提早或準時抵達機場，以便協助您辦理Check-in手續。

■ 行程內容

秋賞湖光山色 黃刀賞極光 10 天 (入住露易絲湖城堡飯店、黃刀鎮三晚、品嚐冰酒、OUTLET血拼趣)

* 行程特色

1. 極光不是冬天才會出現，一年365天都有可能，只是晝夜長短的問題，秋分後，賞極光正是時候。
2. 黃刀鎮賞極光安排包車，不與其他旅客併車，可隨時調整賞極光區域，追逐極光的出現。

3. 秋天賞極光，溫度不會到零下，不必忍受低溫。
4. 飛往黃刀鎮等待幸福極光，近年極光指數持續維持高點。
5. 黃刀鎮安排住宿三晚，可有三晚的機會等待那驚人的極光飛舞。
6. 所有愛好攝影人士不可錯過的行程。
7. 搭乘兩段國內線銜接：溫哥華/黃刀鎮，黃刀鎮/卡加利。
8. 入住洛磯山珍珠般的露易斯湖城堡旅館，可坐在那百萬窗戶前，欣賞美景。
9. 班夫小鎮是落磯山的發源地，也是最熱鬧的地方，此處商店林立，可以買到加拿大特有的產物。
10. 回程前往西雅圖 Outlet 暢買喜愛商品。
11. 安排前往夏丘酒莊品嚐加拿大最知名的：冰酒。

極光簡介：

1. 極光是太陽風中的帶電粒子，順著地磁的磁力線方向，往兩極方向移動，與大氣中氣體原子碰撞放電，所發出的瑰麗極光，出現在北極的稱為北極光，出現在南極的稱為南極光。
2. 極光屬大自然現象，人力無法控制，如未能觀賞到，敬請見諒。

在遠離塵囂的漆黑天空中，當極光出現的那一剎那，那帶點藍帶點綠的光芒，漫天而來，宛如上帝創造天地時，那道劃破了亙古黑暗的起初之光。當看到極光的那一刻，心中的感動與震懾*，宛如豁然明瞭，起初 神創造天地萬物的奧秘。

**** 極光為大自然現象，無法預測，如未出現，敬請貴賓見諒。*****

第01天

桃園國際機場 / 西雅圖 Seattle - 溫哥華

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日搭乘豪華客機飛往美國西岸知名城市 - 西雅圖，經國際換日線於同日下午抵達。隨即前往溫哥華享用晚餐並回旅館休息，以便調整時差，為了再來的追光之旅養精蓄銳。



餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：中式七菜一湯

住宿 HILTON VANCOUVER AIRPORT 或同級

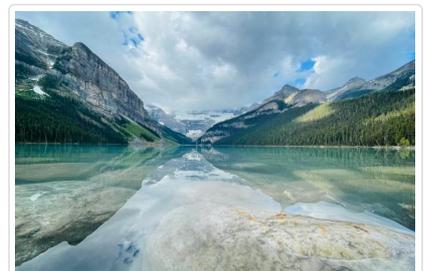
第02天

溫哥華 / 轉機點 / 黃刀鎮 + 晚上等待極光

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日上午前往◎伊莉莎白女王公園，在這裡您可以俯瞰整個溫哥華的市景風貌，接著前往機場搭乘國內段航班經轉機點飛往黃刀鎮，準備展開三晚的追光之旅，極光季節，我們安排連續三晚在黃刀鎮，看到極光概率可達90%以上

◎伊莉莎白女王公園：伊麗莎白皇后公園位於海拔150公尺山丘上，可以眺望北溫山區和溫哥華市中心，因為英國女皇伊莉沙白曾經到訪，故更名為伊莉莎白女皇公園。園內一年四季都有不同的花卉綻放，秋季有時還能有機會看到楓紅呢



餐食 早餐：旅館早餐 午餐：西式套餐 晚餐：自理

第03天

黃刀鎮 市區觀光 + 晚上再次追極光

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

黃刀鎮市區觀光(14:00 - 16:00): 首先前往當地的立法院，這是西北權利中心的中樞，原住民各部落酋長開會之處，可在此觀賞宏偉的立法院。接著前往威爾士王子遺跡館，是西北地區最為著名的博物館，這裡展出加拿大北極圈居民與因紐特人生活型態模型展示，以及雕核工藝品、飛機展館等豐富歷史資料。開車經過黃刀市中心和老城區，體驗黃刀的歷史和加拿大北方文化。

今晚的幸福北極光之旅。我們將在營地內等待極光到來，在等待期間可享用免費提供的熱飲和小食。凌晨兩點左右回到酒店休息。



貼心規劃 Aurora Lodge 有專屬攝影師，可為貴賓留下珍貴的極光合影，並供電子檔下載

🍴 餐食 早餐：旅館早餐 午餐：自理 晚餐：Bullock's Bistro (網紅餐廳)

🏠 住宿 Chateau NOVA YellowKnife或EXPLORER HOTEL或同級

第04天

黃刀鎮 白天自由活動 + 晚上 Aurora Village 極光村等候極光

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日是否還陶醉在昨晚的炫麗極光中呢？極光是不是太神奇了！今天白天時間您可自由地探訪黃刀鎮，到了晚上，我們今晚來到 Aurora Village 等待極光女神的到來，讓我們這次的極光之旅畫下完美句點。



🍴 餐食 早餐：旅館早餐 午餐：自理 晚餐：義式套餐

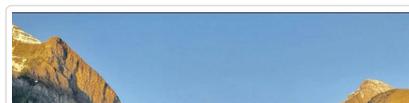
🏠 住宿 Chateau NOVA YellowKnife或EXPLORER HOTEL或同級

第05天

黃刀鎮 / 卡加利 - 露易絲湖

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日因搭乘早班機飛往卡加利-由於石油天然氣的開發，讓卡加利成為大草原上商業繁盛的水泥森林，是北美地區石油重鎮。沿著1號楓葉國道高速公路，行經一九八八年冬季奧林匹克運動公園後，慢慢進入無盡的曠野，遠方以洛磯山脈為背景的天際線漸入眼簾，不久抵達加拿大第一座國家公園 - 班夫國家公園。在洛磯山脈中這最為知名的<班夫鎮>，在這裡您可自由前往班夫大道上的精品櫥窗一逛，體驗山中小城風情，不論是想買衣物或是伴手禮，這邊各式加拿大的知名店家都是您的選擇之一，接著我們繼續前往今日下榻的<露易絲湖城堡飯店>。





🍴 餐食 早餐：飯店餐盒 午餐：中式七菜一湯 晚餐：城堡旅館西式晚餐

🏠 住宿 THE FAIRMONT CHATEAU LAKE LOUISE或同級

第06天

露易絲湖 - 灰熊國家公園 - 可樂娜

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

享用過早餐后，我們將造訪風景絕美的優鶴國家公園，參觀加拿大太平洋鐵路工程最艱難的◎8字型隧道，經踢馬河終年不斷沖刷所形成的◎天然石橋以及水面色彩如綠玉般的◎翡翠湖等，接著我們即將揮別美麗的露易斯湖往洛磯山脈進出門戶黃金鎮的方向出發，後經灰熊國家公園進入卑詩省景色優美的三峽谷湖、參觀加拿大太平洋橫貫鐵路東西接駁處◎最後一根釘紀念地，隨後進入加拿大的水果籃「歐墨娜根湖區」，此地被譽為「陽光燦爛之地」，抵達歐墨娜根的首府 - 可樂娜，卑詩省最有名的水果與葡萄酒產區。首先拜訪存在著湖怪傳說的◎歐墨娜根湖，您可以在這裡嘗試著尋找傳說中的湖中水怪，接著前往以金字塔酒窖而知名，也曾經招待過英女王的◎夏丘酒莊品嚐那在嚴冬中採摘並釀造出來，堪稱是甜酒中的極品：<冰酒>。



🍴 餐食 早餐：旅館早餐 午餐：中式七菜一湯 晚餐：西式套餐

🏠 住宿 BEST WESTERN PLUS KELOWNA HOTEL & SUITES或同級

第07天

可樂娜 - 溫哥華

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日我們將進入電影「第一滴血」的拍攝地希望鎮與菲沙河谷，沿途如有機會會發現途中兩側有時會有高掛在大理石岩壁上的攀岩高手，正在徒手挑戰大自然的鬼斧神工之作，抵達溫哥華後，先經過市聲鼎沸的中國城，來去古意盎然的溫哥華發源地◎蓋斯鎮，一睹百年古老的◎蒸氣鐘，固定每隔十五分鐘發出一聲響響；進入草木扶疏，風景優美的◎史坦利公園，欣賞神秘的◎圖騰柱，於公園北邊俯瞰名聞遐邇的獅門大橋及港灣豪宅別墅。



🍴 餐食 早餐：旅館早餐 午餐：中西式自助餐 晚餐：麒麟餐廳海鮮餐

🏠 住宿 HILTON VANCOUVER AIRPORT或同級

第08天

溫哥華 - 西雅圖 Outlet - 西雅圖市區觀光

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日早餐過後將從溫哥華準備啟程前往西雅圖北邊的 Outlet 好好的犒賞自己一番，並前往市區來一覽這翡翠之城。其中的◎派克市場更是必須前往的景點之一，而位於旁邊的全球首家◎星巴克創始店更是需要前往朝聖一番。晚餐後，前往機場準備搭機返台。



🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：敬請自理 晚餐：中式七菜一湯
🏠 住宿 機上

第09天

西雅圖 / 桃園國際機場

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日飛越國際換日線，您可在機上享受服務員的熱情款待，或是觀賞精采的電影節目，班機將於次日抵達桃園機場。

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：機上
🏠 住宿 機上

第10天

桃園國際機場

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

經國際換日線，班機於今日抵達，在團員們互道珍重聲中，返回甜蜜的家園。美麗的極光是否還久久迴繞在每個人的心中。

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X
🏠 住宿 甜蜜的家

📌 旅遊注意事項

親愛的鳳凰貴賓，您好！

感謝您與鳳凰旅遊一起共享旅行世界的樂趣！為了旅途順暢及維護您的權益，我們竭誠建議您詳閱下列注意事，以便利您充分享受一趟快樂之旅。

一、 出入境

1. 請依約定的集合時間、地點，於**班機起飛前二小時**攜帶行李及相關證件至指定航空公司團體櫃檯，向領隊或送機人員辦理報到，完成搭機 (check in) 及出境手續 (提醒您，部分航空公司與旺季期間則須於班機起飛前三小時集合)。
2. 托運行李請備堅固耐用者為佳，需備鎖，以每人交運一件 (限重20公斤以內或依各家航空公司規定)，以及一件輕便隨身行李自帶為原則 (隨身行李不可超過：長56x寬36x高23公分)。
3. 目前大部分航空公司均規定行李托運須自行辦理check in手續，亦請旅客自行保留行李收據。
4. 貨幣：超過等值美金1萬元現金者，應報明海關登記；人民幣限額為兩萬元；新台幣以6萬元為限，如所帶之新台幣超過限額時，

應在出境前事向中央銀行申請核准，持憑查驗放行，超額部份未經核准，不准攜出。

如結匯是購買美金旅行支票，請務必結匯後立刻在支票左上角簽名欄簽名，下面的簽名欄則待支付款項時再簽名。建議您可另外用一張紙記下每張支票號碼，每用掉一張則劃掉一個號碼，並保留購買旅行支票時的存根，以便萬一遺失時可迅速辦理掛失補發。

(如有最新公告，依財政部關稅局公告為主)

二、海關

1. 旅客返國可免稅攜帶香煙一條、酒一瓶，及少量自用香水或禮物。
2. 禁止攜帶各種肉類、植物、蔬菜及不良刊物入、出境。
3. 毒品、槍械、彈藥，未經主管機關許可，禁止攜帶入、出境。
4. 銼刀、指甲剪、水果刀請置於大行李箱內托運（否則過關時將會沒收）。
5. 保育類野生動物及其產製品，如未取得許可文件就帶回國或郵寄，依法將以走私論罪，敬請旅客留意。
6. 購買非保育類野生動植物產製品時，亦應向廠商索取海關許可證明，因各國管制辦法不同，攜帶此類物品常會造成入、出境的麻煩。
7. 不接受他人托帶物品，以免在海關檢查時遭無妄之災。
8. 任何團員若有私帶私貨之嫌，領隊有權拒絕隨團報關，以免影響其他團員通關手續(權益)。
9. 出入境不能攜帶超過報關金額（可參考一.出入境第4點）。
10. 海關查驗行李時應予配合，超額物品應誠實申報。
11. 出發前應檢查自己的證件是否過期，證件包括護照及當地簽證等。

◎ 特別注意！民航局安檢規定：

1. 旅客隨身攜帶之液體、膠狀及噴霧類物品容器，其體積不得超過100毫升。
2. 所有液體、膠狀及噴霧類物品容器均應裝於不超過1公升且可重複密封之透明塑膠袋內，所有容器裝於塑膠袋內時，塑膠袋應可完全密封，並且每名旅客限制攜帶1個，於通過安檢線時由檢查人員目視檢查。
3. 旅客攜帶旅行中所必要、但未符合前述限量規定之嬰兒奶粉(牛奶)、嬰兒食品、藥物、糖尿病或其他醫療所需之液體、膠狀及噴霧類物品，經向安全檢查人員申報並獲得同意後即可攜帶。
4. 出境或過境(轉機)旅客在機場管制區或前段航程於機艙內購買、或取得前述物品可隨身攜帶上機，但需包裝於經籤封防止調包及顯示有效購買證明之塑膠袋內。
5. 為使安檢線之X光檢查儀有效檢查，前述塑膠袋應與其它手提行李、外套或手提電腦分開通過X光檢查。

航空站出境服務台24小時聯絡電話

- 第一航廈 (03) 398-2143~4
 - 第二航廈 (03) 398-3274、(03) 398-3294
- 臺灣桃園國際機場

◎ 美加地區特別注意事項

自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，**可免費托運一件行李**，第二件托運行李則須酌收美金25元。

美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：

1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告。

*出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

三、食

1. 早餐一般以自助餐為主，可任意取用，但以適量為宜。
2. 午餐及晚餐以中、西餐以及風味特色餐搭配（不含飲料），盡量安排多樣化。
3. 於餐廳用餐時，請勿飲用自己所攜帶的酒類及飲料。
4. 若安排在中國餐廳用餐，因各大城市之中國餐廳，受限於材料來源及烹調方式，實在無法與國內相比較，若無法盡善盡美，敬請見諒！
5. 飲食有特殊需要者，如吃素或不吃牛肉，請在旅遊行前說明會時告知，以便事先預訂（因機上無法臨時準備）。

四、衣

1. 衣著及鞋子以輕便舒適為原則。
2. 冬天服裝以保暖又便於穿脫為原則，同時請備厚毛襪、圍巾、手套等禦寒裝備。
3. 如遇下雪或極地地區，因雪地反光甚強，請備墨鏡護眼，並攜帶面霜、護脣膏等，以防凍傷。

五、住

1. 團體旅遊住宿，一般以二人一室為原則，如欲住單人房則須增繳單人房價差。
2. 一般飯店內不提供牙膏、牙刷、毛巾等私人用品，且基於衛生理由，敬請自行攜帶。
3. 房內如有煮具與茶包、咖啡包，多為免費供應，但冰箱內之任何東西則需付費。
4. 在浴缸內淋浴時，請務必拉起浴簾並將其放於浴缸內，以防濺濕地板。
5. 貴重物品請放置飯店保險箱內，如隨身攜帶，切勿離手。
6. 住宿飯店請隨時加扣安全鎖，並勿將衣物披在燈上或在床上抽煙，聽到警報器時，請由緊急出口迅速離開。
7. 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。
8. 游泳池未開放時間，請勿擅自入池，並切記勿單獨入池。
9. 夜間或自由活動時間自行外出，請告知領隊或團友。

六、交通及行程

1. 搭乘飛機時，請隨時扣緊安全帶，以免亂流影響安全。
2. 搭車時請勿任意更換座位，頭、手勿伸出窗外，上下車請注意來車。
3. 搭乘纜車時，請依序上下，聽從工作人員指揮。
4. 出國旅遊期間，下車或於旅館外出時，貴重物品（護照、金錢、相機、攝影機、沿途新購物品）。請勿置於車上及房間內。
5. 出國旅遊期間，請勿將護照交給他人保管(包括領隊或當地導遊)。要求統一保管時，亦請您回絕。
6. 隨團體參觀時請緊隨團體行動，不單獨行動。
7. 出門在外特別注意安全，切記財不露白，平時財物分開放置，購物時也不應當眾掏出大把鈔票點數。
8. 遵守領隊所宣布的觀光區、餐廳、飯店、遊樂設施等各種場所的注意事項。
9. 旅遊活動安全等級以品保協會評定之危險標準為依據，品保協會未評定者，則由本公司自行評定；身體狀況不佳、孕婦、幼兒及患有心臟病、高血壓、氣管疾病等貴賓，請自行斟酌個人身體狀況，請勿勉強參加。
10. 本公司未提供的自費活動項目，建議您不要參加。若因自行參加而導致意外發生時，本公司恕不負責。
11. 正常旅遊時間外所有客人要求領隊帶領之額外活動，若發生任何意外時，本公司及領隊恕不負責。
12. 搭乘船隻請務必穿著救生衣，搭乘快艇請扶緊坐穩，勿任意移動。
13. 行走雪地及陡峭之路，請小心謹慎。
14. 團體行進中一切以團隊精神為主，暫時需要犧牲一些個人自由、凡事以團體為優先並相互合作、幫助、發揮團隊精神，若有服務不周之處，敬請不吝賜教，並求改進，謝謝！

外交部緊急聯絡中心設有「旅外國人急難救助全球免付費專線」800-0885-0885目前可適用歐、美、日、韓、澳洲等22個國家或地區，並印製有「旅外國人急難救助卡」，可至機場服務台自由取用或至外交部網站下載

七、保險

再次感謝您的支持，參加本公司所承辦的團體旅遊。自2023年5月1日起，為參團旅客投保【責任保險】金額提高至新台幣500萬元，【意外醫療實支實付】為新台幣20萬元（均已超過旅行業管理規則第五十三條規定的200萬元，意外醫療亦已超過交通部觀光局規定的實支實付新台幣10萬元）。唯15歲以下、70歲以上之旅客，與《以台灣為母港出發的郵輪航程》的部分，保險公司只接受最高保額為兩百萬，敬請知悉與理解。以及綜合旅行社的八千萬履約責任險。另外，**觀光局在「國外定型化旅遊契約書」第九條第五款中規定，旅行社有告知旅客自行投保旅行平安保險之義務**。因此，為了您的權益，特別提醒每一位參加團體的貴賓，不要忘了自行投保旅遊平安險，或洽詢您的服務人員相關問題。

八、其他注意事項

● 美加地區特別注意事項

- 一、自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，可免費托運一件行李，第二件托運行李則須酌收美金50元或依各家航空公司規定。
- 二、美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：
 1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
 2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
 3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
 4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
 5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告
出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

■ 旅遊實用資訊

一、幣值與兌換

1. 美元 (USD) 32.5台幣=約1美元 (隨匯率變動)
加拿大幣 (CAD) 24台幣=約1加幣 (隨匯率變動)
匯率查詢網址：<http://rate.bot.com.tw/Pages/Static/UIP003.zh-TW.htm>

- 外幣可事先在台灣的銀行兌換
- 大都市的商店大部份可接受信用卡付費

二、時差和電壓

地區	與台灣時差	電壓	插座
美國(東部時區)	-13	120 V兩腳扁型	兩腳扁+圓型接地腳
阿拉斯加	-17	120 V兩腳扁型	兩腳扁+圓型接地腳
加拿大(東部時區)	-13	110 V兩腳扁型	兩腳扁+圓型接地腳

三、如何打電話

	國際冠碼	國碼	電話號碼
美國打電話回台灣	011	886	區域碼或手機的0省略+電話號碼
加拿大打電話回台灣	011	886	
台灣打電話到美國	002	1	區域碼或手機的0省略+電話號碼
台灣打電話到加拿大	002	1	

使用手機撥打可按<>可省略撥國際冠碼

住宿飯店資訊

*提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。

本團飯店尚在確認中,我們將隨時為您提供最新資訊,謝謝!!

航班資訊

再次提醒**護照自帶**的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶**您的護照或簽證等相關旅行文件**..等，並請提早或準時抵達機場集合，以便協助您辦理Check-in手續。

鳳凰再次叮嚀貴賓~旅遊安全的注意事項

出國旅遊已經是台灣旅客從事休閒的主要活動之一，鳳凰旅遊非常榮幸能在此趟行程為貴賓提供服務，但是，基於維護貴賓的旅遊安全，希望您能耐心與仔細閱讀我們以下的叮嚀，任何疑問也請隨時洽詢隨團服務的領隊或導遊，謝謝！

根據旅遊醫學專業醫師的建議：

- 懷孕婦女、年長者、行動不便、慢性病患者如心臟病血管疾病、肺及呼吸疾病、腎臟病及尿毒症、痛風及高尿酸血症、糖尿病及高血壓病患者，及癌症患者或健康狀況不佳者，參團出國旅遊時，一定要有親友隨行照料（尤其是行動不便者）；並在行程出發前主動告知旅行社，以便旅行社能在行程中、儘量協助安排相關事宜。
- 慢性病患者請記得在行程出發前做好個人用藥的準備，例如：攜帶足夠的藥物量，以及英文處方箋（含：藥物名稱、劑量及用法）；尤其是長途飛行的旅程中，貴賓一定要將相關藥品及醫師處方箋放在隨身行李，請勿只放在大行李箱內。
- 基於旅遊安全考量，請貴賓自行酌量身體狀況，是否能夠參加具刺激性或危險性的活動，並請務必提醒領隊或導遊個人的病史，（刺激性活動如：高原、高山旅遊、浮潛、潛水、衝浪及相關水上活動、泛舟、滑雪、高空彈跳..等）。
- 相當受到喜愛的泡湯活動，並不是人人都合適喔!尤其是泡湯時，因為溫度急遽的變化容易引起身體不適，請貴賓斟酌。想泡湯的貴賓，提醒您泡湯前先作暖身運動，下池時速度放緩、由手、腳尖、腿、腰、身體至全身，每次泡湯以10~15分鐘為宜，最多不要超過2次，泡湯後需補充水分。

鳳凰再次叮嚀：

提醒貴賓隨時留意自身的健康外，若有任何身體不適，請務必在第一時間通知隨團服務的領隊或導遊；參加各項活動前，也請務必仔細聆聽領隊或導遊的安全須知宣導及規定，並請遵守。

*基於旅遊安全考量，貴賓有義務告知您的身體狀況，若因貴賓未告知或隱瞞，則表示旅客願意自行承擔一切責任。

出國旅遊攜帶物品核對表

旅遊文件資料		
<input type="checkbox"/> 護照 (出國日起六個月以上效期)	<input type="checkbox"/> 簽證	<input type="checkbox"/> 出境證

<input type="checkbox"/> 機票	<input type="checkbox"/> 旅遊行程手冊	<input type="checkbox"/> 各地旅遊參考資料
<input type="checkbox"/> 外幣零用金	<input type="checkbox"/> 信用卡	<input type="checkbox"/> 記事本
<input type="checkbox"/> 名片 (旅客自行斟酌)	<input type="checkbox"/> 親友聯絡地址、電話	
衣物用品		
<input type="checkbox"/> 西裝、洋裝、領帶	<input type="checkbox"/> 襯衫、休閒服、夾克	<input type="checkbox"/> 毛衣、風衣、長褲
<input type="checkbox"/> 襪子、手帕、內衣褲	<input type="checkbox"/> 便鞋、平底鞋、拖鞋	<input type="checkbox"/> 睡衣褲
<input type="checkbox"/> 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾)	<input type="checkbox"/> 游具(泳衣、泳帽、蛙鏡)	<input type="checkbox"/> 摺傘或輕便雨衣
<input type="checkbox"/> 太陽眼鏡、防曬乳液	<input type="checkbox"/> 遮陽帽	
個人用品		
<input type="checkbox"/> 梳子、髮油	<input type="checkbox"/> 刮鬍刀、刮鬍膏(請放入托運行李箱)	<input type="checkbox"/> 化妝品、面紙、面霜、面膜
<input type="checkbox"/> 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精	<input type="checkbox"/> 水壺	<input type="checkbox"/> 吹風機
<input type="checkbox"/> 針線、備用釦	<input type="checkbox"/> 指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱)	<input type="checkbox"/> 轉換插頭、變壓器
其他		
<input type="checkbox"/> 個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋)	<input type="checkbox"/> 零食	<input type="checkbox"/> 紀念品
<input type="checkbox"/> 親友請託購物品清單	<input type="checkbox"/> 休閒雜誌	<input type="checkbox"/> 筆

Have a nice trip 旅途愉快