



Tour Member Handbook

旅客手冊



團 號： EUF260217A
行程名稱： 西班牙雙城5天自由行（兩人成行）Europamundo酷遊巴士
集合時間： 2026/02/17 桃園國際機場第二航廈第四櫃台
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

西班牙雙城5天自由行（兩人成行）Europamundo酷遊巴士

* 行程特色



每年有來自 22 個不同國家的超過 125,000 人乘坐 Europamundo巴士旅行。來自美國、澳大利亞、菲律賓、印度、馬來西亞、印度尼西亞、泰國、拉丁美洲的旅客.....在我們的巴士上，您可以看到世界不同種族人種；不僅也可以看到熱門旅遊景點，還可以認識與您旅遊計劃相同的同團朋友。

- 每年接待超過15萬旅客的巴士旅遊旅行社
- 提供1060條西班牙語導覽行程，300條英語導覽行程以及76條中文導覽行程
- 保證全年5.2萬次發團量
- 保證出發，從不取消發團
- 出發前30天可免費取消
- 以中產階層為定價標準
- 行程包含以下服務：
- 接機、市區3-4星飯店、大巴車、景點門票 導遊、早餐以及夜間接送服務
- 在線查詢可選日期/即時預定
- 僅能透過旅行社進行售賣

1. 包含 四 晚三~四星級住宿，雙人一房（含早餐），如單人入住須補單人房差
2. Europamundo的服務：旅遊巴士和中文導覽、基礎旅遊保險、自助早餐、市區飯店，小費
3. 含接抵服務
4. 全景遊: 馬德里/巴塞隆納
5. 含門票：伯納烏足球場/波夫萊特修道院
6. 晚間送：馬約爾廣場和拉丁區/馬瑞瑪格姆購物中心

費用不包含：

1. 個人機票及機場稅金，若需要機票票價查詢，請洽詢鳳凰業務人員
2. 機場、火車站和酒店的行李服務
3. 機場和火車站的助理服務
4. 全程午餐和晚餐(依行程內容為主)
5. 導遊和司機小費
6. 期間交通、餐食、門票、個人消費等

第01天

馬德里

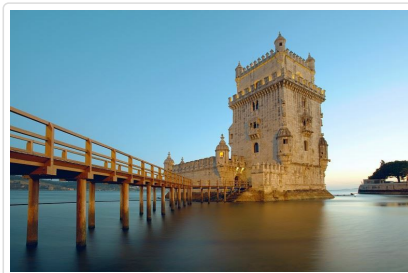
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

歡迎來到Europamundo！

抵達機場後請等候接機專員接聽您前往目的地飯店。請注意查看飯店前台接待處的資訊板，以了解行程開始時的相關資訊。

重要提示：飯店入住時間一般為14:00，如需提前入住，請考慮提前預訂延住；

如果已經預訂了延住酒店，導遊通常要等到旅行正式開始時才會和您會和。在此之前進行自由活動。如果需要，下榻飯店可以幫助您獲得旅行的一些相關資訊。



 **餐食** 早餐：機上 午餐：自理 晚餐：自理
 **住宿** PRAGA或同級
或同級飯店

第02天

馬德里

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

上午我們將首先包括馬德里市中心，普拉多大道、西貝萊斯女神像、海王星、卡拉阿爾門、科隆廣場和馬約爾廣場等景點。接著，我們

將觀看市中心美麗的麗池公園，熱鬧的湖泊和水晶宮。

參觀要點：

上午9點15分左右，我們將開始馬德里市中心之旅，歡樂普拉多大道、西貝萊斯女神像、海王星、阿爾卡拉門、科隆廣場和馬約爾廣場等地標。

然後，我們將參觀麗池公園，這是市中心的一片寧靜的綠洲，經常會在這裡看到湖泊和水晶宮。下一站是皇家馬德里的標誌性體育場聖地牙哥-伯納烏體育場。在這裡，我們將參觀特色專用區、公共區域以及專門為這支支持世界最佳球隊的隊伍而建造的小型博物館。

下午剩下的時間您可以自由活動。

晚上，我們將返回酒店。



特殊安排

自費項目一：佛朗明哥之夜（含晚餐），讓自己沉浸在音樂的熱情中，享受一場釋放強烈情感能量的佛朗明哥表演。在馬德里最傳統的燒烤餐廳裡，將正宗的西班牙美食精髓與現代元素結合。千萬不要錯過這個獨特的機會，讓自己沉浸在弗拉門戈藝術與豐富的西班牙美食（世界上最多樣化的美食）之一的融合之中！喚醒你的情感，讓佛朗明哥的靈魂、歌聲、鼓掌聲和舞蹈將你帶入營養音樂之旅。時間：2小時 費用：70歐，含從酒店到餐廳的巴士接送服務；- 由Europamundo導遊負責的戶外活動；- 晚餐包括兩份菜餚和甜點，可自選葡萄酒、水或桑格里亞汽酒；- 弗拉門戈舞表演，表演桌靠近舞台



餐食 早餐：飯店內 午餐：自理 晚餐：自理



住宿 AXOR FERIA MADRID或PRAGA HOTEL或同級

第03天

馬德里 - 薩拉戈薩 - 波夫萊特 - 巴塞隆納

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早上，我們將啟程前往阿拉貢，途經卡斯提爾。我們的第一站是薩拉戈薩，欣賞令人驚嘆的聖母大教堂。

然後，我們將寧靜前往的波布萊特修道院，這是世界上保存最珍貴的中世紀修道院之一（含門票）。

最後，我們將前往巴塞隆納，並在傍晚抵達。

上午 07:30——從馬德里出發。我們將在途中短暫停留。

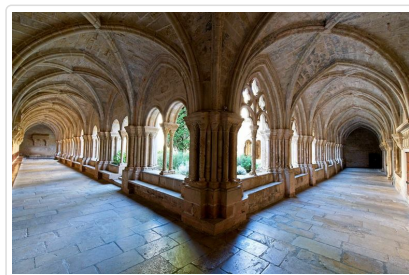
下午 12:30 ——薩拉戈薩。我們的導遊將為您提供有關這座城市的信息，然後帶您前往皮拉爾廣場參觀大教堂並享用午餐。

下午 2:30 - 從薩拉戈薩出發。

下午 5:00 – 波夫萊特修道院。我們將停下來參觀這座保存完好的中世紀修道院，它被古老的城牆環繞，風景如畫（已包含門票）。

下午 6:15 - 從波夫萊特修道院出發。我們將穿越加泰隆尼亞中部富饒的農業區。

晚上 8:00 ——巴塞隆納。



餐食 早餐：飯店內 午餐：自理 晚餐：自理



住宿 ALEXANDRE FIRA CONGRESS或ALEXANDRE FRONT AIR CONGRESS或同級

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

上午，我們將踏上巴塞隆納的全景之旅，巴塞隆納被譽為最迷人的歐洲首都之一。

這座充滿活力的城市在地中海沿岸，以高第的現代主義建築、熙熙攘攘的蘭布拉大道和豐富的歷史而聞名，其中尤以萬國博覽會和奧運會的舉辦地而聞名。

下午您將有自由活動時間。傍晚時分，我們將帶您前往位於科隆廣場附近的海濱娛樂和餐飲綜合體馬瑞瑪格姆購物中心。在這裡，您可以悠閒地漫步在熱鬧的區域，並從各種餐飲中進行選擇。

線路要點：

上午 09:00 - 我們將在導遊或當地的導遊或當地專家的陪同下開始城市全景遊，巴塞隆納也被稱為“伯爵之城”。這座歐洲名城因受高第的影響及其令人驚嘆的現代建築而聞名於世。我們將參觀哥倫布主義紀念碑、加泰隆尼亞廣場、格拉西亞大道、對角線廣場、聖母百花大教堂角、擁有奧林匹克設施的山丘以及西班牙廣場。

我們將在聖家堂稍作停留，欣賞紀念碑的外觀。遊玩將在拉蘭布拉結束，在那裡您可以漫步在歷史悠久的哥德式街區。

城市遊覽結束後，導遊會為您安排參觀高第的傑作和這座城市的象徵——聖母百花大教堂：聖家堂。

下午您可以自由活動。

下午 6:30 - 晚上，我們將安排乘車前往科隆廣場附近的海濱現代娛樂餐飲中心馬瑞瑪格姆購物中心。您可以遊覽這個熱鬧的區域，並享用晚餐。

晚上08:30 - 返回飯店。



特殊安排

安東尼高第的聖家堂 聖家堂建築提供了當今最激動人心的體驗之一，將我們融入了天才安東尼高第的願景中，他能夠在 20 世紀初想像出一座將觀眾納入神聖創世過程的建築，並且在近 150 年間，幾代人都參與了他的夢想。一些與眾不同、在其他地方不可能找到的東西，一種隨著它的完成而不斷發展的活生生的元素，與那些參觀並深入了解它的人的感受一起發展。一座無與倫比的紀念性建築群：一個複雜的建築項目，一處世界遺產，其外部有 18 座高 100 多米的塔樓；它有三個主題立面，其中無數的雕像和基於自然和福音的符號代表著生命、死亡和榮耀；室內空間讓進入的人進行精神色調，高迪將其轉移到地中海森林樹窗以不同的柱子照在彩色森林窗。時長：1小時50分鐘 包括：- 聖家堂門票 - 通過優先通道入場，省去等待時間 - 參觀由授權的專業導遊帶領 - 音頻設備確保所有參與者在整個旅遊過程中都能聽到導遊的講解 - 乘坐巴士前往市中心，在那裡您將有自己的時間。 價格：60 歐元 最低人數要求：20 人



餐食 早餐：飯店內 午餐：自理 晚餐：自理



住宿 ALEXANDRE FIRA CONGRESS或ALEXANDRE FRONT AIR CONGRESS或同級

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，我們將結束旅程，讓您留下美好的回憶。



餐食 早餐：飯店內 午餐：自理 晚餐：自理

■ 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。

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、其他注意事項

- 歐洲旅遊

1. 歐洲退稅規定

- 同一人在同一家商店購買超過指定金額，即可辦理退稅，但請留意一般食品、煙酒類是無法退稅的（有關可達退稅之金額可洽詢領隊或直接詢問店家）。

·**購物時一定要在店內直接索取退稅單，沒有當場索取就無法退稅。**

- 如旅遊期間走訪多國，且旅遊地區都屬歐盟國家，辦理退稅時則必須在最後離境國的機場辦理；若非歐盟國家則在離開該國海關時，就要辦理退稅。

- 退稅商店提供的退稅單有：TAX FREE、PREMIER TAX FREE、GLOBAL BLUE(或有不同退稅公司，以退稅單上配合為準)

2. 機場退稅

機場退稅之領取方式共分兩種：領現金、退信用卡

3. 機上特別餐須於出發前72小時前預定(工作天不含假日)，如需安排特殊餐食，請務必提早告知業務員以利作業(如不吃牛肉/全素/蛋奶素)。

■ 旅遊實用資訊

歐洲旅遊

一、電壓、插座與台灣不同(電器充電請自行準備萬用插頭及變壓器)

南歐地區：

1. 義大利，220-230伏特(Volt)：三腳圓型(三孔平行)、歐規雙腳圓型
2. 西班牙、葡萄牙、230伏特(Volt)：歐規雙腳圓型

二、南歐地區時差：

1. 希臘 -6小時(夏令時間:3月底-9月底 -5小時)
2. 義大利、西班牙 -7小時(夏令時間:3月底-9月底 -6小時)
3. 葡萄牙、英國、愛爾蘭 -8小時 (夏令時間:3月底-9月底 -7小時)

三、匯率： 匯率資訊為靜態顯示，顯示之廣告匯率資訊不會隨後續異動而自動更新資訊，欲得知最新廣告匯率資訊請參考 銀行匯率為準 (可參考<http://rate.bot.com.tw/xrt?Lang=zh-TW>)

四、如何撥打電話：

1. 由當地打電話回台灣：該國國際冠碼+886+區域碼(去0)+電話號碼
2. 由台灣打電話到當地：002+該國國碼+區域碼(去0)+電話號碼
3. 各國國際冠碼/國碼

北歐地區：挪威095/47、丹麥00/45、瑞典009/46、芬蘭00/358、冰島00/354

東歐地區：捷克00/420、奧地利00/43、匈牙利00/36、克羅埃西亞00/385、斯洛伐克00/421、羅馬尼亞00/40、斯洛維尼亞00/386、保加利亞00/359、愛沙尼亞00/372、拉脫維亞00/371、立陶宛00/370

俄羅斯地區：810/7

中西歐地區：德國00/49、摩納哥、法國00/358、瑞士00/41、荷蘭00/31、比利時00/32、希臘00/30、盧森堡00/352、英國00/44、愛爾蘭00/353

南歐：義大利00/39、西班牙00/34、葡萄牙00/351、希臘00/30

五、氣候：

請參考中央氣象局提供之最新氣象

六、其他：

1. 任何食物、不宜過量，以免腸胃不適應，並不吃保育類野生動物之食品。
2. 請自行準備個人藥品（如：暈車藥、感冒藥、胃腸藥、個人特殊用藥）。

■ 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		
<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