



Tour Member Handbook

旅客手冊



團 號： CHW240524

行程名稱： 《天路格桑花專列》敦煌、拉薩、日喀則、珠峰大本營青藏鐵路專列
14日遊

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

《天路格桑花專列》敦煌、拉薩、日喀則、珠峰大本營青藏鐵路專列14日遊

* 行程特色

★行程特色

搭乘天路格桑花豪華專列~

選乘中國普速列車巔峰之作，由高原特供25T軟臥組成高端專列！

全車設彌散式和分布式兩套供氧系統，全車僅56節包廂，服務人員比例1:2，旅行管家和醫生全程隨車

- 專列總體數據：全列車廂編組：7節軟臥車 + 3節餐車 + 工作車
- 全列包廂數：56個 / 標準載客112-224位
- 貴賓備品：定製款洗漱包
- 包廂內設施：床鋪(190cm×80cm)中國大陸標準插座、閱讀燈、廣播音量調節應急供氧





★享受五大特色心靈之旅★

★精選住宿★

西寧昆侖希爾頓歡朋酒店

希爾頓歡朋是希爾頓旗下的中高端酒店品牌，1984年，全球首家希爾頓歡朋酒店在美國孟斐斯市開業，2014年，希爾頓歡朋進入中國，除了使歡朋品牌在全球大獲成功的許多特色服務——包括免費健康熱早餐、免費高速WiFi、清爽睡床以及酒店成員提供的“友善、可靠、關懷、周全”的服務以外，值得賓客期待的還有中國本地化特色的設施與服務。

敦煌天河大飯店

敦煌天河大酒店毗鄰鳴沙山月牙泉景區，酒店是敦煌市天河實業有限責任公司按星級標準投資興建的園林式度假酒店，占地約138畝，總建築面積80000平方米。總投資5億元。酒店為漢唐風格，並融入了敦煌文化的元素與符號，整體設計恢弘大氣，簡約高端，並以優雅的環境、便捷的交通、先進的設施、完善的功能、優質的服務成為敦煌旅游名城的一張亮麗名片。

拉薩聖地天堂洲際大飯店★★★★

拉薩聖地天堂洲際大飯店位於拉薩城關區江蘇大道，近拉薩市政府，臨近拉薩河，距離拉薩萬達廣場2公里，距離布達拉宮7公里，距離市中心約15分鐘車程。這裡完美融入聖潔的雪域高原美景，精彩演繹藏地的別樣風情。飯店的設計極富張力，獨特的建築風格使之成為拉薩的新地標，總建築面積約22萬平方米，也彰顯出飯店的不凡品位。客房豪華舒適、寬敞明亮，設施設備俱全，更有高品質的大床，在房內便可盡覽拉薩高原河谷的優美風光。

國際★★★★日喀則希爾頓酒店

日喀則希爾頓酒店是希爾頓酒店及度假村品牌在西藏日喀則地區的首家酒店。酒店擁有301間舒適客房，客房設計以周邊山巒起伏的自然風景為靈感依託，採用天然木材和現代風格的色調營造出舒適的溫馨感。定制的藏式傢俱及裝飾、高速無線上網服務、寬敞的獨立淋浴間及瑰珀翠品牌洗護備品等，使賓客擁有身心愉悅的休憩時光。同時，為了緩解賓客在高原地區產生的缺氧不適等情況，酒店在客房備有彌散式和鼻吸式供氧設施，幫助客人更好地適應當地環境，享安全舒心假期。

國際★★★★拉薩香格里拉酒店

飯店地處城市中心，距離舉世聞名的布達拉宮步行約8分鐘路程，毗鄰夏宮羅布林卡及西藏博物館等。

飯店為藏式風格建築，擁有多種現代化的客房，以及尊崇的豪華閣和私人貴賓廊。房間敞亮，面積均在43平方米以上，讓您尊享奢華體驗。

★精選餐食★

- 敦煌大漠野奢晚宴400R
- 安排入住拉薩洲際、香格里拉、日喀則希爾頓酒店自助餐讓您奢華禮遇尊爵享受！
- 精心安排當地好評的特色餐廳及西藏特色風味，餐標80-400R。

第01天

桃園/廣州【珠江夜景】CZ 3098 14:50 / 16:55

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日集合於桃園國際機場，搭乘直航豪華客機飛往中國廣東省省會-廣州。

晚餐後安排欣賞【**珠江夜景**】珠江包括了東江、西江和北江等支流，匯合至廣州河段。夜幕降臨時，兩岸璀璨的燈光映照在江面上，流光溢彩隨著江面一起蕩漾，景色十分迷人。乘船沿江行駛，可以觀賞到珠江丹心、廣州塔等著名景點，還有南方大廈、愛群大廈、廣州賓館、華廈大酒店、江灣大酒店、二沙海珠廣場花園、沙面洋房建築等多個文化歷史景點，廣州的都市美景盡收眼底，結束後入住酒店休息。

午餐：機上套餐 晚餐：當地風味餐R80

住宿：廣州美居酒店或美豪麗緻酒店或同級

第02天

廣州/西寧 CZ 6393 10:35/15:35

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

享用酒店早餐後，安排專車前往廣州白雲機場，搭乘國內線豪華客機飛往-西寧

【西寧】西寧是青海省的省會，也是很多遊客進入青藏高原的第一站。這座高原城市包容了各種文化。市區的東關清真寺體現了穆斯林們的信仰；郊外的塔爾寺，是藏傳佛教重要的寺院。

早餐：酒店內 午餐：機上套餐 晚餐：酒店內R200

住宿：希爾頓歡朋酒店或藍海樂華大飯店或同級

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第03天

西寧【含電瓶車+專業講解員貴德阿什貢國家地質公園】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

西寧19:30登車 ~天路格桑花專列20:00發車

【塔爾寺】藏族是青海的主體民族，藏傳佛教文化是這一地域主要的文化特徵，而青海藏傳佛教的主要載體便是塔爾寺。透過塔爾寺走進藏民族的精神世界，探尋藏民族在人與人，人與自然，人與神方面的觀念。寺廟是由漢藏風格相結合的古建築群組成，富麗雄偉，金碧輝煌。寺中栩栩如生的酥油花，絢麗多彩的壁畫和色彩絢爛的堆繡，被譽為藝術三絕。

【貴德國家地質公園】貴德國家地質公園是以自然地貌景觀和地質遺蹟為主要特徵，輔以多樣生態景觀和豐富人文景觀的一個綜合性地質公園。公園內阿什貢七彩峰叢地貌多姿多彩，秀麗壯美，如花似錦氣勢磅礴。阿什貢七彩峰叢景區作為貴德國家地質公園的核心景區，景區以“七彩峰叢、軒轅后土”為主題，由13個以“土”為核心的主題廣場和七條色彩不同造型各異的丹霞峽谷組成。

溫馨提醒：

◎中國現在所有的火車票都是採實名制，所以火車訂票只能依規定上網登記或現場憑有效證件購票，且若因政府臨時徵收，所以出發前無法保證能否100%取得軟臥與確定搭乘哪一個車次，如果真的有少數無法取得軟臥車票，將會以硬臥優先替代，屆時也將退還搭硬臥的每位旅客價差的費用，同團的貴賓也有可能分成2個不同的車次客人無法指定哪，請各位貴賓多多理解及包涵。

◎火車上不能攜帶水果刀、打火機，上車前請丟棄。車內不能吸菸。因車廂空間有限，大型行李挪動或打開不易，所以請先準備好這兩天的盥洗用品，和火車上需要的用品(點心、行動電源、衣物等)，大型行李則放在車廂內。

早餐：酒店用 午餐：張氏食府蟲草老鴨湯R80 晚餐：晚餐:聖瀾澤青海老八盤R100

住宿：天路格桑花豪華專列

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第04天

09:00 抵達青海【大柴旦翡翠湖、察爾汗鹽湖(含小火車)(台灣一般行程無法前往,專列特許進入參觀)】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【大柴旦翡翠湖】大柴旦翡翠湖位於青海省西北部，柴達木盆地北緣，海西蒙古族藏族自治州大柴旦鎮境內，是獨特的鹽湖風貌。其面積約為6平方公里，由大小不等、形態迥異、深淺不一的鹽池組成。因湖水顏色如翡翠般美麗所以被稱為「翡翠湖」。大柴旦翡翠湖屬硫酸鎂亞型鹽湖，原是化工廠鹽湖採礦隊的採礦區，是海西州第三大人工湖。由於湖水含鹽量高，四季不凍。湖內富含不同濃度的鉀、鎂、鋰等多種元素，所以呈現出不同的顏色。翡翠湖內層呈碧藍色，外層呈奶藍色，右邊呈現出橄欖綠色，五彩斑斕。

【察爾汗鹽湖(含小火車)】是中國青海省西部的一個鹽湖，位於柴達木盆地南部，地跨格爾木市和都蘭縣，由達布遜湖以及南霍布遜、北霍布遜、澀蟲等鹽池匯聚而成，總面積5856平方公里，格爾木河、柴達木河等多條內流河注入該湖。由於水分不斷蒸發，鹽湖上形成堅硬的鹽蓋，青藏鐵路和青藏公路直接修建於鹽蓋之上，察爾汗鹽湖蘊藏有豐富的氯化鈉、氯化鉀、氯化鎂等無機鹽，總儲量達20多億噸，為中國礦業基地之一。

早餐：豪華專列 午餐：當地風味餐R80 晚餐：戈壁風味餐R100

住宿：天路格桑花豪華專列

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第05天

08:00 抵達敦煌~飛天迎賓儀式-【陽關遺址(含電瓶車)、鳴沙山月牙泉(含騎駱駝進+電瓶車出+防沙鞋套+滑沙一次)、樂動敦煌】-沙洲夜市

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【陽關遺址】 位於中國西北的甘肅省境內，離古代中國最西端的行政中心敦煌市西南約60千米。陽關始建於漢武帝時期，公元前120年左右加固，用作邊防前哨，為古代絲綢之路的重要關卡，是古代陸路交通的咽喉之地，把守著通往西域的南路。因其處於玉門關之南，而稱之為陽關；而陽關及玉門關亦合稱「二關」，是古中國最重要的兩個西關。然而，陽關的堡壘在公元900年左右被毀。現時，漢、晉時期的陽關遺址已被列為甘肅省文物保護單位。

【鳴沙山】 鳴沙山像一條巨龍，橫臥在敦煌城南。山體由流沙堆積而成。它像金子一樣燦黃，綢緞一樣柔軟，少女一樣嫵靜，鳳凰一樣美麗！如果你掬沙細看，就會發現山上的沙粒有紅、黃、綠、白、黑五種顏色，稱之為“五色沙”。晶瑩閃亮，五彩繽紛，是鳴沙“三寶”之一。鳴沙山古稱沙角山、神沙山。清代將“沙嶺晴鳴”列為敦煌八景之一。

【月牙泉】 月牙泉為古今奇觀，飛沙灘涇月牙泉，歷來水火不能相容，沙漠清泉難以共存。但在鳴沙山中，卻能看到沙漠與清泉相伴為鄰的奇景，這就是天下沙漠第一泉—月牙泉。月牙泉內游魚成群，岸邊綠草如茵。據傳魚稱“鐵背魚”，能醫治疑難雜病；草稱“七星草”，有催生壯陽作用。據說，吃了魚和草，可以長生不老。因之，月牙泉又稱為“藥泉”。

※鳴沙山、月牙泉景點特色

★這裡沙山與泉水共處，歷來以「沙漠奇觀」著稱於世，是敦煌的重要景點之一。

★鳴沙山、看沙海和日落，感受西北大漠的蒼涼廣闊。

※精心的安排騎乘駱駝(約40分鐘)欣賞沿途沙漠風光，感受在台灣無法看到的那一望無際的大沙丘及沙山，身處沙漠，令人震撼。

【樂動敦煌】 是由甘肅省委宣傳部策劃，甘肅演藝集團總監制、出品的全球首部洞窟式沉浸體驗劇。作品溯源敦煌文化，借助對莫高窟壁畫、藏經洞古籍的深度解讀梳理，活化敦煌古樂器、古樂譜研發成果，採用全息投影、3D威亞等高科技手段，以全沉浸式的呈現方式，演繹了西域少年白氏追尋藝術的動人故事。劇中運用了五弦琵琶、排簫、蓮花阮等民族樂器及敦煌復原樂器音色，演繹了胡旋舞、腰鼓與琵琶舞、迦陵頻伽舞等多種敦煌舞蹈，配合取材自敦煌古樂譜和西域曲調的劇目樂曲，還原了敦煌壁畫中的樂舞盛景，全面展現了敦煌傳承千年的古樂文化魅力，帶給觀眾一場全方位的視聽盛宴。

【沙洲夜市】 位於敦煌市中心，大而熱鬧，夜市里以販賣工藝品，小紀念品為主，道地的美食是輔助。一到晚上，用人潮擁擠形容都不誇張。明信片、圖書、考古玩物應有盡有。遊人們享受著發掘和砍價的樂趣。夜市兩端是依次排開的小食攤，烤肉、烤魚、炒麵、啤酒、杏皮水。到敦煌旅遊有時間一定要逛逛沙洲夜市。

早餐：當地餐廳R25 午餐：大漠風沙灘R80 晚餐：大漠野奢晚宴R400

住宿：敦煌天河大酒店或華夏國際大酒店或同級

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第06天

【莫高窟數字展示中心《千年莫高+夢幻佛宮》+8個實體洞窟(含環保接駁車)】16:30 發車前往西藏

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★莫高窟是中國、希臘、伊斯蘭、印度四大文化唯一的交匯點。

★延續歷史最悠久、規模最宏大的佛教藝術寶庫，以精美的壁畫和塑像聞名於世。

★瞻仰高達九層的泥胎彌勒菩薩，欣賞壁畫中飛天菩薩「反彈琵琶」的優美舞姿

【莫高窟】 位於敦煌市區的東南側。石窟始建於東晉十六國時期，石窟開鑿歷經了千年，直到元朝結束。擁有大量的壁畫、石窟、文物等，是全世界聞名的佛教藝術勝地。在這裡可以欣賞到規模浩大內容豐富的石窟和壁畫藝術，還能通過講解和電影展示瞭解到佛教在敦煌上千年的發展歷史，是遊客遊玩敦煌的首選之地。現在的莫高窟景區由莫高窟數字展示中心和莫高窟石窟兩部分組成，去莫高窟石窟前，需要先前往莫高窟數字展示中心（不能直接去石窟，否則會無法進入），觀看兩場關於莫高窟的電影，每場20分鐘。一場《千年莫高》為莫高窟的歷史文化介紹，幫助遊客對莫高窟有更深的瞭解。另外一場《夢幻佛宮》是球幕電影，展示現在不開放的很多石窟，非常精彩。觀看完電影之後會乘坐景區接駁車前往石窟，景區提供解說員，在解說員的帶領下分批進入景區，參觀一個個石窟，一般每次只能參觀8-10個窟，參觀時間約1小時左右。莫高窟以壁畫和塑像而聞名，非常精彩。環顧莫高窟各中洞窟內，到處都畫著佛像、飛天、伎樂、仙女等，有高達九層樓的坐像，也有十幾釐米的小菩薩，數量眾多，形態各異，可以在解說員的帶領下一一瞭解。

■【特別提示】

1. 去之前，建議先行看一下莫高窟的書籍，或者上網瞭解一下，才能明白石窟雕像和壁畫的玄妙。
2. 莫高窟裡禁止自行使用手電筒照明，就連手機閃光燈也不能開，講解員所用的手電筒是特製的冷光燈，不然會對壁畫有影響。為了保護文物，請不要偷偷拍照！相機閃光燈會對壁畫有非常大的破壞。
3. 莫高窟景區內食物和飲用水等物價很高，建議自備。

早餐：酒店內 午餐：當地風味餐R80 晚餐：豪華專列

住宿：天路格桑花豪華專列

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第07天

青藏鐵路【青藏鐵路風光~欣賞沿途風光】/ 拉薩專列~17:00 抵達拉薩

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

※ 途經-三江源頭沱沱河、可可西里。

※ 下車參觀:世界最高海拔車站:唐古拉站。

※ 下車參觀:世界最高海拔淡水湖車站:措那湖站

青藏專列【(海拔3800米)，沿途欣賞高原獨特風光。青藏鐵路的建設，從勘测設計到開工建設，前後經歷了半個世紀，是世界上海拔最高、線路最長的高原鐵路。這條處在『世界屋脊~青藏高原』上的青藏鐵路沿線地質情況十分複雜，海拔4000多米以上路段共佔960千米，常年連續凍土的地段長約550千米，其最高點位於海拔5072米。

【沿途停靠站與特色景觀】

【可可西里】 最佳景觀——可可西里、清水河特大橋、藏羚羊。全長11.7公里的清水河特大橋，楚瑪爾河寬闊的河谷盆地，就是著名的可可西里自然保護區。幸運的話你可以遇見正牽徙的藏羚羊、野驢等的動物足跡。

【長江源沱沱河站】 發源於唐古喇山脈主峰的【沱沱河】，它是奔騰長江的古老正源。

【藏北草原安多站】 最佳景觀：【藏北草原】、錯那湖、藏野驢，以唐古喇山為界，青藏高原形成了兩個截然不同的生態系統：唐古喇山以北，寒冷、氣候變化頻繁，主要是戈壁荒漠和高寒草原；唐古喇山以南是一派“風吹草低見牛羊”的景象。

【措拉湖】 海拔4650公尺的高原淡水湖，緊鄰青藏鐵路邊，美景清晰，湖水碧藍清澈，如一面寶鏡呈現在眼前，景色如畫。水鳥在湖中嬉戲，牛羊群在湖邊優閒吃草，在無垠的草原與蔚藍天際的襯托下，顯得分外美麗。

【當雄站】最佳景觀【念青唐古喇山】是藏北、藏南的分水嶺之一，也是藏北草原內流區與印度洋水系的分水嶺之一。

【拉薩車站】 抵達寬敞壯觀充滿藏族風格的拉薩火車站。

早餐：豪華專列

午餐：豪華專列

晚餐：當地風味餐R100

住宿：5星級洲際天堂大酒店或同級

 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第08天

拉薩【布達拉宮、大昭寺、八廓街】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【世界文化遺產-布達拉宮】 座落在拉薩市區西北的瑪布日紅山山上，是一座規模宏大的宮堡式建築群。始建於西元7世紀，藏王松贊幹布為遠嫁西藏的唐朝文成公主而建。宮體主樓13層，高115公尺，999間房屋，全部為石木結構，5座宮頂覆蓋金銅瓦，金光燦爛，氣勢雄偉，是藏族古建築藝術的精華，被譽為高原聖殿。布達拉宮是歷世達賴喇嘛的冬宮，也是過去西藏地方統治者政教合一的統治中心，它分為紅宮和白宮兩部分，紅宮主體建築是靈塔殿和各類佛堂，也是舉行佛事活動的場所；白宮是歷代達賴喇嘛起居及處理行政事務的場所。

【世界文化遺產-大昭寺】 又名“祖拉康”，藏語譯為經堂。是西藏最古老的神廟，始建於七世紀，距今已有1350年歷史，是西藏最神聖的殿宇之一，主供文成公主自大唐迎來的釋迦牟尼12歲等身金身佛像，莊嚴無比，是所有藏人心靈中最神聖之處，是西藏最神聖的佛教聖殿與信仰中心，每年都有成千上萬的教徒從千里之外的家鄉三步一叩首地走到拉薩大昭寺來朝拜，隨處可見五體投地的虔誠藏人頂禮膜拜。根據記載歷代達賴喇嘛、班禪喇嘛的轉世靈童均在此金瓶執簽。

【八廓街】 又稱八角街，在拉薩舊城區，圍繞大昭寺而建，是一整片舊式的、有著濃鬱藏族生活氣息的街區，由手工打磨的石塊鋪成的街道雖不很寬，卻是拉薩每天客流量最大的地方。最初它只是一條環繞大昭寺的普通街道，後來成為朝聖者的轉經路，如今這裡已成為西藏最著名的轉經道與旅行商業中心。

這裡店鋪林立，流動的貨攤超過千家，臨街的房子幾乎都是商店，經營大小各異的轉經筒、藏袍、藏刀、生動拙樸的宗教器具等各式用品，還有從印度和尼泊爾遠道而來的各種商品，是您不可錯過的尋寶勝地。

早餐：酒店內

午餐：當地風味餐R80

晚餐：當地風味餐R80

住宿：5星級洲際天堂大酒店或同級

※溫馨提醒：

◎布達拉宮因每年入內參觀的人次太多，因此需由西藏旅遊局統一調配，於前一天才知，且每個團體只能參觀一小時，故行程順序會有前後調整。布達拉宮有限制參觀時間（需旅客配合），參觀時需查驗臺胞證。

◎布達拉宮參觀需要遵循所有藏傳佛教的禁忌：進大殿後不能戴帽和墨鏡，尤其不能穿裙子，穿裙子的遊客會被要求換上褲裝方可入內。大殿內不能拍照，也不能用腳踩踏門檻。

◎進大昭寺參觀，一定要按照藏傳佛教習慣順時針前進。藏傳佛教寺廟裡大都不允許拍照，或拍照需要收費。可問導遊或領隊是否拍照。

◎在八廓街也要朝順時鐘方向行走前進。八廓街上有很多五體投地磕長頭的朝拜者，所以要小心走路。不要踩到他們了。

◎在八廓街淘小玩意，是每個去西藏的遊客必做的事情，不論貴還是便宜，都能買到富有藏式風格的物品。但請注意小販如兜售，無意購買請直接拒絕，儘量不要詢價、不要搭理。八廓街商家所說真的綠松石、瑪瑙、紅珊瑚，千萬別當真，別被商家忽悠得天花亂墜。就

當假的，報出你理想的價格，如果能買商家會挽留你。如果沒有挽留你，就說明已經到了他的低價。此外法器別亂買。

※溫馨提醒：

- ◎從您踏上高原土地的那一刻起，切記【慢、慢、慢】，慢慢走路、慢慢說話、慢慢沉思。
- 如果您有輕微頭痛、頭暈、嘔吐等狀況，都屬於正常現象，通常第二天會慢慢好轉。
- 如果症狀嚴重者，請即時通知導遊或是領隊人員。
- 同時請隨身攜帶個人藥品和抗高原反應的藥物。
- ◎從今天開始請隨身攜帶<保溫壺>以便隨時可以盛裝熱水。
- ◎記得今日洗澡不要洗頭喔！此日早早休息,養精蓄銳!迎接後面更精彩的心靈之旅~
- ◎今天開始進入藏區，請尊重當地宗教信仰、風俗民情。勿以城市人的標準和心態來衡量當地條件和文化。正因為當地人的質樸，才能保有當地純淨的淨土和文化。
- ◎此旅遊地區屬高原地區特殊路線，車程及住宿條件較一般沿海旅遊路線辛苦，全程上的住宿、用餐、車況比不上您過去旅遊地區像是沿海及華中一帶的條件，但是我們皆是在行程當中盡量為您安排最好的，讓您擁有一個美好的旅程。

 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第09天	拉薩【羊卓雍措、卡若拉冰川、白居寺遠眺宗山古】-日喀則
------	-----------------------------

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【羊卓雍措】 湖水隨光線變幻，演化成千變萬化的藍色。與瑪旁雍措、納木措並稱西藏三大神湖。在藏人心中被看做是“神女散落的綠松石耳墜”。在崗巴拉山口可以俯瞰羊卓雍措，不同時刻照射，會顯現出不同層次，極其豐富的藍色。水源來自四周念青唐古喇山脈的雪水，湖水隨光線變幻，演化成千變萬化的藍色。

【卡若拉冰川】 卡若拉冰川是西藏三大大陸型冰川之一，為年楚河東部源頭。電影《紅河谷》、《江孜之戰》、《雲水謠》曾在此拍攝外景。途經西藏四大雪山之一的乃金崗桑。像一個靜靜梳妝的美人，卡若拉在群山之中脈脈遠眺。據悉，在整個西藏離公路最近的就是卡若拉冰川，離公路只有大約三百多米。

【白居寺(下車參觀)】 白居寺始建於十五世紀初，是藏傳佛教的薩迦派、噶當派、格魯派3大教派共存的一座寺廟。藏語簡稱“班廓德慶”，意為“吉祥輪大樂寺”。三面環山四面環水的白居寺，無論是文化底蘊還是建築風格都值得親臨一睹風貌。整個建築群zui聞名的是吉祥多門塔也稱為白居塔，重疊九層之高的塔身內典藏有十萬餘尊佛像，建築風格使人連連驚歎的同時，傳承的文化淵源流傳。

【遠眺宗山古堡】 矗立於山巒之上的古堡遠眺美輪美奐，這裏也是《紅河谷》故事原型發生地，在歷史的長河中英雄的血液在此侵染，使得這座宮殿更加的肅穆莊嚴。同時也可以從這裏遠眺白居寺全貌。

早餐：酒店內 午餐: 中式合菜餐廳80R 晚餐：當地風味餐R100
住宿: 5星級日喀則希爾頓大酒店 或同級

 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第10天	日喀則-【拉孜G318國道5000KM紀念碑、薩迦寺】-定日縣
------	---------------------------------

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【318國道5000KM紀念碑】 駛過開滿油菜花和蕎麥花的寬闊河谷，沿著318國道〔G318〕前往薩迦，行駛沒多久，看到公路右側有一個小廣場，廣場上立著一個紀念碑，上面刻著『5,000KM西藏拉孜 ← 318國道 → 上海人民廣場，上海第三批援藏拉孜小組，2003年10月建』，已經來到了著名的318國道上的5,000公里處。上海援藏人員在5,000公里里程碑旁修建的這個紀念碑，恐怕是全國唯一的公路里程紀念碑。

【薩迦寺】 被譽為「第二個敦煌」。薩迦寺分南北兩寺，北寺已毀滅破壞，現存薩迦南寺，始建於1268年。寺內珍藏著大量具有歷史和藝術價值的文物，有元代的封誥、印璽、冠戴、服飾，以及宋、元時期的佛像、法器、瓷器；其中以薩迦法王像和曼陀羅最有特色。

早餐：酒店內 午餐: 中式合菜餐廳80R 晚餐：中式合菜餐廳R100
住宿: 平措康桑珠峰大本營富氧飯店或同級

 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第11天

定日縣【加烏拉山口、珠峰108拐、珠峰大本營、絨布寺】-日喀則

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日進入世界上海拔最高的珠峰自然保護區，沿途停駐在【加烏拉山口】，若運氣好的話可在山口同時觀賞日照金山美景：陽光照射在珠峰、洛子峰、馬卡魯峰、卓奧友峰和西夏那馬峰等五座八千公尺以上的山峰，遠眺「珠穆朗瑪峰」雄姿。之後須先經過白壩邊防檢查站。經過翻山越嶺終於抵達絨布寺。

【珠穆朗瑪峰大本營】這是人類極限的挑戰區域，也是大家讚賞的境地，真正的地球第三極地。在這裏您可以近距離面對面的一睹世界第一高峰——珠穆朗瑪峰的雄姿，感受大自然的壯麗，有幸還可以看到有如生命之火般飄蕩的珠峰峰頂的旗雲。站在大本營飄揚的經幡旁，與珠穆朗瑪峰相望，超越了文字所能形容的範疇，只能親身領悟。

【絨布寺】世界上海拔最高的寺廟，位於珠峰腳下絨布冰川的末端，海拔5150米，屬藏傳佛教寧瑪派寺廟，是少見的僧尼混居的寺廟。整個寺廟依山而建，共有5層，現在仍在使用的只有兩層。寺廟分新舊兩處，舊寺靠近珠峰，寺有蓮花生大士當年靜修的修行洞，以及印有蓮花生大士手足印的石頭和佛塔。因距珠峰頂20多公里，在這裡您可以一睹世界第一高峰—珠穆朗瑪峰的雄姿，感受大自然的壯麗，有幸還可以看到有如生命之火般飄蕩的珠峰峰頂的旗雲。

早餐：酒店內

午餐：中式合菜餐廳80R

晚餐：酒店內 R250

住宿：住宿：5星級日喀則希爾頓大酒店

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第12天

日喀則【扎什倫布寺】-搭乘《拉日鐵路》~拉薩【色拉寺辯經】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【扎什倫布寺】參觀班禪大師的靈魂安息地—黃教六大寺之一。扎什倫布寺藏語意為「吉祥須彌山寺」，是後藏最大的一座格魯派寺廟。西元7世紀，松贊幹布統一西藏後，以崗巴拉山為界，將所轄地區劃分為「衛」和「藏」兩部分，山以東為衛區，也稱為「烏思」或前藏；山的西面稱藏區，也稱後藏。扎什倫布寺位於後藏首府日喀則城西的尼瑪山麓，全寺有牆垣圍繞，周長達3000多米，由佛殿、經堂、祀殿等組成的主建築群，聳樓疊閣，朱壁金頂；其前方的僧舍，多是二層或三層的平頂樓房，形同藏式民居，也是歷代班禪的駐錫地；黃教掌握西藏政權後，它的歷史地位僅次於布達拉宮。大彌勒殿內供奉九世班禪主持鑄造的鍍金青銅彌勒坐像，是世界上最大的銅佛坐像；並朝拜十世班禪的靈塔殿，這座靈塔內存放著圓寂於1989年的十世班禪大師的遺體，寺內還藏有許多珍貴文物，都是研究西藏各個歷史時期政教和社會發展的無價之寶。

【色拉寺辯經】絕對是非常有特色的。辯經，是一種佛學知識的討論，也可以說是喇嘛們的一種學習方式。色拉寺的僧人們每天有一次辯經活動。這是一種富於挑戰性的辯論，雙方唇槍舌劍，言詞激烈，辯論者往往借助於各種手勢來增強辯論的力度，他們或擊掌催促對方儘快回答問題，或拉動佛珠表示借助佛的力量來戰勝對方。辯論場上的熱烈氣氛使遊人也深受感染。

早餐：酒店內

午餐：中式合菜餐廳80

晚餐：酒店內R210

住宿：5星級香格里拉大酒店或同級

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

第13天

拉薩【西藏博物館、扎基寺】/ 廣州 CZ 3464 14:55/20:35

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【西藏博物館】坐落於拉薩市羅布林卡東南角，是西藏第一座具有現代化功能的博物館。1994年7月列入西藏自治區成立30周年大慶援藏62項工程之一，於1999年10月中華人民共和國成立50周年和西藏民主改革40周年之際落成開館。博物館占地面積53959平方米，總建築面積23508平方米，展廳面積10451平方米。館區中軸線上依次坐落著序言廳、主展館和文物庫房。西藏博物館具有鮮明的藏族傳統建築藝術特點，同時又深刻體現了現代建築的實用特點和藝術神韻。

【扎基寺】是全西藏唯一的一座財神廟，寺廟雖小但香火十分鼎盛。據當地藏族同胞所稱，扎基寺供奉的是財神而且特別靈驗。但實際上這個寺廟最開始不是因求財香火才旺的。據說最初這個寺廟是專門為外來人求平安而設，但外來人中大多又是生意人，在扎基寺敬神後特別靈驗。

早餐：酒店內

午餐：當地風味餐80

晚餐：機上套餐

住宿：廣州美居酒店或美豪麗緻城店或同級

🍴 餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

享用酒店早餐後，專車前往白雲國際機場，搭乘直航豪華客機返回桃園國際機場，結束此行天路格桑花 雪域之傲-敦煌、拉薩、日喀則、珠峰專列14日遊的行程。

期待下次再相會~~

早餐：酒店內

午餐：機上套餐

晚餐：溫暖的家

住宿：溫暖的家

※為保持行程上的順暢及完成性，以上表定行程順序將依現場狀況臨時調整。

※本行程之各項內容及價格因季節、氣候等其他因素而有所變動，請依出發前說明會資料為主，不另行通知。



餐食 早餐：X 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証明，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

● 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、中旬香格里拉、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		
☐ 護照 (出國日起六個月以上效期)	☐ 簽證	☐ 出境證
☐ 機票	☐ 旅遊行程手冊	☐ 各地旅遊參考資料
☐ 外幣零用金	☐ 信用卡	☐ 記事本
☐ 名片 (旅客自行斟酌)	☐ 親友聯絡地址、電話	
衣物用品		
☐ 西裝、洋裝、領帶	☐ 襯衫、休閒服、夾克	☐ 毛衣、風衣、長褲
☐ 襪子、手帕、內衣褲	☐ 便鞋、平底鞋、拖鞋	☐ 睡衣褲
☐ 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾)	☐ 玩具(泳衣、泳帽、蛙鏡)	☐ 摺傘或輕便雨衣
☐ 太陽眼鏡、防曬乳液	☐ 遮陽帽	
個人用品		
☐ 梳子、髮油	☐ 刮鬍刀、刮鬍膏(請放入托運行李箱)	☐ 化妝品、面紙、面霜、面膜
☐ 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精	☐ 水壺	☐ 吹風機
☐ 針線、備用釦	☐ 指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱)	☐ 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 旅行愉快