



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： PWW260528
行程名稱： 美西五城 12 天 (西雅圖 舊金山 拉斯維加斯 鳳凰城 洛杉磯) 預購優惠 - 第二人扣8000
集合時間： 2026/05/28 17:30 桃園國際機場星宇航空第二航站
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

美西五城 12 天 (西雅圖 舊金山 拉斯維加斯 鳳凰城 洛杉磯) 預購優惠 - 第二人扣8000

* 行程特色

1. 安排美西五大城市：**西雅圖**、**舊金山**、**拉斯維加斯**、**洛杉磯**、**鳳凰城**。
2. 有別於市場而特意安排歷史與現代化結合的翡翠之城：**西雅圖**。

- 西雅圖必去的派克市場、星巴克創始店、太空針塔。
- 全球最大的網路零售商之一Amazon的總部：Amazon Spheres
- 安排使用一段國內段班機。
- 安排正宗世界七大奇景之一的大峽谷國家公園。
- 貼心安排舊金山特有的噹噹車體驗，是遊覽舊金山最佳的方式。
- 舊金山安排搭乘遊船遠眺有「惡魔島」之稱的阿卡特茲島。
- 美國西岸最負盛名的優勝美地國家公園。
- 安排美國令人嚮往的Outlet (暢貨中心)。
- 安排前往攝影者拍照聖地：羚羊峽谷

第01天

台北/西雅圖

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日從桃園機場搭乘豪華客機飛往西雅圖，經國際換日線於同日下午抵達。過關後，先前往用晚餐並準備前往飯店住宿一晚，好好養精蓄銳，準備迎接明日開始的美西之旅。

-  **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：中式自助餐
-  **住宿** Doubletree Seattle Airport或同級

第02天

西雅圖 全日市區觀光

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ◎華盛頓大學：美西知名學府，位於美麗的華盛頓湖及聯合湖邊，而校園內的◎圖書館 (Suzzallo Library) 更是號稱有如哈利波特電影場景般的存在。
- ◎派克市場：創始於1907年，這裏的魚市集表演的飛魚秀可是很知名的呢，很多遊客特意為此而來呢。
- ◎星巴克創始店：鄰近派克市場旁邊，1971年開幕，是第一家成為旅客爭相排隊買咖啡並拍照留影的咖啡店。
- ◎太空針塔：塔高185公尺，『西雅圖夜未眠』一片，選此地取景，吸引許多影迷來此尋找片中的那份浪漫。
- ◎亞馬遜玻璃球 Amazon Spheres，您也可以藉由這個機會前往Amazon Go (亞馬遜無人商店) 體驗這間由Amazon一共耗時4年多，才完成建置的無人超市。



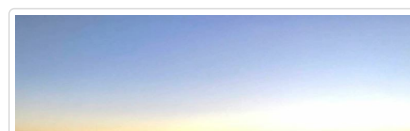
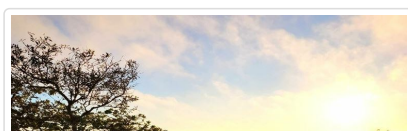
-  **餐食** 早餐：飯店內早餐 午餐：敬請自理 晚餐：中式七菜一湯
-  **住宿** Doubletree Seattle Airport或同級

第03天

西雅圖/舊金山

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- 國內段班機 (西雅圖飛舊金山)：可以省去近13小時的車程時間。
- ◎馬賽克階梯，色彩繽紛的馬賽克鑲嵌成鮮豔的163個臺階，陶瓷藝術家Aileen Barr及馬賽克藝術家Colette Crutcher共同合作，與超過300名社區志工花費兩年半時間完成這個項目。
- 晚餐後前往飯店休息梳洗，舒緩搭機的疲勞感。





餐食 早餐：飯店內早餐 午餐：敬請自理 晚餐：中式七菜一湯

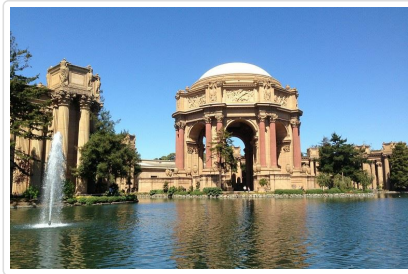
住宿 Hilton San Francisco Airport Bayfront或同級

第04天

舊金山 全日市區觀光

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ★**噹噹車**：沿著舊金山起伏的街道，來一趟最貼近當地的遊覽市區風光的方式。
- ◎**金門大橋**：舊金山知名度最高也是舊金山的代表性地標，在全美更是享有首屈一指聲譽。
- ◎**藝術宮**：羅馬式的圓頂，配上玫瑰紅的科林斯石柱，頂面上浮凸著一幅精細的浮雕，也是許多當地人拍婚紗的首選。
- ◎**漁人碼頭**：它是舊金山最充滿歡樂氣息的地方，您可以在這裡挑隻大隻又便宜的美味黃道蟹可大快朵頤，或欣賞精彩的街頭藝人表演。
- ★**舊金山灣遊船**：遠眺因電影「絕地任務」(The Rock)為其背景故事而使其聲名大噪且有「惡魔島」之稱的阿卡特茲島。



餐食 早餐：飯店內早餐 午餐：敬請自理 晚餐：阿甘蝦海鮮風味餐

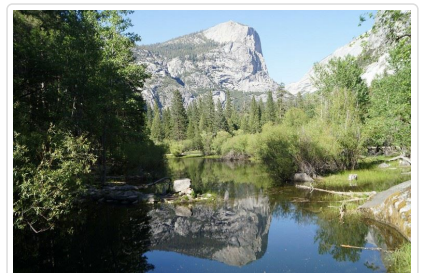
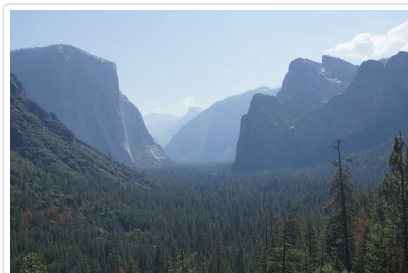
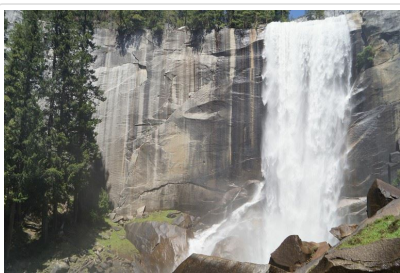
住宿 Hilton San Francisco Airport Bayfront或同級

第05天

舊金山 - 優勝美地國家公園 - 佛雷斯諾

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ◎**優勝美地國家公園**：優勝美地靠近內華達山脈的地理中心地區。巍峨雄偉的花崗岩，氣勢磅礴的瀑布和寧靜的山谷，使優勝美地從任何一個角度看上去都宛如仙境一般。
- ◎**優勝美地大瀑布**：全高為739公尺（2425呎），瀑布的落差距離排名世界第六。
- ◎**隧道觀景點**：可以看到知名的半圓頂石（Half Dome）。在此更可以清楚的看到優勝美地峽谷被古老冰川切割成U型谷。今晚在佛雷斯諾用餐並夜宿。



餐食 早餐：飯店內早餐 午餐：園區內敬請自理 晚餐：西式自助餐

住宿 DoubleTree by Hilton Hotel Fresno Convention Center或同級

第06天

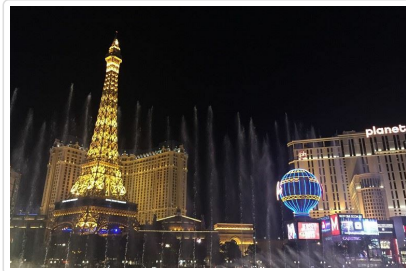
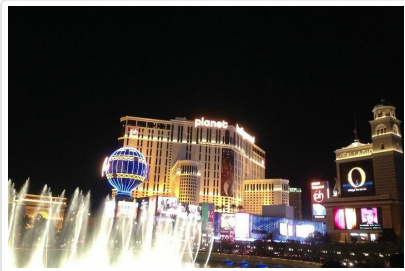
佛雷斯諾 - 拉斯維加斯

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

拉斯維加斯：此處為世界知名的旅遊地點之一，這也是一個不折不扣的不夜賭城。

In & Out：美西最知名的連鎖漢堡，當初快閃來台時還造成轟動。

◎巴斯托暢貨中心(Outlet)：在此可購買比市場價更便宜的貨品，買到賺到。



餐食 早餐：飯店內早餐 午餐：In-N-Out Burger(美式漢堡) 晚餐：敬請自理

住宿 Paris Las Vegas Hotel或同級

第07天

拉斯維加斯 - 世界七大奇景 正宗大峽谷國家公園 - 佩姬鎮

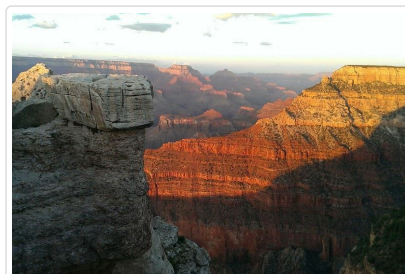
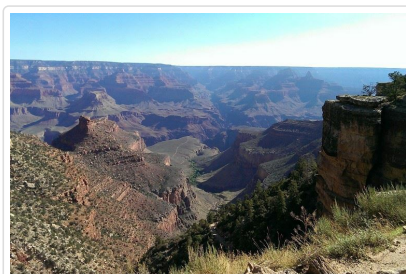
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★大峽谷國家公園：世界上有些地方，一輩子應該要去一次，親眼看到的震撼，大峽谷的壯觀不須費力解釋，任何人都能看出是經過億萬年的吞吐蘊釀，才留下這片滄桑。

◎馬德點：壯麗的地質景觀一覽峽谷橫跨無邊，岩層綿延如同大地的年輪，站在觀景平台上都能感受人類的渺小。

◎光明天使：在這個觀景點上可以環視和俯瞰整個大峽谷風光

今晚下榻在佩姬鎮



餐食 早餐：餐盒 午餐：園區內敬請自理 晚餐：中式自助餐

住宿 Hampton Inn & Suites Page - Lake Powell或同級

第08天

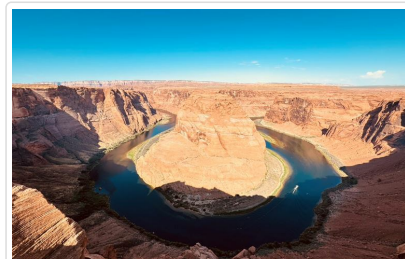
佩姬鎮 - 羚羊峽谷 - 馬蹄灣 - 佩姬鎮


符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★羚羊峽谷：知名的攝影景點。季風帶來的雨量導致暴洪，雨水及風力持續侵蝕砂岩而形成的特殊景觀。

◎馬蹄灣：科羅拉多河在河流流過的沿途上經過不少險峻的峽谷地形，因剛好在此處形成一個 Omega Ω 的形狀，因此得名。

◎鮑威爾湖：因在科羅拉多河上修建了格蘭大壩才得以形成，是美國第二大人工湖泊。



 **餐食** 早餐：飯店內早餐 午餐：日式簡餐 晚餐：西式套餐

 **住宿** Hampton Inn & Suites Page - Lake Powell或同級

第09天

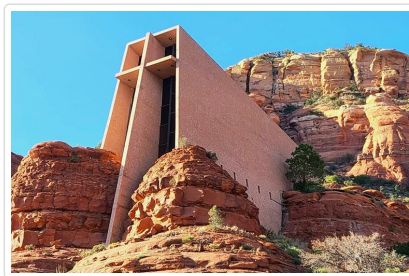
佩姬鎮 - 聖多那 - 鳳凰城


符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

聖多那 (Sedona)：與西藏喜馬拉雅山齊名的地球神聖能量中心，以絕美的紅色巨岩山景聞名。

◎紅岩聖十字教堂 Chapel of the Holy Cross：建於 1950 年代的現代風教堂，坐落於紅色岩峰上最醒目的位置，可一覽聖多納區的遼闊美景。

今日抵達並下榻鳳凰城，這座在沙漠中越來越熱鬧的現代都市



 **餐食** 早餐：飯店內早餐 午餐：西式套餐 晚餐：中式七菜一湯

 **住宿** Hilton Phoenix Airport或同級

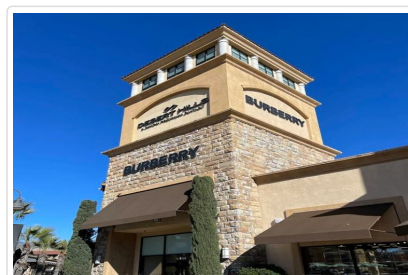
第10天


鳳凰城 - 洛杉磯

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎ Desert Hills Premium Outlet：美西最大的血拼勝地 - 暢貨中心，以有別於專櫃的專屬生產線生產商品，而且商品的品質仍相當不錯，堪稱物美價廉。

今晚晚餐後將前往機場準備搭機返回台灣



 **餐食** 早餐：飯店內早餐 午餐：西式簡餐 晚餐：中日式自助餐

 **住宿** 機上或同級

第11天

洛杉磯/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國際機場。

 **餐食** 早餐：機上套餐 午餐：機上套餐 晚餐：機上套餐

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

班機於今日抵達桃園國際機場，結束此次精彩的旅程，期待著下次的美好旅程。

 **餐食** 早餐：機上套餐 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。

- 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、凡事以團隊為優先並相互合作、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) 31.5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>
2. 外幣可事先在台灣的銀行兌換
3. 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。

日期	星期	出發地點	航空公司	航班	起飛時間	抵達地點	抵達日期	抵達時間
2026/05/28	四	台北 (桃園國際機場)	星宇航空	JX 32	20:30	西雅圖 (西雅圖機場)	2026/05/28	15:05
2026/05/30	六	西雅圖 (西雅圖機場)	星宇航空	AS		舊金山	2026/05/30	
2026/06/06	六	洛杉磯	星宇航空	JX 1	22:50	台北 (桃園國際機場)	2026/06/08	05:30

■ 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		
<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		

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