



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： CHS150306
行程名稱： 金鳳凰-麗江.香格里拉深度六日(無購物.含三秀)*金質獎*
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

金鳳凰-麗江.香格里拉深度六日(無購物.含三秀)*金質獎*

* 行程特色

1. 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。
2. 桃園直飛麗江，美麗的麗江對我們來說，不再那麼遙遠了！
3. 中甸(香格里拉)住宿二晚，更深入了解香格里拉之美！
4. 麗江安排入住~
1 晚全球連鎖頂級渡假酒店 <悅榕庄>。您只要走出房門，即可欣賞到位於海拔五千六百公尺的玉龍雪山山頂，傳說中猶如~玉龍躺

在白雲中。

2晚五星**麗江皇冠假日大酒店**，酒店位於麗江古城南門旁，是古城區最佳的酒店！古色古香的納西風格建築，豪華且幽雅，擁有麗江唯一室內恆溫泳池。晚間您可以在麗江古城盡情地遊覽，盡興了！自己再返回酒店，輕鬆又方便！

5. 中甸住宿 5星**天界神川大酒店**(指定**商務標間**)，市場上較好的行程，中甸住宿天界神川也只安排較便宜的**藏式標間**。
6. 玉龍雪山安排 <大索道纜車(含氧氣瓶+租用雪衣)>，讓您親海拔4506公尺，臨終年積雪的玉龍雪山。
7. <**麗水金沙**>；以舞蹈詩畫的形式，薈萃了麗江奇山異水孕育的獨特的滇西北高原民族文化氣象、亙古絕麗的古納西王國的文化寶藏，擇取麗江各民族最具代表性的文化意象，全方位地展現了麗江獨特而博大的民族文化和民族精神。
8. 中甸最大型民俗歌舞詩畫~ <香格里拉>。
9. 全程無購物、無自費行程。
10. 餐標午餐:60RMB,晚餐:80RMB
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106人民幣，於當地現退。

~冬遊麗江最好~

『春賞花，夏戲水，秋爬山，冬季遊麗江』為什麼呢？

- 1.好天氣：麗江美麗又壯觀的玉龍雪山，一年當中，大概只有三分之一的時間，您可以看到雪山的真面目，有三分之二的時間都是雲層覆蓋。而可以看見雪山的這一百多天，大多是在冬季。因為冬季是麗江的旱季，水氣少，雲層自然就少，冬天的麗江經常是萬里無雲的湛藍色天空，所以您一定要注意防曬。
- 2.賞候鳥：每年冬天約有兩萬多隻候鳥會在拉市海過冬。
- 3.龍潭倒影十三峰：冬天在黑龍潭的水面上，倒影著美麗的玉龍雪山，『龍潭倒影十三峰』為麗江著名的美景。

第01天

桃園 / 麗江

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日搭機直飛 - 麗江；自古以來是絲綢之路和茶馬古道的中轉站，麗江有建於南宋的麗江古城，納西族名稱叫「鞏本知」，「鞏本」為倉廩，「知」即集市，麗江古城曾是倉廩集散之地。其中的麗江古城區是中國罕見的保存相當完好的少數民族古城，因為集中了納西文化的精華，並完整地保留了宋、元以來形成的歷史風貌，1997年12月4日被聯合國教科文組織列為世界文化遺產，也被國務院列為國家歷史文化名城。

今日行程：

★【黑龍潭】；又名玉泉公園，位於城北象山腳下，從古城四方街沿經緯縱橫的玉河溯流而上，約行一公里有一處晶瑩清澈的泉潭，即為中外聞名的黑龍潭。潭水從石縫間湧湧噴出，依山斜清泉匯成四萬平方米潭面。四周山青水秀，柳暗花明。依山傍水造型優美的古建築點綴其間。其流韻溢彩，常引人駐足留連。**麗江黑龍潭公園**俗稱龍王廟，位於**麗江**古城北端象山之麓黑龍潭內隨勢錯落的古建築有龍神祠、得月樓、鎖翠橋、玉皇閣和後來遷建於此的原明代芝山福國寺解脫林門樓、五鳳樓，原知府衙署的明代光碧樓及清代聽鸞樹、一文亭、文明坊等建築。

◎【**麗江古城**】“四方街”，又稱大研鎮，以其科學建築的佈局著稱於世；古城始建於宋末元初，以不築城牆馳名，是一座兼有水鄉之容、山城之貌、古樸如畫的古城，走訪以『小橋流水人家』為特色的四方街。

★【萬古樓】位於**麗江**縣城獅子山頂，樓共五層，斗拱重簷，用16根22米高的木柱貫通各層，總高度30多米，是中國木結構建築第一樓。登上萬古樓，可以將整個**麗江**壩盡收眼底，腳踏獅子山漫漫林海，北望玉龍十三峰，東俯**麗江**古城以及氣勢輝煌的仿故宮建築群—木府，風景實為壯觀。

晚間安排觀賞★<**麗水金沙**>。因為我們住宿的酒店鄰麗江古城，您可再前往麗江古麗，體驗夜古城的美麗。



🍴 餐食 早餐：X 午餐：金生麗水風味 晚餐：小南國風味

🏠 住宿 **麗江和府洲際度假酒店 5 星**

皇冠假日網路：大廳(無線，免費)房間(無線，免費)(有線，無)

今日行程：

★【**束河古鎮**】；一個古老寧靜的小鎮，又稱龍泉村。早在明代，這裡已經是滇西北的重要集鎮，南來北往的商人們在此交易。束河中心的集市廣場與麗江四方街非常類似，青石鋪就的街面，周圍店鋪順次排開，門口擺放著各種手工藝品。

★【**玉水寨**】；“山有多高，水有多高”，這是人們對玉水山寨的讚譽。景色恬靜優美，溯水尋源，就將人引到濃蔭深處，只見水源從蔭翳蔽日的兩株大樹底下冒出，樹是楓樹，都是千年古樹；山水相依，風景異常秀麗，納西先民就認為是一塊「風水寶地」，每有祭祀大典就到玉水寨舉行。

大導演張藝謀所精心策劃的露天大型巨秀~★<印象麗江>！

★【**玉龍雪山**】；搭乘★<大索道纜車(含氧氣瓶+租用雪衣)>直抵海拔4506米。索道全長2914米，垂直高差1150米。是中國海拔最高的旅遊客運索道。索道採用6人座豪華脫抱式全封閉吊箱，安全舒適。到上部站的白雪皚皚，中間運行時間為半小時。從山腳河谷到峰頂具備亞熱帶、溫帶到寒帶完整的垂直自然景觀，而你在極短時間裡旅遊體驗到。乘坐露天索道，你可盡覽雪山植物的垂直分佈情況，從海拔3000米的草甸出發，穿越高大挺撥的各種松林杉樹，隨索道上山，森林漸漸遠去，繼而灌木叢生，還有叢叢杜鵑林，到海拔4000米以上則只能見到附著在山岩上的苔蘚植物，最後就是茫茫白雪。

★【**拉市海**】(含遊船)，是雲南省第一個以“濕地”命名的自然保護區。“拉市”為古納西語譯名，“拉”為荒蕪，“市”為新，意為新的荒蕪。到上新世末至更新世初，這個准平原又分割成三個相對高差在100米至200米的高原山間盆地，即拉市壩、麗江壩、七河壩。拉市海是著名的候鳥聚集地，每年冬天約有兩萬多隻候鳥會在此處過冬。

註：

1.如遇麗江皇冠假日酒店滿房，改住麗江國際大酒店5星，則每人退房差4000新台幣(4000為2晚房差之總額)，改住鉑爾曼酒店5星，則每人退房差1000新台幣(1000為2晚房差之總額)

2.如遇風大，大索道關閉，改走雲山坪，每人現場退價差135人民幣



🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：紅魚宴 晚餐：麗江別苑

🏠 住宿 麗江和府洲際度假酒店5星

上午專車前往 - 中甸(香格里拉)

今日行程：

★【**普達措國家公園**】(含環保車)，是中國第一個國家公園，為世界自然遺產「三江併流」風景名勝區的重要組成部分，也是拉姆撒國際濕地的重要組成部分，風景絕美；公園的大門設在「香格里拉第一村」霞給村的村頭，由碧塔海與屬都湖生態旅遊區組成，園內有明鏡般的高山湖泊、水美草豐的牧場、百花盛開的濕地、茂密的原始森林，而「碧塔海」、「屬都湖」兩個美麗的淡水湖泊更素有「高原明珠」之稱。


★【屬都湖】

；湖水清澈，水底小魚悠遊，最獨特的是一種名為"裂腹魚"的珍稀魚類，這種魚腹部有一條細細的裂紋。湖四周是遮天蔽日的林木，湖畔還有個牛羊成群的牧場，充滿藏區的生活情趣。傳說："屬"藏語為奶酪，"都"意為石頭。傳說古代有一位高僧雲遊到此，牧民給他供奉奶酪，他見屬多崗湖牛場的奶酪很結實，如同石頭一樣，大喜，於是祈願道：願這裡的奶酪永遠如同石頭一樣的結實，屬都崗由此得名。

★【碧塔海】(含環保車)；意為櫟樹成氈的地方，位於香格里拉縣城以東35公里處。湖水常年澄澈碧綠，清麗不俗，湖中棲息有許多珍禽名魚，主要有國家一類保護動物黑頸鶴，還有被生物學家稱之為"碧塔重唇魚"的珍稀魚類。

◎【彌裡塘牧場】；佔地二百四十公頃的彌裡塘，在藏語解作細長眼狀草甸，整個區域因形似細長佛眼而得名。彌裡塘位於近3800公尺高處，是香格里拉著名的高山牧場，從觀景台遠望，遼闊草原上只見牛群寫意地吃草，氣氛一片閒適。



 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：雪山迎賓宴

 **住宿** 天界神川大酒店 5 星(歐式標間)

天界神川網路：大廳(無線，免費)房間(無線，無)(有線，免費)

第04天

中甸

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日行程

★【藍月山谷景區】(又稱石卡雪山景區)，搭乘★索道上山，索道全長4190米，是目前雲南最長的索道，索道將遊客從海拔3270米的納帕草甸送到海拔4000多米的山頂。景區彙集了雪山、峽谷、森林、湖泊、花海、草甸等香格里拉特色的自然景觀和生物及民俗宗教文化，綜合體現了雪域高原特有的自然美景和民族風情。很多美妙的民間傳說和動人故事，讓景區頗具《消失的地平線》一書中所描述的香格里拉神韻。

★【天生橋景區】；天生橋其巨崖高50多米、長500多米，狂放不羈的屬都崗河洞穿崖底而過，恰似一座天工神斧劈就的巨型石橋，這條河流咆哮奔流100多千米，在虎跳峽口匯入金沙江。天生橋溫泉位於中甸縣城東南十公里，呈東西流向的屬都崗河從此穿越地下溶洞，形成一座天然的石灰岩橋樑。橋高60多米，寬10米，長約200米，橋面平坦筆直，頗似人工造就。步臨橋上，奇中有險，兩邊峭壁如刀劈斧削。下至橋底，只見河水自南而北從洞中翻湧而出，洞中有一溫泉，從岩壁中噴湧而出，與河水混為一流，冷熱交替，霧氣漫漫。

晚間安排欣賞大型民俗歌舞詩畫★【香格里拉】；《香格里拉》中的所有演員，全部是土生土長的香格里拉人。他們在舞台上的舞動、雀躍、歌唱，其實就是在展示自己普普通通生活中的點點滴滴。《香格里拉》這台由「信仰」、「鄉情」、「家園」、「鼓魂」組成的四場歌舞詩畫，表現的是香格里拉人們生活畫面，是他們生活之美的濃縮與昇華。當你用眼睛和心靈認真地去感受和體味，會發現那些與你的生活不同的美～少數民族生活細節的美。



 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：藏式風味

 **住宿** 天界神川大酒店 5星(歐式標間)

第05天

中甸 - 虎跳峽 - 麗江

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日行程：

★【**噶丹松贊林寺**】(含電瓶車)·漢語稱"歸化寺"·是雲南省規模最大的藏傳佛教寺院·也是康區有名的大寺院之一。噶丹松贊林寺是一座古鎮規模的古堡群建築。該寺於公元1679年(藏歷第十一繞迴陰土羊年)興建·於公元1681年(陰鐵雞年)竣工。五世達賴喇嘛親賜名「噶丹松贊林」。被譽為「集藏族造型藝術之大成」的「藏族藝術博物館」。

★【**虎跳峽**】；分為上虎跳、中虎跳、下虎跳3段·共18處險灘。江面最窄處僅30餘公尺·江水被玉龍、哈巴兩大雪山所挾峙·海拔高差3900多公尺·峽谷之深·位居世界前列。遠眺【**長江第一灣**】·長江自青康藏高原奔騰而下·流經石鼓鎮後轉彎朝北而去·就形成了著名的長江第一灣。

輕鬆入住~麗江悅榕庄。



 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：中華料理 晚餐：天雨上院火塘雞風味


 **住宿** 麗江悅榕庄花園套房

第06天

麗江 / 台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

上午前往機場搭機返回桃園。

 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：X 晚餐：X

■ 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。

1. 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

● 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，都會盡可能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