



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： ROR120704A
行程名稱： 帛琉海陸玩透透五天
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

帛琉海陸玩透透五天

* 行程特色

1. 浮潛時需要的基本裝備呼吸管、面鏡、救生衣都為您準備妥善。為個人衛生考量，我們特別贈送每位貴賓一個全新的呼吸管專用咬嘴，您可放心的享受浮潛樂趣。(如需有度數的面鏡、蛙鞋或防寒衣可另自費租用)
2. 市場唯一黃金沙灘浮潛教學:由最專業的教練教導浮潛，先學在玩，快樂又安全。
3. 海豚有約(世界第一大開放式海豚研究中心讓您與太平洋瓶鼻海豚一同欣賞帛琉迷人的夕陽)。
4. 洛克群島軟、硬珊瑚保護區、玫瑰珊瑚、腦紋珊瑚、沉船、靈芝珊瑚等。

5. 世界奇景水母湖與水母共舞，享受牛奶水道天然海泥護膚SPA、海底奇景大斷層、白色長沙灘及市場上唯一景點美人魚水道。
6. 北島大瀑布之旅(安得貌大瀑布、迪翁格拉迪野溪SPA)
7. 帛琉之星~江戶號，日式海鮮定食、生魚片無限量供應、歡唱卡拉OK。
8. 雙蟹一龍超級海鮮餐(桌菜)：龍蝦料理一道、紅樹林蟹料理兩道、干貝、生魚片、國寶蘇眉魚或野生紅石斑外加女性最愛水果蝙蝠湯。保證當地食材生猛海鮮。
9. 外島B.B.Q.午餐:
第一天:雞腿、牛小排、熱狗、孔雀貝、炭烤鮮魚、美味餐盒、鮮魚湯。
第二天:雞翅、豬排、熱狗、小捲、奶油干貝、炭烤鮮魚、美味餐盒、鮮魚湯、新鮮水果
10. 超級卡那卡秀，帛琉國家級舞蹈團(戰士舞和傳統草裙迎賓舞)，現殺干貝秀(生吃貝柱,快炒貝唇)。
11. 安排帛琉唯一中國穴位指壓，讓您放鬆心情，美夢連連。
12. 在炎熱的氣候中，能在市區觀光及時來杯美國名牌“醉爾思”冰淇淋，每人一客，乾淨衛生，決不使用雜牌冰淇淋或菲律賓刨冰。
13. 水上俱樂部項8項任你玩(獨木舟、腳踏船、風浪板、透明觀景舟、沙灘排球、SUP(划槳式衝浪板)、跪式衝浪板、MS帆船)

第01天

台北/帛琉~海豚灣之旅~中國穴位指壓

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

搭乘豪華客機飛往彩虹的故鄉—帛琉。首先搭乘快艇前往**海豚灣**與海豚相見歡，在這您可見到活潑可愛的海豚時而躍出，時而鳴叫，或在您身旁悠遊，熱情的向您打聲招呼。正當夕陽西下，映著滿天紅霞的海面卻是如此璀璨，微風輕拂中，享受蔚藍大海環抱之樂，還有出入口旁的海面三五成群的獅子魚用牠那美麗又巨大的胸鰭跟你揮手道別、然後回飯店享用海鮮大餐。晚餐過後替您安排30分鐘的**中式穴位按摩**、專業的穴位按摩、讓輕巧的手指替您身上的穴道好好按摩一下、讓您忘卻當日的辛勞、抒解筋骨一番，讓您美夢連連。(中國穴位指壓將視當地安排日期前後調整)



餐食 早餐：X 午餐：機上套餐 晚餐：飯店內
住宿 日暉帛琉國際渡假村

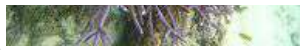
第02天

帛琉(黃金沙灘浮潛教學~洛克群島~硬珊瑚區~玫瑰珊瑚~軟珊瑚區~腦紋石斷層~山中湖(日軍沈船遺跡~靈芝珊瑚)~情人橋~長灘島~德國水道~海底奇景大斷層~帛琉之星江戶號NGERMID BAY 日式海鮮定食)

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，巴士緩緩駛向黃金沙灘，浮潛是本次帛琉行最重要的活動，各位於沙灘旁領完裝備後，隨即由專業的教練，親切的教導各位如何正確的使用裝備及安全的浮潛，就算怕水的你也能自在快樂的浮潛，隨後搭乘快艇穿梭於**洛克群島**間。首先抵達**長灘島**，準備享受戲水的樂趣，午餐是野味十足的B.B.Q.和美味鮮魚湯。午後先來到的是**硬珊瑚區(浮潛活動)**，海中美景猶如花園般花團錦簇，更不乏各種種類、成群結隊的魚群，還有帛琉國寶蘇眉魚在此與你同游；**玫瑰珊瑚保護區(浮潛活動)**，壯麗珊瑚呈玫瑰形狀，格外的巨大且艷麗，並有熱帶魚群穿梭其間，嬉戲追逐再前往被評鑑為世界七大水底奇景之一的**軟珊瑚區(浮潛活動)**，以浮潛方式便能看到五彩繽紛、色彩艷麗的軟珊瑚，隨著海波搖曳生姿，彷彿在向您招手，熱情歡迎您的到來，一個個奇特的腦紋珊瑚附著在海底斷層上，真是美不勝收。途經帛琉著名拍照景點**情人橋**，據說在此拍照的情人皆能白頭到老。緊接著來到**山中湖(日軍沈船遺跡)(浮潛活動)**，感受第二次世界大戰被擊沈的船艦殘骸，記錄著歷史的遺跡，還有美麗的靈芝珊瑚及艷藍色的干貝成群的生長於船邊，等你來拜訪。然後前往海底奇景大斷層的途中，會先經過德國水道，這條筆直的水道貫穿著帛琉環礁也是巨蝠魷必經之地，**海底奇景大斷層(浮潛活動)**3呎的海底突然落差到2000呎，景觀相當壯麗，在這裡您可看到世界三大洋匯集之珊瑚美景延著斷層生長，還有成群美麗的熱帶魚，行成一幅美麗的畫，運氣好的話還可看到逗趣的小丑魚、鯊魚、魷魚、海龜等美麗的海洋生物。黃昏時分該是回航的時刻，帛琉的赤裸呈現，是否在您心中留下美麗的回憶。盥洗後，傍晚時分，倚著南太平洋絢爛的景色搭乘帛琉最新下水~帛琉之星~**日式江戶號**出海觀星賞月，享用日式海鮮定食(鮮魚沙西米無限量喔!)





🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：無人島B.B.Q 晚餐：帛琉之星江戶號NGERMID BAY日式海鮮定食(鮮魚沙西米無限量)

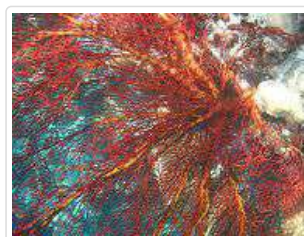
🏠 住宿 日暉帛琉國際渡假村

第03天

帛琉(無人島浮潛~美人魚水道~水母湖~鯨魚島~牛奶水域天然SPA~美人魚水道~雙蟹一龍超級海鮮大餐加水果蝙蝠湯~超級卡那卡秀)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

享用過飯店早餐後，讓我們以最愉悅的心情再次搭乘雙引擎快艇，忘情當穿梭於有水上花園之稱的洛克群島，您將發現這絢麗的島嶼美景實在令人嘆為觀止，沿途可欣賞及拍攝如夢景般的鯨魚島及夢幻之島，然後抵達原始風光的**無人島**。午餐享用B.B.Q和美味鮮魚湯。餐後您可小憩片刻，海風輕拂不妨趁機打個盹或享受熱情的日光浴。隨後繼續前往世界最具特色的**水母湖(浮潛活動)**，您必須先爬過一座小山，這座無波的湖泊底部與外海相通，需行光合作用的水母每天清晨由湖底漂浮上來，成千上萬粉橘透明有如果凍般的無毒水母環繞您四周，翩翩起舞這將是您旅程中前所未有的難忘體驗。接著來到最受女性歡迎的**牛奶水域(浮潛活動)**，大伙可浮游其間，潛入海底抓上一把天然的護膚勝品天然海泥，其美容功效可媲美冰河泥及死海泥喔，享受天然白色海泥SPA，除景觀特殊外還具有美容的效果喔！愛美的你可別錯過這千載難逢的機會。今天的重頭戲**美人魚水道(浮潛活動)**，這是帛琉觀光局剛開放的水域，位於帛琉南端的馬拉加灣內，馬拉加灣是帛琉世界級保育類動物海牛(俗稱美人魚)的棲息地，在此浮潛只須放鬆你的身體，別忘了張開眼睛，水流自然會帶著你，好像太空漫步般滑行，水道內的各種珊瑚琳瑯滿目，樹枝狀鹿角珊瑚、軸孔珊瑚、平孔珊瑚及桌面珊瑚茂密的生長著，還有千萬別錯過的饅頭海星及狀似玩具的藍質海星。水道旁的一大片淺水區里的海草是美人魚最重要的食物，運氣好的話可以看見覓食完畢要回馬拉加灣的美人魚。今晚晚餐享用帛琉超**豪華海鮮大餐(雙蟹一龍,保證螃蟹2道,龍蝦1道,外加風靡日本女性的水果蝙蝠湯)**。晚餐過後來到帛琉觀星最佳去處，星光沙灘。沙灘、椰林、誰在夜空中掛滿了星星?這裡是帛琉夜晚最浪漫的**<露天星光酒吧>**。今夜就讓我們在此狂歡吧!! 聘請帛琉國家級青年舞蹈團,首先由勇猛的青年戰士們,跳起**<出征戰士舞>**揭開序幕.在戰士們紮實的舞步聲和強而有力的吶喊聲中,令人精神為之振奮.緊接著還有嬌羞的卡那卡族少女,配合著清脆嘹亮的歌聲,婀娜多姿的舞步,這是帛琉嚮有盛名的**<迎賓舞蹈>**,在此讓您感受最道地的帛琉之夜.精心贈送帛琉特有海洋珍寶”**碑碟貝**”,現場享用**<碑碟貝沙西米>及<辣炒碑碟貝唇>**,新鮮美味搭配著冰啤酒(或飲料)是老饕的最愛!! 帛琉的夜空赤裸呈現,滿溢著幸福和喜悅。



🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：無人島B.B.Q 晚餐：雙蟹一龍超級海鮮大餐

🏠 住宿 日暉帛琉國際渡假村

第04天

帛琉~【北島深度之旅】~北島大瀑布之旅(安得貌大瀑布、迪翁格拉迪野溪SPA)~帛琉傳統風味餐~水上活動8項任你玩~飯店海鮮大餐

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

帛琉的清晨是寧靜的，毫無城市中的喧囂，彷彿盡身在伊甸園般的輕鬆自在，早餐後，展開今天精彩的活動，帛琉最大的北島Babeldaob，是帛琉面積最大的島，也是整個密克羅尼西亞群島中僅次於關島的第二大島。島上主要為森林與火山地形而這裡也是帛琉當地文化的發源地【**全日北島深度之旅**】專車前往開發甚少的北島原始森林，來一趟小小冒險家之旅。一開始就得以步行的方式穿越一片原始熱帶叢林，沿途認識或不認識的熱帶雨林植物比比皆是，更不用說孜孜不倦的鳥叫聲及昆蟲叫聲，欣賞大自然的美景以及野生動物的生態，享受那由自然演奏的天籟之音，讓你的心靈作一個天然SPA。前往瀑布途中須經過一段原始森林，還可見到以前日本人在此留下來的運礦鐵道，還須溯溪一小段方可到達帛琉最大的瀑布，瀑布水花濺起經陽光照射會出現一道道美麗的彩虹，您可深入瀑布底下來個天然水療。回程經過迪翁格拉迪溪床，天然的水流將溪床切割出一個個的水池，猶如浴缸般，大夥一起來個天然SPA。今日午餐來點不一樣的【**帛琉傳統風味餐**】好好品嚐一下帛琉美食，保證讓你吮指回味樂無窮。午餐過後來到**水上活動中心8項任你玩**(獨木舟、腳踏船、風浪板、透明觀景舟、沙灘排球、SUP(划槳式衝浪板)、跪式衝浪板、MS帆船)。





- 餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：當地風味餐 晚餐：飯店內
- 住宿** 日暉帛琉國際渡假村

第05天

市區觀光 (男人會館 · 歷史博物館 · KB 大橋) 帛琉/台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後您可於飯店內悠遊的像魚兒般的自在快活，盡情的使用飯店內所提供的設施，或者去市中心走走，或者參加導遊推薦的精選行程，嘗試著享受另一種截然不同的度假心情。飯店午餐後隨即展開豐富文化尋訪之旅～市區觀光，體會卡那卡族的熱情及嘖嘆傳統亞拜伊三角屋頂建築的**男人會館**。參訪展示古代帕拉歐人文化古物以及貝殼、珊瑚手工製品的**歷史博物館**，更可一睹南太平洋戰爭的血淚史跡。接著巴士繼續前進帛琉**KB大橋**，這是一座連結市區KOROR與北島Babeldaob的橋樑。我將帶著依依不捨的心情，離開這彩虹的故鄉，回首帛琉之旅，盡是永恆的甜蜜回憶。



- 餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：飯店內 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

- 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)。
- 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)。
- 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。
- 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。

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

- 帛琉
線控請協助補資料

■ 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		
<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