



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： CHE231115D
行程名稱： 〈金攝中國〉江南醉美六大水鄉全覽6日
集合時間：
胸 牌：
領 隊：
送機人員： 邱文欽 先生(0913-573-056)

*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

〈金攝中國〉江南醉美六大水鄉全覽6日

* 行程特色

1. 大陸散客成團禁團令未開前，如有整團文化交流可參考此行程之內容及售價推薦。
2. 中華民國旅行業品質保障協會，自2012年舉辦【國際金旅獎】選拔以來，此行程規劃者（任職鳳凰旅遊二十餘載）所安排的大陸旅遊產品，榮獲13項大獎為全台之最：「2012張家界」、「2014麗江」、「2015江南」、「2016桂林」、「2017廣西」、「2018黃山」、「2018江南」、「2018麗江」、「2019張家界」、「2019貴州」、「2019江南」、「2023江南」、「2023江西」。

因為每一家公司，每年可參賽金質獎的名額有限制，故無法所有產品都參加選拔。因此**尚未標示得獎之產品**，亦有如**已得獎行程之創意精神及用心規劃，絕對值得您的信任。**

3. 《金攝鳳凰》行程是專為**喜好攝影**，或喜歡**深度慢遊**的貴賓所設計，行程安排偏重拍攝景點，而且單點停留時間較長，可以慢慢攝影及賞景。
4. 為讓賓士有較多的空間放置攝影器材，全程使用45座以上大巴。全程配送**一人一網卡**，**每天流量1GB**(臉書.LINE.台灣網站...可正常使用)。
5. 為維護旅遊品質，每團旅客人數保證不超過25人，以避免團員人數太多，走行程·用餐·購物...花過多的等待時間。
6. 車上提供礦泉水，每人一天2瓶。
7. 合計收費含司機·導遊·領隊及行李小費(恕床頭小費無法含)，並且當地**絕無隱藏額外自費行程**，真正輕鬆享受旅遊樂趣！領隊服務滿意百分百，不滿意領隊服務，領隊小費部分退還！
8. 全程無購物站、無自費活動、無車購。

註：年齡七十歲以上，此行程可享有門票優待，請於各景點配合出示台胞証，全程可退60人民幣，於當地現退。

註：團費報價以雙人房(2人一室)，歡迎您結伴參加。若單數報名，須補全程單人房差額，或由本公司協助安排同性團友共用一室，若能順利調整，則免收單人房差額。

第01天

桃園→上海浦東機場 (約140公里,1.5H)周庄《本行程所需腳力指數：★☆☆》

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早上搭機飛往 - 上海浦東機場。

中國第一水鄉 - ★【周庄】(含★小搖櫓船,在船上才能有不同拍攝角度)。「黃山集中國山川之美·周庄集中國水鄉之美」。2001年AP EC會議也特別青睞周庄，把她定為上海以外的舉辦地之一。周庄建鎮已有九百多年的歷史。自古為澤國，南北市河、後港河、油車漾河、中市河形成「井」字形，因河成街，傍水築屋，呈現一派古樸、明靜的幽雅，是江南典型的「小橋、流水、人家」。周庄的魅力在於她的文化蘊涵，沈廳、張廳、迷樓、葉楚傖故居、澄虛道院、全福寺等名勝古跡，具有很高的歷史、文化和觀賞價值。著名的有雙橋、富安橋等。全鎮橋街相連，依河築屋，小船輕搖，綠影婆娑，崇尚返樸歸真的遊人會情不自禁地吟誦：吳樹依依吳水流，吳中舟楫好夷游。

註：為深入感受水鄉之美麗及寧靜，也方便拍攝水鄉之晨景及夜景，安排住宿在水鄉內的民宿或客棧。除了鳥鎮之外，其他規模均較小，有可能整團客人會分2~3家民宿入住，民宿大床房居多，房型也可能不太一致。且民宿一般不提供早餐，導遊會安排客人到附近的茶館或者早餐館用早餐，體驗水鄉當地人早餐文化。敬請理解！



周庄



周庄



周庄

🍴 餐食 早餐：X 午餐：吾掌勺上海菜100 晚餐：萬三家宴100

🏠 住宿 周莊純鱸之思 或 拿鐵頑石藝術客棧 或 水木私人度假庭院或同級

第02天

周庄 (約22公里,30分鐘)甬直 (約27公里,40分鐘)同里

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

拍攝周庄晨景。

★【甬直】(含★小搖櫓船)，古鎮四周環水，澄湖、萬千湖、金雞湖、獨墅湖、陽澄湖環繞於鎮周，吳淞江、清水江、東塘江、南塘江、界浦江、大直江交錯境內。甬直古鎮中心為南市河、東市河、西市河三條主河道的交匯處，另外多條支河錯綜複雜，如密網般縱橫交錯，造就了甬直的河、橋、水巷豐富的獨特局面。甬直古鎮的街道分為兩類，沿河並行為街，河西、河北為上塘街，河南、河東為下塘街，多為商用房和居住地，一般街面寬2.5—5米。與河垂直為弄(巷)，一般寬約1—3米，最悠遠的巷子長達150米，里弄內的房屋有3進、5進、6進，最深的還有7進。也有僅容一人通過的備弄，是居住街坊之間的分隔。街巷都以石板或彈石鋪成，流水通暢，雨停路幹。兩旁或商鋪林立，或粉牆黛瓦。

★【同里】(含★小搖櫓船)，同里的歷史可追溯到距今五六千年前的“崧澤文化”和“良渚文化”。早在新石器時代即有先民在此刀耕火

種、生息繁衍。優越的自然條件，使這裡成為吳地最富庶的地方，故原名“富士”。鎮區內始建於明清兩代的花園、寺觀、宅第和名人故居眾多，“川”字形的15條小河把古鎮區分隔成七個小島，而49座古橋又將其連成一體，以“小橋、流水、人家”著稱。



角直



角直



同里

 **餐食** 早餐：水鄉早餐 午餐：中式合菜80 晚餐：中式合菜100

 **住宿** 同里花間堂 或 東第信庭客棧 或 古鎮簡園客棧或同級

第03天

同里 (約40公里,50分鐘)西塘

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

拍攝同里晨景。

★【西塘】(含★小搖櫓船)，被稱為「生活著的千年古鎮」，因為大多數的房屋都是住著居民的民居。西塘是古代吳越文化的發祥地之一。古鎮內多處種福堂、尊聞堂、薛宅等保存完好的明清建築群。西塘素以橋多、弄多、廊棚多而聞名，民風淳厚，檐聲悠揚。傍晚夕陽斜照，漁舟唱晚，燈火閃耀，酒香飄溢，整座水鄉古鎮似詩如畫。西塘地勢平坦，河流密佈，有9條河道在鎮區交匯，把鎮區分割成8個板塊，24座石橋將古鎮的五塊地區連接成一片，這些古橋大都為單孔石柱木梁橋，至今保護完整。宅弄是西塘的又一大特色，分為連通兩條平行街道的街弄、前通街後通河的水弄以及大宅內設在廳堂側面的陪弄，122條巷弄交橫縱錯，構建了古鎮的整體框架，並連接了新、老鎮區。2000多米的煙雨長廊是西塘建築最獨特的標誌，廊棚在沿河一側設有靠背長凳。



同里



西塘



西塘

 **餐食** 早餐：水鄉早餐 午餐：中式合菜80 晚餐：中式合菜100

 **住宿** 承尚世家 或 藝漫酒店或同級

第04天

西塘 (約65公里,1H)南潯

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

拍攝西塘晨景。

★【南潯】(含★小搖櫓船)，南潯古鎮素有“文化之邦”和“詩書之鄉”之稱，出現過許多著名人物，如民國奇人張靜江，“西冷印社”發起人之一張石銘，著名詩人、散文家徐遲等。南潯建鎮至今已有750多年歷史，歷史積澱濃郁，文化底蘊深厚。憑藉獨特的歷史地位和人文景觀，榮膺“中國十大魅力名鎮”、“中國歷史文化名鎮”等稱號。鎮內名勝古跡眾多，小蓮莊、嘉業堂、百間樓、張石銘故居等等。與自然風光和諧統一，既充滿著濃郁的歷史文化底蘊和靈氣，又洋溢著江南水鄉詩畫一般的神韻。





西塘



南潯



南潯

- 餐食** 早餐：水鄉早餐 午餐：中式合菜80 晚餐：中式合菜100
- 住宿** 南潯古鎮花跡美宿 或 潯書坊民宿 或 詩緣江南枕水民宿 或 藕舍民宿或同級

第05天

南潯 (約20公里,30分鐘)烏鎮

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

拍攝南潯晨景。

★【烏鎮西柵水鄉】，從大門碼頭搭乘渡輪進入景區(這一小段大擺渡船是免費的，一般團隊通常只搭這段)。烏鎮街道上民居以清代建築為主，保存完好。全鎮以河成街，橋街相連。各式民居、店鋪依河築屋，即有深宅大院、百年老屋，也有河埠廊坊，過街騎樓，是江南典型的「小橋、流水、人家」。烏鎮為千年文化名鎮，在歷史上小鎮曾出過64名進士、161名舉人。西柵的夜是超凡脫俗，是所有水鄉中，唯一有夜景的，鱗次櫛比的飛簷翹角被月光勾露出輪廓、大街小巷的石板路，在紅燈籠點綴之下，如入夢幻之境，令人陶醉。晚間特別安排搭乘★小搖櫓船夜遊烏鎮夜景。

註：烏鎮酒店房間皆無法加床，敬請理解。



南潯



烏鎮



小搖櫓船夜遊烏鎮夜景

- 餐食** 早餐：水鄉早餐 午餐：中式合菜80 晚餐：中式合菜100
- 住宿** 烏鎮堤上渡假酒店(指定高級房型)5星標準~2023全新開業

第06天

烏鎮 (約150公里,2H)上海浦東機場→桃園

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

拍攝烏鎮晨景。於景區午餐後，下午前往上海浦東機場搭機返台。



烏鎮



烏鎮



烏鎮

- 餐食** 早餐：飯店內 午餐：中式合菜80 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

● 大陸旅遊

1. 即使在炎熱的夏季出遊，凡前往海拔高地區，仍要多準備一件外套等保暖衣物，以備不時之需（如：九寨溝、黃龍、中甸香格里拉、麗江玉龍雪山、西藏..等）。
2. 一般而言，團體旅遊餐食安排，除了早餐在飯店內享用之外，都會盡量安排當地特色風味餐或是較適合台灣旅客口味的餐廳，雖同為中餐但各地區口味仍略有差異，雖然已跟當地協調，仍難免產生需

求上的落差，特別是內地城鎮地區，有些餐飲服務設施略顯不足，亦請旅客理解及包含。

- 3.響應環保愛地球，湖南地區飯店住宿現已不提供牙刷牙膏，請旅客前往該區旅遊需自備牙刷牙膏(參考行程：張家界)。
- 4.旅遊大陸期間，在言論上請避免涉及政治或言語上的攻擊。
- 5.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員以利作業(如不吃牛肉/全素/蛋奶素)。

■ 旅遊實用資訊

大陸旅遊

一、**電壓**：220伏特(Volt)，插座與台灣不同(電器充電請自行準備萬用插頭及變壓器)共有三種插座模式：三扁孔型(八字扁腳)、兩腳扁型、雙圓孔型

二、**時差**：無時差

三、**匯率**：

1. 1人民幣約=新台幣4.8元 (僅參考，請以當地銀行為準)
2. 目前台灣已有多家銀行開放人民幣兌換服務，機場的銀行櫃檯亦有提供兌換，非常方便。
3. 如在大陸當地兌換需準備美金以利兌換，一般當地機場或是飯店內均有提供兌換服務。

四、**如何撥打電話**：

1. 大陸國際冠碼00 / 國碼+86
2. 由大陸打電話回台灣：00(大陸國際冠碼)+886(台灣國碼)+區域碼(去0)+電話號碼
3. 由台灣打電話到大陸：002(台灣冠碼)+86(大陸國碼)+區域碼(去0)+電話號碼

五、**氣候**：

大陸地廣，各地氣候不盡相同，但一般而言，各地夏季仍為炎熱氣候、冬季則北方較南方寒冷。

沿海地區城市較為潮濕、西北地區氣候較為乾燥，西南地區多為高原氣候，終年氣溫偏低。

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

Have a nice trip 旅途愉快