



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： PHI170503
行程名稱： 【仙境巴拉望】雪麗丹度假村2晚、地底河流、跳雙島遊、夜訪紅樹林螢火蟲 5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

【仙境巴拉望】雪麗丹度假村2晚、地底河流、跳雙島遊、夜訪紅樹林螢火蟲 5天

* 行程特色

探訪聯合國教科文組織紀錄為世界自然遺產之一：沙邦聖保羅國家公園~世界最長的地底河流。

【地底河流國家公園】，一窺全世界最長的一條天然海底河流，搭乘人工划槳的遊船入內參觀，解說員將細述有關於海底河流的注意事

項·地底河流全長8公里·當發現這條河流的時候·也同時發現了存在於地球長達千萬年的鐘乳石·而每一個鐘乳石呈現出千姿百態·蔚為奇觀。傳說過去曾有上萬隻的鱷魚與千萬隻的蝙蝠在此河道裡·為了保護上帝所遺留的寶石的故事。洞內岩壁除了有被海水蝕侵蝕後呈現的各種奇岩怪石以外·甚至還清晰可見天然的耶穌聖像、聖母瑪利亞背影、3還有巨大的蔬果花園、渾然天成80尺高的聖殿、跳躍的駿馬、山壁間的寶石亮光...等等·居然與傳說故事相互對照有如神蹟般的——呈現·其鬼斧神工教人歎為觀止。

Ugong Rock Adventures 鐘乳石洞探險之旅+ Zip Line 空中飛人滑索！

【叢林滑翔高空吊索】·在綠色森林天花板上蓋了3個巧妙平臺·加入密林飛行·飛躍從樹到樹通過纜繩! 在地面之上的30米空氣騰飛經驗加上1200米長的線·有著獨特的螺旋樓梯的步行·橫渡非比尋常的天空橋梁·570米的高度及特殊的結構·想像自己是蜘蛛人從40米高的密林往下滑翔·大片熱帶植物從你腳下一飛而過;享受飛揚在綠林中的奇妙感·也讓這大片綠林為你解煩除憂。

本田灣跳島離島遊【路尼島·海星島·班丹島·可麗島·蘑菇珊瑚海龜平台(5選2)】當天海潮流向由船夫決定哪兩島·必定使用兩島
※週五出發

桃園機場/公主港國際機場 TPE/PPS PR899 0940/1230

公主港國際機場/桃園機場 PPS/TPE PR898 1700/2000

特別禮遇

- 1.地底河流特別提供中文解說翻譯機·二人一台
- 2.每人贈送一份神秘小禮物
- 3.享受車上FREE WIFI

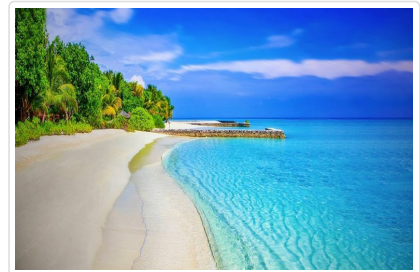
第01天

桃園國際機場/公主港機場 - 沙邦國家公園 - Sheridan Beach Resort & Spa 雪麗登海灘度假村

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日於桃園國際機場集合·搭乘菲律賓第一大航空公司菲律賓航空·直飛【巴拉望群島-公主港機場】·這裡的海域之美·島上的寧靜和乾淨的街頭巷尾·真可讓各位貴賓讚不絕口。到達巴拉望的公主港後·便驅車前往沙邦樹麗登沙灘渡假村辦理住房手續·展開這五天四夜放鬆的美好假期。

Sheridan Beach Resort & Spa 雪麗登海灘度假村:位於沙邦海灘·它是當地唯一的世界級度假飯店·靠近著名的沙邦地下河流國家公園·為新7大自然奇景之一。享受世界級的度假風情·座落在壯麗的綠色山脈和西菲律賓海的清澈湛藍的海水之間的豪華的環境·在如此優雅的景點和氣氛下·緊鄰著340英尺長的無邊泳池·在夕陽西下揚帆航行在西菲律賓海的水域。享受沙灘跳躍獨家質樸的海灘及野外的紅樹林。飯店內也有許多自費活動如Atv、風帆船、獨木舟和潛水...等。



🍴 餐食 早餐：X 午餐：機上套餐 晚餐：渡假村內用

🏠 住宿 雪麗登渡假村 SHERIDAN BEACH RESORT

第02天

聖保羅國家公園「世界最長的地下河流Underground River」- 烏攻探險+Zip Line空中飛人滑翔之旅

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★聖保羅地底河流國家公園 新世界七大自然遺產的

一窺全世界最長的一條天然地底河流的自然景觀~岩洞之旅·為了保護岩洞的天然風貌&自然景觀·目前僅允許每日900人次進入·需要提前最少21個工作日事先申請·抵達後搭乘獨具當地特色的螃蟹船後前往國家公園的入口(必須等候導遊取得船隻的編號後才能在候船區等候)·抵達入口處的沙灘後·隨行的船夫將會帶領您穿越國家公園內最平坦的熱帶雨林區·步行至海底河流岩洞之旅的入口處·等候搭乘人工划槳的遊船入內參觀·英文解說員請每位參觀者戴好安全帽&救生衣後·挑選團員中的其中一位充當燈光師後·將細述有關於地底河流的典故與注意事項·地底河流全長8公里·當發現這條河流的時候·也同時發現了存在於地球長達千萬年的鐘乳石·而每一個鐘乳石呈現出千姿百態·蔚為奇觀·傳說過去曾有上萬隻的鱷魚與千萬隻的蝙蝠在此河道裡·為了保護上帝所遺留的寶石的故事·洞內岩壁除了有被海水蝕侵蝕後呈現的各種奇岩怪石以外·甚至還清晰可見天然的耶穌聖像、聖母瑪利亞背影·還有巨大的蔬果花園、渾然天成80尺高的聖殿、跳躍的駿馬、山壁間的寶石亮光...等等·居然與傳說故事相互對照有如神蹟般的——呈現·其鬼斧神工教人歎為觀止。

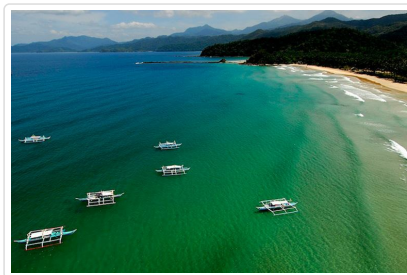
隨後將裝備歸還於國家管理處·於導遊宣布的集合地點集合後·前往生態保護區觀賞大蜥蜴群·這時候要注意伺機而動的野生獼猴·也

會在此等候遊客手上的零食(請特別注意勿拿在手上以避免被抓傷)·此行程特別提供中文解說翻譯機·二人一台·讓您更了解此生態的奧妙。

隨後搭乘原來的船隻返回沙邦海灘(認船的號碼跟船夫)·享用國家公園內的菲式自助午餐後·午後安排自由活動·盡情地享受沙邦國家公園內的資源。

★UGONG ROCK ADVENTURES鐘乳石洞探險之旅 菲律賓觀光局極力推薦·我們跟隨著解說員的腳步進入到洞內·大大小小的鐘乳石呈現在我們眼前·美不勝收。我們不斷向上爬升的來到山頂後·我們便著裝來趟

★空中飛人滑翔之旅 總長800公尺·時速可以達到120公里·將您掛在Zip特有的安全裝備上一躍而下·僅需50秒的時間·人已經飛到了沙灘上·保證是您沒有過的超刺激體驗。(SITTING OR SUPERMAN皆可)



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：菲式自助餐+一杯紅茶(P470) 晚餐：渡假村內用

🏠 住宿 雪麗登渡假村 SHERIDAN BEACH RESORT

第03天

雪麗登海灘度假村自由活動 - 公主港 - 熱石按摩90分鐘(特別贈送按摩師小費) - Robinson百貨逛街 - 贈送HALO HALO冰(每人一杯)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

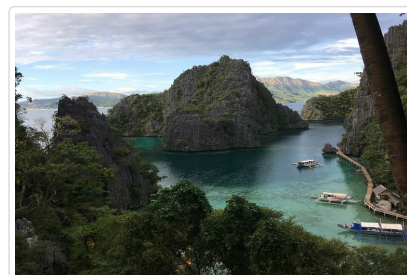
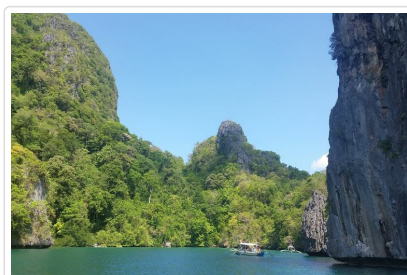
★雪麗登渡假村自由活動 - 享受沙灘度假村悠閒時光 享用完早餐後悠閒享受著海天一色的無邊際泳池、完善的健身設施、或者海邊踏浪、沙灘撿拾貝殼·亦可自費體驗度假村內SPA療程·悠閒的渡過這完美早晨時光。

★熱石按摩90分鐘(已包含按摩小費) - 今日特別為各位安排熱石按摩Spa·讓按摩師的專業巧手將您的疲勞一掃而空。【小費P.100已為您支付·12歲以下兒童恕不贈送按摩·不按摩者視同放棄·不得轉讓·敬請見諒】

此日晚餐安排在獨具特色的餐廳享用特別的無國界料理晚餐。

●Robinson百貨公司 - 是目前巴拉望地區第一間提供完整服務的購物中心!設有超市、百貨公司、藥局、雜貨店、美食街等·深受當地居民與觀光客喜愛·

您可以在美食廣場體驗菲律賓最出名的HALO HALO冰·也可以嘗試一下當地人最愛的Jollibee 快樂蜂餐廳·這家餐廳在菲律賓可是比麥當勞還要受歡迎呢!



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：中華料理海鮮餐或紅樹林餐廳(海鮮餐) 晚餐：Kinabuchs餐廳海鮮套餐

🏠 住宿 巴拉望瑪娜洛設計酒店 One Manalo Place Palawan或亞莉莎精品旅館AZIZA PARADISE或同級

飯店可以加價升等為公主港花園度假村Princesa Classic房型,每人加價4000元(第三、四晚)

飯店官網:<http://www.princesagardenisland.com/>

第04天

公主港 - 本田灣Honda Bay(跳島Island Hopping之旅【路尼島·海星島·班丹島·可麗島·磨菇珊瑚海龜平台(依海象,由船伙五選二)】 - 公主港 - 夜遊紅樹林螢火蟲

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·前往著名的★本田灣Honda Bay·在這個海灣內佈滿大大小小的島嶼·是大家到公主港一定會造訪之處(依海象,由船伙五選二)

蘑菇珊瑚海龜平台對於喜愛浮潛的人來說這裡就是浮潛天堂，這塊浮潛保育區海底生態豐富，不論是各種的熱帶魚與鹿角珊瑚、羊角珊瑚以及各式各樣的軟硬珊瑚保證讓您目不暇給。

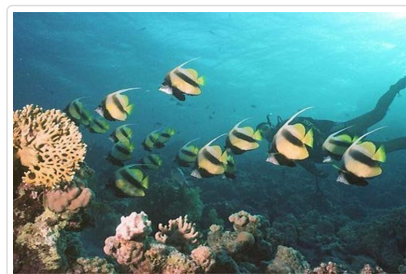
海星島、路尼島此處海底有大大小小的海星，不論是藍指海星或是紅角海星，保證你沒與這麼多的海星一起合影過，別忘了跟海星合照後要把他放回海裡找媽媽喔。

班丹島、可麗島沙灘上有許多椰子樹、吊床與涼亭，我們將在這美麗的沙灘旁享用中餐，這裡浮潛區的海水只到膝蓋，頭埋下去張開眼盡是色彩繽紛的熱帶魚、珊瑚、海星，只要準備一些土司麵包趴在水面上，海面下滿是各色的熱帶魚，偶爾還飄來水母或竄出礁岩蝦來，非常的有趣！

我們將在這配合著綻藍的天空、半透明的藍海、變化多端的白雲、高聳的椰子樹、悅耳的海濤聲、灑落的陽光島嶼上，享用海島特色餐，享受莫過於此。

★**夜遊紅樹林螢火蟲** - 紅樹林搭船參觀於樹上生活的螢火蟲，跟會飛的螢火蟲是不一樣的，她們是整群生活在樹上，船夫會用紅光照射附近區域此時螢火蟲對於紅光非常敏感以為是有人要攻擊他，會更用力的發光來嚇退敵人，是一個非常特殊自然的生態之旅。

夜遊螢火蟲屬於自然生態有可能因為氣候因素導致無法觀賞，若於行程出發前接獲通知當日因為氣候因素無螢火蟲可觀賞無法成行則每人退費披索1000元。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：海島燒烤BBQ 晚餐：中華料理海鮮餐或紅樹林餐廳(海鮮餐)

🏠 住宿 巴拉望瑪娜洛設計酒店 One Manalo Place Palawan或亞莉莎精品旅館AZIZA PARADISE或同級

飯店可以加價升等為公主港花園度假村Princesa Classic房型,每人加價4000元(第三、四晚)

飯店官網:<http://www.princesagardenisland.com/>

第05天

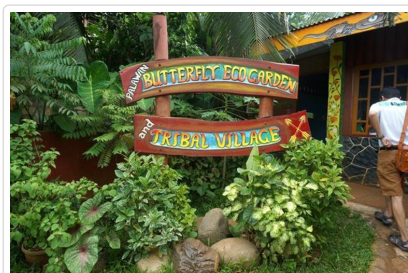
公主港 - 市區觀光(蝴蝶園+原住民表演、藍色大教堂、蜜杜拉之家+麵包山) - 公主港機場 / 桃園國際機場

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎**藍色教堂Immaculate Conception Church** 建立於1872年西班牙殖民時期的巴拉望藍色教堂，距今已超過一個世紀之長！尖角結構的建築外觀仍保存的十分完整，教堂內更展示著精緻的手工雕像與優雅繽紛的彩繪玻璃，是當地居民重要的精神寄託所。

★**蝴蝶園+原住民表演** 這裡雖名為蝴蝶園，但其實更像一個小型的生態園區，除了蝴蝶外，園內您可以看到目前全世界最大的啾形蟲，另外有最著名的毒蠍，您可以將牠捧在手掌心合影，運氣好的話，館內特有的菲律賓熊貓還會出來跟您打聲招呼唷！以及當地原住民為我們表演傳統的歌舞表演。

◎**蜜杜拉之家+麵包山**在此可以一覽無際整個本田灣Honda Bay的美景，後續也可以逛逛當地商店街，有著許多迪士尼般的白雪公主、小矮人以及瑪丹娜和童話故事雕像可旅客供拍照。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：麵包山菲式(2人)套餐 **📖 看菜單** 晚餐：機上套餐

🏠 住宿 甜蜜的家

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項，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。

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

● 東南亞旅遊

1. 東南亞地區對於毒品之持有及使用皆處以重刑。
2. 泰、新、馬等國汽車是左側通行，印尼則汽車靠右，行人靠左行，各地交通狀況不同，應注意安全。
3. 東南亞地區水上活動較多，應注意安全。
4. 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人

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

Have a nice trip 旅途愉快