全 台 首 家 上 市 旅 行 社

PHOENIX TOURS™
鳳凰旅遊

Tour Member Handbook
旅客手冊

團　　號： HNL130209B
行程名稱： 夏威夷 火山島之歌 雙島 7 日
集合時間：
胸　　牌：
領　　隊：
送機人員： 邱文欽 先生(0913-573-056)

*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

夏威夷 火山島之歌 雙島 7 日

* 行程特色

1. 打破市場一般行程，特別安排夏威夷雙島(歐胡島 + 火山大島)，讓您的行程豐富又愉快。
2. 火山島之旅包括，火山國家公園、蘭花園及黑沙灘等精采景點。
3. 安排波里尼西亞文化中心(PCC)獨木舟遊園+晚餐秀 價值：USD95
4. 歐胡島市區觀光，包含舉世聞名的珍珠港及全美唯一的皇宮。
5. 美麗的歐胡島東海岸線，俯瞰恐龍灣保護區，清澈的海水，宛如世外桃源。

6. 全程費用合計含司機、導遊、領隊小費（但不含床頭小費），領隊服務滿意百分百，不滿意領隊服務，領隊小費部分退還。

非去夏威夷的 八 大理由

1. 最接近台灣的美國離島城市，簡單輕鬆即可到達。
2. 氣候不冷不熱，涼爽不潮濕，有別於其他島嶼型度假地區的濕熱潮溼。
3. 整個歐胡島最熱鬧的地區就是建立在威基基海灘旁，浪漫氣氛達到最高點。
4. 不論在旅館內或是在街上逛街，所接觸到的遊客、商家、居民都有著相同的文化水準。
5. 購物天堂：在這裡不論是要在卡拉卡瓦大道的名品街購物，或到 ALA MOANA MALL，都可滿足您購物的樂趣。
6. 不同種族文化的融合：地處太平洋上，這裡融合了七大民族，各有其特色，並在此延續了他們的文化傳統。
7. 安全的旅遊環境，夏威夷長久來均以觀光為主，州政府更加的重視遊客的安全，遊客走在街上不必擔心。
8. 各種不同的節目集合於此，譬如愛之船、波里尼西亞文化中心、觀光潛水艇、生態保護區-恐龍灣及侏儸紀公園拍攝地的古蘭尼牧場。

第01天 台北 / 轉機點 / 檀香山 ~ 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

今日集合於桃園國際機場，搭乘豪華客機前往四季如春、充滿熱情的人間天堂 - 夏威夷，熱情的導遊將會在機場迎接您的蒞臨，在一句ALOHA 的問候中，為您揭開藍色夏威夷迷人浪漫之旅的序幕。因飛越國際換日線，班機將於同日抵達。過關後將我們將前往◎珍珠港，珍珠港因二次世界大戰而聞名，先觀賞珍貴的紀錄片，然後乘坐海軍基地提供的軍用汽艇前往參觀第二次世界大戰時被日軍炸沈的「亞利桑納號」主力艦之殘骸。今日午餐特別安排享用數十種不同口味的日式壽司，還有各式各樣的海鮮、各式的貝類，讓您大快朵頤！爾後展開【市區觀光】，首先前往中國城～歐胡島的中國城容納了許多不同族群的人們，與美國其他城市的china town大異其趣。接著前往建築外觀相當典雅的「依歐拉尼皇宮IOLANI」，此皇宮建於1882年，是美國領土上唯一一個出現過國王的地方。以及矗立於最高法院前，披著金黃色外袍的「卡美哈美哈國王銅像」是夏威夷最偉大的英雄人物、還有夏威夷近代政治權力的象徵「州議會」、被濃密樹蔭包圍的白色建築物「夏威夷州長官邸」。之後，下榻我們在夏威夷的旅館稍事休息後，可自由前往舉世聞名的威基基海灘，踏著浪花，一對對浪漫的愛侶或是歡樂的家庭，在此盡情的享受美好的假期。

餐食 早餐：機上套餐 午餐：日式自助餐 晚餐：中式七菜一湯

住宿 Aston Waikiki Beach Hotel或同級

第02天 檀香山 小環島 / 大島 - 希羅

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日帶領各位前往歐胡島最令人讚嘆的美麗東海岸風光，早餐後從威基基出發沿途您可看到鑽石山DIMOND HEAD、KAHALA 高級住宅區，續往著名的SANDY BEACH，是海灘遊俠李麥克拍片場景之一，可遙看歐胡島極東岸的MAKAPUU POINT及其相望的兔子島、HALONA POINT 噴泉口，處處是海浪、岩岸及沙灘把島嶼的輪廓雕琢的千變萬化，天空的藍與光影映照出海面的透明色彩，讓海底的礁石忽隱忽現像看著瞬息萬變的萬花筒。以及俯瞰恐龍灣的景色，此地以原始海灘及被隔絕的秀麗著名，由一個被浸蝕的火山口所形成的海灣。午後，前往機場搭乘國內班機飛往大島。抵達後前往旅館。

餐食 早餐：旅館早餐 午餐：TONY ROMA'S 肋排餐 晚餐：西式套餐
住宿 HILO HAWAIIAN或同級

第03天 希羅 火山國家公園 / 歐胡島

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後，即展開大島行程，首先安排前往【彩虹瀑布】：這個精巧的彩虹瀑布，雖然規模並不十分雄偉壯觀，但因為坐落在蛇木林密佈的沿途小徑上，洋溢著怡人的輕鬆氣息，步行在此，細細觀賞爭奇鬥豔的火山植物和蟲鳴鳥叫聲。至於流瀉而下的瀑布，有時候陽光透過水面的反射，還會出現美麗的七彩光芒，因此被稱為彩虹瀑布。接著前往【蘭花園】：這裡是當地著名的蘭花培植場，欣賞各種不同類型蘭花及各類奇花異卉，以及其培植過程。接著上場的是★【火山國家公園】：來到夏威夷大島，參觀火山國家公園之旅絕對是最精彩的行程。位於大島東南部，全世界最活躍的活火山Kilauea（奇勞威亞）位於公園內。要請旅客注意，在夏威夷的古老傳說中，火山女神佩蕾為了和妹妹搶奪愛人而大發雷霆，吵得不開可交，因此引起火山爆發，所以傳說國家公園內的石頭充滿了憤戾之氣，遊客可千萬別因好奇心而去私自撿拾火山石收藏，據說這些被女神曾詛咒的石塊，帶回家可會帶來惡運的。接著繼續前往【黑沙灘】：爆發後的火山熔岩，滾燙地流入冰涼的海水中，由於受到來往浪潮的推擠，衝擊岩石和暗礁，而逐漸形成的黑沙灘，是夏威夷島最受矚目的海岸景色之一，也是特殊的火山景觀。傍晚搭乘國內班機返回歐胡島。

餐食 早餐：旅館早餐 午餐：美式自助餐 晚餐：敬請自理
住宿 Aston Waikiki Beach Hotel或同級

第04天 檀香山 + 波里尼西亞文化中心

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

上午自由活動， 午後，專車前往佔地42英畝的★玻里尼西亞文化中心，玻里尼西亞文化中心是聞名世界最具規模的文化中心，首先由在文化村內擔任導遊的現場工作人員，引領著參觀遊客搭乘獨木舟輕鬆 漫遊各個村落，體驗村內薩摩亞、斐濟、馬貴斯、東加、大溪地、紐西蘭、夏威夷等七大原住民的生活風貌；其中，獨木舟水上舞蹈動感的演出，以及不同特色的服裝造型，更讓現場觀眾回味無窮。在每一個村落裡，例如薩摩亞村的摘椰子、擠椰奶、鑽木取火的逗趣表演，常讓來自各國的遊客盡情開懷大笑；夏威夷村的呼拉舞表演，讓來賓學習如何擺動身軀，藉由呼拉舞肢體的輕柔舞動和搖擺，進一步瞭解玻裡尼西亞人民對於上天的崇敬；而運用椰葉，以靈活的手工技巧製作籃筐、草帽或傳統工藝品，也讓每一個來到夏威夷的旅客，都可輕易感受原住民對於大地萬物的珍惜！隨後晚餐品嚐豐盛美味的夏威夷式風味自助餐，隨後前往圓形大劇場欣賞最新的"哈、生命之歌"耗資三百萬美金，精選100位演員，於 2009 年 8 月正式上演，已嶄新科技、全新風貌，為您呈現全太平洋最亮麗的夜晚，絕對帶給每位旅客不同的感受，整個表演闡訴古老的玻里尼西亞祖先與大自然共同成長的詩篇，讓我們重新體認生命的必然與無常。"HA 生命之歌" ~喚醒我們認知生命的美好，以及人與萬物間相處應該存在的愛，呈現您的人生與我們的共同故事。

餐食 早餐：旅館早餐 午餐：敬請自理 晚餐：PCC自助餐
住宿 Aston Waikiki Beach Hotel或同級

第05天 檀香山 全日自由活動

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

渡假永遠是件美好的事，尤其來到這美麗的度假海島，不用趕著起床，也不怕趕不上車，早上慵懶著起床後，吃頓早餐，再來想想今天

要去哪裡逛逛，聽說 ALA MOANA SHOPPING MALL 是夏威夷最高級的 SHOPPING MALL，可以去好好享受購物樂趣，或是坐趟公車前往 Outlet 去選購打折商品，您更可以到夏威夷海邊的餐廳，點杯 Blue Hawaii，好好的享受一下寧靜，讓夏威夷悠閒的氣氛洗滌疲憊的身、心、靈。

餐食 早餐：旅館早餐 午餐：自理 晚餐：自理
住宿 Aston Waikiki Beach Hotel或同級

第06天 檀香山/轉機點/台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日滿懷愉悅的回憶，帶著滿筐的綺麗風光和快樂心情，搭機經轉機點飛返台北，夜宿機上。

餐食 早餐：三明治簡餐 午餐：機上 晚餐：機上
住宿 機上

第07天 台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日返抵台北，結束此次多彩多姿的夏威夷火山島之歌 7 日遊。

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，應在出境前事先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証明，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、護唇膏等，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. 貴重要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、小費

1. 自2003年開始，鳳凰創先實施「領隊滿意服務百分百！旅遊當地司機、導遊及領隊的小費全包」制度(鳳凰逍遙系列, 或特殊團體, 不含小費等團體不適用)，導入ISO流程控管，由各位貴賓負責評鑑，希望能有效減少各位貴賓的一些困擾，讓領隊更努力的做好每一項服務，打造出悠遊自在、安心滿意的海外旅程。
   「小費全包」也讓領隊更有尊嚴，「評分制度」讓客戶權益更具保障，是良性的互動循環，更能落實賞罰的效果。例如：

平均分數	退費標準
4分以上	全數交給領隊(5歐元/每天)
4分以下至3.5分	退還領隊小費之20%
3.5分以下至3分	退還領隊小費之40%
3分以下至2.5分	退還領隊小費之50%
2.5分以下至2分	退還領隊小費之60%
2分以下	退還領隊小費之75%

2. 鳳凰旅遊為堅持ISO9001的品質理念，期盼您在行程結束後，填妥顧客意見調查表，密封後交由領隊帶回。也謝謝您的合作！

九、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25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

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 ：

1. 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。
2. 慢性疾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。
3. 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）。
4. 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		
☐ 護照 (出國日起六個月以上效期)	☐簽證	☐出境證
☐ 機票	☐旅遊行程手冊	☐各地旅遊參考資料
☐ 外幣零用金	☐信用卡	☐記事本
☐ 名片 (旅客自行斟酌)	☐親友聯絡地址、電話	
衣物用品		
☐ 西裝、洋裝、領帶	☐襯衫、休閒服、夾克	☐毛衣、風衣、長褲
☐ 襪子、手帕、內衣褲	☐便鞋、平底鞋、拖鞋	☐睡衣褲
☐ 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾)	☐游具(泳衣、泳帽、蛙鏡)	☐摺傘或輕便雨衣
☐ 太陽眼鏡、防曬乳液	☐遮陽帽	

個人用品		
☐ 梳子、髮油	☐刮鬍刀、刮鬍膏(請放入托運行李箱)	☐化妝品、面紙、面霜、面膜
☐ 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精	☐水壺	☐吹風機
☐ 針線、備用釦	☐指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱)	☐轉換插頭、變壓器
其他		
☐ 個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋)	☐零食	☐紀念品
☐ 親友請託購物品清單	☐休閒雜誌	☐筆

Have a nice trip 旅途愉快