



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： ARB200306
行程名稱： 冬季戀歌~蒙古國 滑雪樂6日遊(2天Sky Resort滑雪(含滑雪教練指導
+狗拉雪橇體驗+4晚市區飯店)
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

冬季戀歌~蒙古國 滑雪樂6日遊(2天Sky Resort滑雪(含滑雪教練指導+狗拉雪橇體驗+4晚市區飯店)

* 行程特色

- 1.搭乘蒙古航空集團豪華客機Mongolian Airline Group,旅遊蒙古國,行程最順暢
- 2.參觀甘丹寺博物館，是蒙古最重要也是最大的寺廟。

3.造訪自然博物館;不用到南戈壁;您就可欣賞到完整的恐龍及恐龍蛋化石。

4.參觀國立蒙古歷史博物館;陳列蒙古國歷史和民族相關展品

5.參觀博格多汗冬宮博物館·它是蒙古活佛札布贊丹巴所建立的冬天的住所·宮內有世界各地送給札布贊丹巴八世的稀世珍寶。

6.安排2天Sky Resort滑雪渡假村~全日滑雪。(滑雪場有優質滑雪教練指導服務)

7.安排狗拉雪橇;在雪地林間行駛;享受雪國刺激的戶外活動

**Sky Resort滑雪渡假村 精彩影片欣賞:

1.Sky Resort Brand Reklam 2016

2.<https://www.youtube.com/watch?v=vBsijwXLoNM3>.<https://www.youtube.com/watch?v=rQ9sVITP7M0>

4.<https://www.youtube.com/watch?v=tQoBEiBIFc0>

售價包含:

- 1.行程表描述景點.門票.車資.餐食及住宿(2人一室)
- 2.含蒙古旅遊觀光簽證費
- 3.領隊.司機.導遊小費

未包含:

- 1.行李.床頭.電話費.網路費等私人費用
- 2.未包含單人房費用(NT12,000)
- 3.其他行程未描述之景點及餐食費用

*簽證訊息:

- 1.持美國護照不須辦理蒙古簽證(免簽)
- 2.持澳洲.加拿大護照,因為蒙古在該國已有設立簽證處,需在當地辦理蒙古簽證,已不能辦理落地簽證,因蒙古規定
除非該國無辦事處,才能申請落地簽

3.持台灣護照,在台灣辦理簽證

2003年2月17日蒙古已在台灣設立代表處(駐台北烏蘭巴托貿易經濟代表處)·地址:台北市基隆路一段333號國貿大樓11樓1112室·聯絡電話:02-27229740及傳真:02-27229745·赴蒙國人可事先前往該處申辦簽證·

所需基本文件為:

護照·簽證申請表(可代送件不必本人)·邀請函及兩吋照片二張·費用為42美元(要給現鈔)·須3個工作天

·收發件時間為週一至週五上午8時至12時及下午1時至5時。

蒙古精彩短片欣賞

1.Mongolia Nomadic by Nature

第01天

桃園機場(台中或高雄) / 香港 / 烏蘭巴托 CX +OM(參考航班)(四星飯店)

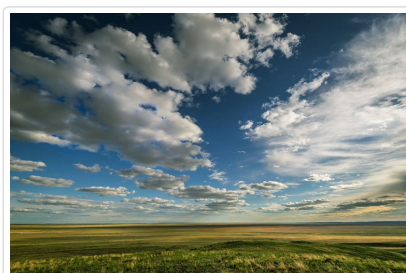
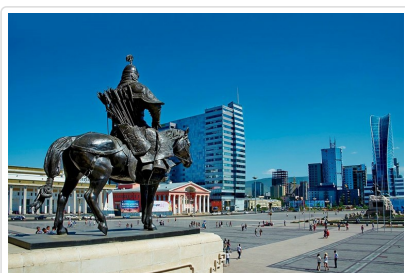
符號表示:★表含門票◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日搭乘國際班機前往香港轉搭蒙古航空班機飛往◎蒙古首都-烏蘭巴托·抵達後接往飯店辦理住宿手續。

夜宿: RAMADA HOTEL 或 BAYANGOL HOTEL 或同級四星

~延伸閱讀_冬遊蒙古,體驗雪國風光

冬季旅遊蒙古可以體驗狗拉雪橇、雪地騎馬、冰上釣魚、雪地狩獵、滑雪、自走式滑冰都是當地特色的雪地活動;蒙古國是一個自然元素為主的地方,所以參訪遊牧民族的家、親臨國家公園都能讓旅客感受到蒙古國的獨特性。



第02天

烏蘭巴托-Sky Resort滑雪渡假村(全日滑雪活動)-烏蘭巴托(第一次在蒙古滑雪..滿心期待)

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,驅車前往離市區北邊僅16公里(約30分鐘車程)的◎Sky Reosrt 滑雪渡假村;由法國設計團隊規劃設計;設備由義大利團隊建設的渡假村,每年11月~3月中營運;開幕以來已深受歐美及日韓遊客的喜愛!滑雪第一天,穿上為了此趟滑雪新添購雪衣、雪褲、毛帽及面鏡啦!**(註:為方便活動安排;本日午餐自理;可在渡假村餐廳自由享用午餐)(本日活動;含纜車椅Day Pass;滑雪裝備請自行準備;或在滑雪村租借即可)**

認識裝備

第一次學滑雪不是只有穿的漂亮就好,怎樣穿雪鞋怎樣使用雪板,怎樣在雪地裡穿著保暖,也要穿著半統厚襪子保護好自己的腳,這些小細節很重要,畢竟沒學過連用雪鞋走路都非常難走了,所以一定要好好聽從教練的講解,讓自己可以很快的進入狀況。

暖身運動

跟著教練的指引先活動筋骨暖暖身,頭部、手部、身體、腳部的關節得一一打通,先讓自己身體熱起來,這樣可以避免無謂的運動傷害。

學習站立和跌倒

在教練的引導下從認識滑雪器材及練習基本控板原理開始,等大家對SB/SKI的滑行有初步概念後,穿著雪板的腳就不再像先前那樣的無助了。提醒大家在學習的過程中摔倒是在所難免的,而且你將會摔得很「累」,但是每摔倒一次,也就代表你離成功的路又更進一步囉。

上纜車

爾後教練也就會帶著各位學員搭纜車上山!天阿!天氣好到如過不戴面鏡根本無法張開眼睛,心裡正在想著~纜車越爬越高,對於滑雪一竅不通的我要怎麼下來,你很難想像同時間心情既是開心又是恐懼的複雜情緒。真不知道是該笑還是該哭的好。

SKI全制動煞車

1.以直滑姿勢滑行。2.力量放腳跟,兩板成八字型,重心落在兩腳之間靠前的位置,將雪板後端向外推出。內刀使力刻住雪面逐漸用力,直到雪板速度停止。3.身體跟著雪板的推出兒彎低。4.兩膝關節彎曲、內扣,但膝蓋沒有向內夾起來動作。5.若重心偏後的話雪板前端刮雪的動作會較不明顯。

SB橫滑降(通稱:落葉飄)

在初學者坡上,將雙腳都套進鞋套,面向山谷,板子與下行方向垂直,站起,用腳跟邊的板邊卡住雪,試著站住不動。如果站不住,眼睛試著看著前方,不要看地上,利用腳去感覺板子,腳微蹲,這樣重心會比較穩,也較容易站住。站住後,試著讓身體重心微微向前傾,如果前傾夠的話,板子就會向前滑動。這個動作像是雙腳同時踩油門一樣,往前踩,板子往下滑,踩的越多,滑得越快,覺得有速度時,想停下來時,就把身體重心放回到剛開始站立的時候(雙腳放開油門,不要踩),然後再一次嘗試往下滑。這個動作叫橫滑。

傍晚約定時間集合後;搭乘專車返回飯店盥洗後;享用★中華料理。

住宿:RAMADA HOTEL或BAYANGOL HOTEL或同級四星



第03天

烏蘭巴托-Sky Resort滑雪渡假村(全日滑雪活動)-蒙古火鍋料理-烏蘭巴托(享受雪國浪漫風情)

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,驅車前往離市區北邊僅16公里(約30分鐘車程)的◎Sky Reosrt 滑雪渡假村;由法國設計團隊規劃設計;設備由義大利團隊建設的渡假村,每年11月~3月中營運;開幕以來已深受歐美及日韓遊客的喜愛!滑雪第一天,穿上為了此趟滑雪新添購雪衣、雪褲、毛帽及面鏡啦!**(註:為方便活動安排;本日**

延續昨日的課程，教練利用一些時間複習基本動作，接著開始進入方向變換的教學課程。

學習轉彎

沒有想到按著教練的指示操控，SKI就乖乖的向左轉向右轉/SB也能向左飄向右飄；雖然不是每次都能朝著我的想法隨意前進，但是看著雪板緩緩地朝控制的方向前進，心裡也就踏實許多，心裡想~我是會滑雪了嗎？。隨著上下纜車的次數愈多，控制雪板轉彎的熟練度就愈來愈好，速度對我來說也就不是最擔心的事了（因為好像已經習慣摔在雪堆裡的奇妙感覺了）。

SKI全制動轉彎

1. 身體保持置中。2. 轉彎時，二隻雪板都要轉動，而不是只有轉動其中一隻雪板。3. 右轉彎時，以左雪板的轉動為主；左轉彎時則反之。4. 膝蓋不要有向內壓的動作，保持彎曲即可。

SB落葉飄

在學會直直的滑行後，接下來就要學換方向 - 落葉飄。這是利用身體重心的移轉讓自己在坡道上能左右滑行的技巧。

傍晚好不容易教練宣布下課後，飛奔到飯店內享受SPA療程及三溫暖設施(自費);晚餐安排★蒙古烤肉料理。

住宿:RAMADA HOTEL或BAYANGOL HOTEL或同級四星



 餐食 早餐：飯店內 午餐：午餐:敬請自理 晚餐：蒙古火鍋風味

 住宿 或同級

第04天


烏蘭巴托-特勒吉國家公園Tereji N.P. (狗拉雪橇體驗)-烏蘭巴托 Ullanbator

符號表示：★表含門票 ⊙表下車參觀 未標示者表行車經過

享用早餐後，驅車前往 ⊙特勒吉國家公園；體驗在林間雪地;★狗拉雪橇的體驗;唯有在雪國才能體驗到的戶外活動;讓人印象深刻。之後驅車返回市區;前往Blue Sky Hotel享用熱呼呼的火鍋料理。餐後前往 ⊙國營商店，自由選購當地羊絨衫、皮製品、蒙古地毯、歐洲巧克力、俄羅斯魚子醬。之後自由活動;晚餐於飯店內享用 ★自助餐。晚餐後可自行邀約好友前往著名的MINT CLUB小酌及欣賞表演。

住宿:RAMADA HOTEL或BAYANGOL HOTEL或同級四星



 餐食 早餐：飯店內 午餐：火鍋風味料理 晚餐：飯店內

第05天

烏蘭巴托-釋迦牟尼公園-甘丹寺-韓國風味午餐-博格多札布贊丹巴冬宮-國立歷史博物館-俄國戰士紀念碑-中華料理晚餐-蒙古傳統歌舞表演-烏蘭巴托(四星飯店)


符號表示：★表含門票 ⊙表下車參觀 未標示者表行車經過

享用早餐後，前往⊙釋迦牟尼公園，此公園建於2005年，蒙古佛教界最有威望的古魯達瓦仁波切(Gurudava Rinbuch)大師捐款而建造，佛祖釋迦牟尼立像高23米。之後前往★甘丹寺博物館參觀，甘丹寺廟是蒙古最重要也是最大的寺廟，它建於1838年在政教合一時代最重要的行政中心。隨即參觀★博格多汗冬宮博物館，它是博格多汗皇帝為蒙古活佛札布贊丹巴所建立的冬天的住所，冬宮內有世界各地送給札布贊丹巴八世的稀世珍寶。午餐後前往★國立蒙古歷史博物館參觀;原稱革命博物館,今陳列蒙古國歷史和民族相關展品。 ⊙

翟山紀念碑,位於博格多聖山邊,是為紀念俄國戰士抗日的英勇事蹟所建立的。 最後觀賞★蒙古傳統歌舞表演·觀賞宮廷舞和宗教舞、馬頭琴、蒙古長調、喉音、軟骨功等表演。晚餐後不妨邀約好友前往Edge Bar(Ramada Hotel)小酌及欣賞現場音樂表演。

夜宿: RAMADA HOTEL 或 BAYANGOL HOTEL 或同級四星



 餐食 早餐：飯店內 午餐：韓國風味料理 晚餐：中式料理六菜一湯

 住宿 或同級

第06天

烏蘭巴托/香港/桃園機場(台中或高雄) OM+CI OR CX (參考航班)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日前往機場，搭乘蒙古航空班機飛 往香港轉機後續搭國際班機返回台灣。結束愉快的蒙古國之旅。

祝您 旅途愉快 萬事如意

【行程會因班機、住宿安排而有所變動，請依出發前說明會資料為主；而當地亦會因天候、交通..等因素更動行程及餐廳次序，本公司保有調整之權利】



 餐食 早餐：機上 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。

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、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

● **蒙古國旅遊注意事項**

1.訪問蒙古包禮儀注意事項:(入地問俗,減少不必要的尷尬與避免失禮)

- 1)不可倚靠門檻或柱子,以免蒙古包倒塌
- 2)主人招待的飲品或食品,即使不合口味也請捧場嚐一下
- 3)在蒙古包內不能吹口哨
- 4)不要碰別人的帽子
- 5)席地而坐時不可背對長者或祭祀的神明
- 6)事先在台灣準備一些小禮物(如糖果,餅乾,或具實用性質的家庭用品...)

2.出境依法不得攜帶下列物品:未經有關單位允許之書刊、文件、影片、古生物及考古學上發現之文物、骨董、礦石、未加工之皮革、獸皮、毛皮等。

3.時差:烏蘭巴托時間減1小時=台灣時間

4.貨幣:貨幣單位蒙古圖格里克 MONGOLIAN TUGRIK(MNT)

1 USD, 約換3,561.92 MNT

1 USD, 約換76.25俄羅斯盧布

5.電話:

蒙古打回台灣:00+886+區域碼+電話號碼

台灣打至蒙古:002+976+區域碼+電話號碼

6.電壓:220伏特(圓柱二腳式)

7.常備藥品務必攜帶

8.手電筒、望眼鏡、雨具、防蚊液、護膚及防曬用品,請攜帶以備不時之需

9.拍立得相機,照出來的相片可作為饋贈當地朋友最好的禮物

俄羅斯旅遊的詳細注意事項：

. 治安與安全

財物保管：護照、現金、信用卡分開存放，建議將護照影本與重要文件電子檔分開存放。

避開敏感區：遠離示威活動、軍事區域或邊境偏遠地區。

夜間行動：避免單獨在深夜前往偏僻地區。

防盜防搶：

聖彼得堡和莫斯科等大城市遊客聚集區扒手較多，需隨時看管財物

住宿與生活

住宿登記：辦理入住旅館時，旅館會暫時收走證件進行登記，通常會在隔天歸還，這是必須的法定流程。

飲用水：水龍頭自來水不可直接飲用，請購買瓶裝水或在飯店燒開。

電壓與插座：俄羅斯為220伏特，使用兩腳圓插頭。

. 交通與語言

語言挑戰：英文在當地通用率不高，建議預先下載翻譯APP（如Yandex Translate）。

交通工具：建議使用官方計程車 App（如 Yandex Go）叫車，避免直接在街上攔車以免坐地起價。

嚴重塞車：俄羅斯主要城市容易塞車，務必提早出發以免影響行程。

氣候與穿著

冬季保暖：若冬季（11月-3月）出行，需準備專業的防風羽絨衣、帽子、手套、保暖防滑鞋。

室內溫差：俄羅斯室內暖氣非常足，建議採取「洋葱式」穿搭。

文化與習俗

送禮禁忌：避免送黃色花朵、刀具、皮夾（空的不好）或手帕。

禮貌行為：進屋要脫帽，且在公共場合避免大聲喧嘩。

酒精限制：晚上9點後禁止販售酒精飲品。

建議事項：旅遊期間隨身攜帶護照卡，隨時注意個人安全，並準備足夠的盧布現金（盧布），以便在無法刷卡的地方使用。

■ 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		
<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"/> 玩具(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