



Tour Member Handbook

旅客手冊



團 號： CHW251011A

行程名稱： 金鳳凰 金秋絲路 祁連山秘境 14天~雙胡楊林 金塔+額濟納旗、雙秀 敦煌盛典+長恨歌、雙點 烏魯木齊進西安出、仙米林場、西安連泊2晚

集合時間： 2025/10/11 12:50 桃園國際機場中國南方航空團體櫃檯第二航站

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

金鳳凰 金秋絲路 祁連山秘境 14天~雙胡楊林 金塔+額濟納旗、雙秀 敦煌盛典+長恨歌、雙點 烏魯木齊進西安出、仙米林場、西安連泊2晚

* 行程特色

1. 組團說明：為配合政府赴陸禁團令政策，此行程僅供參考，政府禁團令解除方可出團。若有整團文化交流之需求，可參考此行程內容

及售價。

2. **前言：**兩千多年以前，中國人開始走向西方，探索世界。他們越過高原，走進草場，翻越冰川，淌過河流，一路向西．．．絲綢之路記錄下了中國人探索世界的腳步，現在，就跟著鳳凰旅遊，尋跡古代絲綢之路留下的文明印記，在曾經的關隘、城市、驛站，尋訪牽人思緒的佛龕、石窟、古道、城堡和遍地的文物遺跡，共同感受古今交融的非凡魅力，領略絲綢之路的輝煌歷史。
3. 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。
4. **細細品味—古老的絲綢之路，尋跡古代絲綢之路留下的文明印記：**
被譽為世界第八大奇景的**兵馬俑博物館**。
天山柏格達峰下的瑤池仙境**天山天池**。
絲路上最重要的商城、保存最完好的生土建築城市**交河故城**。
中國古代三大工程的**坎兒井**。
中國四大石窟之一，深嵌在懸崖峭壁之中的樓蘭**莫高窟**。
大漠中的明珠，中國最美的五大沙漠**鳴沙山月牙泉**。(特別安排騎駱駝體驗，**鳴沙山→後山陵線→月牙泉+月牙泉電瓶車出**)
天下第一雄關**嘉峪關**。
冠絕中國的夢幻奇景**張掖七彩丹霞**。
全球首部大型沙漠實景劇**敦煌盛典(安排B區座位)**。
大型戶外實景秀，曠世史詩巨作**西安長恨歌大型歌舞秀(安排中區)**。
5. **特別企劃** 前往中國最美的八大胡楊林，水天一色、交相呼應**金塔沙漠胡楊林！！**
6. **特別企劃** 前往中國最美四大胡楊林**額濟納旗胡楊林！！**
7. **特別企劃** 前往祁連山腳下絕美賞秋地，鮮少人知的五彩世界**仙米林場！！**
8. 安排**吐魯番/柳園、張掖/西寧、西寧/西安 高鐵(二等座)**，並安排**專門運送行李**，將貴賓們的大件行李從**吐魯番運送到敦煌、張掖運送到西寧、西寧運送到西安**，免去貴賓手提行李進出高鐵站及上下高鐵的不便。光是安排這3趟行李運送，**每台成本約在人民幣6500左右**。
9. **安排三排座車**(不包括景區內乘坐的觀光車)，全程配送**一人一網卡，每天流量1GB**，超過後會降速，遇此狀況尚請見諒(臉書.LINE.台灣網站...可正常使用)。
10. 全程無購物！！無自費！！真正輕鬆享受旅遊樂趣。每人每天一瓶礦泉水。
11. 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！

備註：

- 1.年齡**70歲以上**，此行程可享受門票優待，請於各景點配合出示台胞証，全程可退**420人民幣**，於大陸當地現退。(65~69歲可退**185人民幣**)
- 2.本行程於遊覽車上會販售甘肅省紀念品及大陸名產或零食：有花生、紅棗、枸杞等各式名產，非強迫性推銷敬請各位貴賓放心！！您可依您實際所需向導遊訂購。
- 3.本行程團費報價以**雙人房(2人一室)**為主，歡迎您結伴參加。若單數報名，須酌收**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 / 轉機地 / 烏魯木齊

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

機場集合搭機經**轉機地**前往世界上離海洋最遠的城市－**烏魯木齊**；烏魯木齊是新疆維吾爾自治區的首府城市，她位於美麗的天山北麓，環山代水，沃野廣袤，古曾是西域三十六國之一的小行國「劫國」，現做為中亞大陸橋最重要的樞紐城市處處洋溢著現代與傳統相互碰撞、相互融和濃郁的塞外都市風情。

備註：轉機時間若遇上午餐用餐時間，則每人發放餐費代金**RMB60/人**。



餐食 早餐：X 午餐：X 晚餐：接機水果餐盒+新疆食囊餅



住宿 **烏魯木齊希爾頓酒店5星**或**烏魯木齊萬達文華酒店5星**或同級

第02天

烏魯木齊 - 天池 - 烏魯木齊

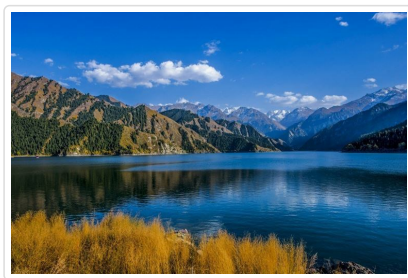
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

平靜的天池倒映著聖潔的雪山，顯得更加的純美安靜，添加了些許的神秘，有著一份世湖皆醉我獨醒的味道．．．

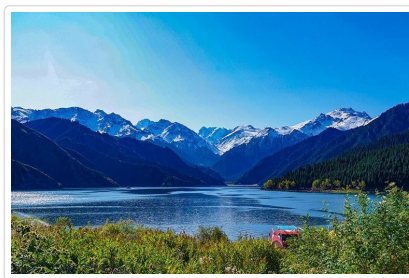
今日前往★**天山天池(含區間車+電瓶車+遊船)**，古稱瑤池，天山柏格達峰北麓半月形高山湖泊，湖面四周是雪山，湖水晶瑩如玉，倒映著柏格達峰，四周群山環抱，山上佈滿了挺拔、蒼翠的雲杉、塔松，猶如仙境。這個仙境，相傳是西王母的居所，現在以其美妙的景色和神話意義而被稱為天池，有天山明珠盛譽。後前往◎**國際大巴扎**，巴扎在維吾爾語中是市場的意思，2003年開業的烏魯木齊國際大巴扎號稱世界上最大的巴扎，以民族服裝和食品、繡品、珠寶、地毯、民族樂器等特色商品及低廉的價格受到遊客的鍾愛，已成為烏魯木齊市的地標之一。

本日貼心安排新疆美食囊餅，讓各位貴賓品嚐。

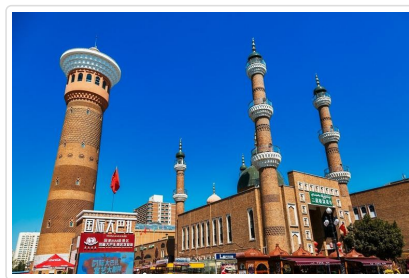
備註：10月份出發的團體，若遇天池湖面結冰遊船停駛，將無法安排遊船，每人現退RMB 70，敬請諒解。



天山天池



天山天池



國際大巴扎

行車距離 烏魯木齊 - 天池 70KM 車程約1.5小時 / 天池 - 國際大巴扎 80KM 車程約1.5小時

餐食 早餐：飯店內 午餐：大盤雞風味60 晚餐：海爾巴格民族風味200

住宿 烏魯木齊希爾頓酒店5星或烏魯木齊萬達文華酒店5星或同級

第03天

烏魯木齊 - 吐魯番

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

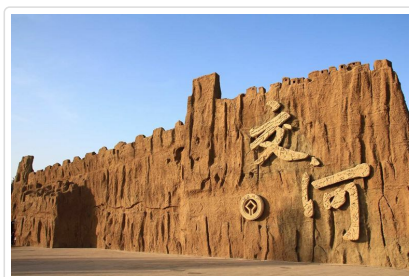
早餐後驅車前往有著最低、最熱、最乾、最甜的城市—**吐魯番**。於前往途中經過亞洲規模最大的風力發電站**達阪城風力發電站**，200架銀白色風車擎天而立在高速公路兩側，延綿數十里，迎風飛旋，與藍天、白雲相襯，形成了一個蔚為壯觀的風車大世界。

抵後前往★**火焰山**，這裡是中國最熱的地方，雖然它的表面寸草不生，但山腹中的許多溝穀綠蔭蔽日，溪澗潺潺，是火洲中的花果塢，著名的葡萄溝就在這裡。由於火焰山本身具有獨特的地貌，再加上西遊記裡有孫悟空三借芭蕉扇撲滅火焰山烈火的故事，使得火焰山聞名天下。隨後前往★**交河故城(含電瓶車)**，因河水分流繞城下，故稱交河，最早是西域36國之一的車師前國的都城，是世界上最大最古老、保存最完好的生土建築城市，也是中國保存兩千多年最完整的都市遺跡，唐西域最高軍政機構安西都護府最早就設在交河故城。續前往參觀已有2000年歷史的古代水利工程★**坎兒井**，吐魯番屬最為乾旱缺水的地區，又是地下水非常豐富的地區，同時地面坡度又是最峻陡的地區，有利於坎兒井的開挖，它與長城、京杭大運河相媲美，被稱為中國古代三大工程；與四川的都江堰、廣西的靈渠並列，被譽為中國古代三大水利工程。

本日貼心安排新疆美食烤包子，讓各位貴賓品嚐。



火焰山



交河故城



坎兒井

特殊安排 本日特別安排★葡萄架下午茶+品嚐水果

貼心規劃

特別安排★運送行李，將貴賓們的大件行李從吐魯番運送到敦煌，讓貴賓們隔天前往柳園時，可以輕鬆的進出高鐵站，不用手提行李上下車、放置行李，影響乘車的舒適感。也請貴賓先行準備今晚的過夜包，因為大件行李需要提前一天運送!!

烏魯木齊 - 吐魯番 200KM 車程約3小時

行車距離

餐食 早餐：飯店內 午餐：途中簡餐60 晚餐：新疆菜風味120

住宿 吐魯番希爾頓歡朋酒店准5星或吐魯番悅豐宿集漫心酒店准5星或同級

第04天

吐魯番++柳園 - 敦煌

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後前往高鐵站搭乘有鋼鐵絲綢之路之稱的★**蘭新高鐵(安排二等座)**前往—**柳園**，抵達柳園站後，驅車前往★**鳴沙山**，古稱沙角山，又

名神沙山，因游人登山下滑時，沙隨足落轟鳴作響，故名鳴沙山。鳴沙山的沙粒有紅、黃、綠、黑、白五種顏色，故稱為五色沙。五色沙環抱新月形水塘●[月牙泉](#)，泉于沙中經久不枯，有鐵背魚、七星草生長于此，有沙漠第一泉之稱。由于月牙泉所處的特殊地理位置，使沙山風吹沙不落於泉，加之地下攔流經過此地形成眾多泉眼，不斷補給蒸發的池水，才有了綿古至今的月牙泉。

本日貼心安排敦煌特產李廣杏乾，讓各位貴賓品嚐。

本日貼心提醒：

- 1.大陸高鐵站設有安檢台，提醒各位貴賓請勿於行李箱及隨身行李內，放置任何種類的『刀子』，如查獲有可能會被沒收，請知悉。
- 2.本日為配合高鐵時間，午餐可能改以盒餐方式於高鐵上用餐，敬請見諒。
- 3.任何一項騎乘牲畜的活動，皆有其淺在的危險性，當您在騎乘駱駝時，請務必遵循現場指導人員教導及注意自身安全。
- 4.鳴沙山+月牙泉風景區基於安全上的考量，限制年滿60歲以上旅客參加【騎駱駝】活動，若遇本團有年滿60歲之旅客，則無法參加騎駱駝，我們將改以鳴沙山→電瓶車→月牙泉+月牙泉電瓶車出，並每人現退RMB 70的價差，敬請見諒。



鳴沙山月牙泉



鳴沙山



月牙泉

特殊安排 駱駝自古以來，就是沙漠邊疆地區的重要交通運輸工具，著名的古代絲綢之路，馬可波羅冒險長征之旅，就是靠著駱駝隊橫越千里險阻。近年沙漠之旅逐漸受人矚目，駱駝搖身一變成為沙漠之旅的重要象徵，備受旅人青睞。特別安排★騎駱駝(鳴沙山→後山陵線→月牙泉+月牙泉電瓶車出+鞋套)，體驗在沙漠中乘坐駱駝，聆聽風中飄散的駝鈴聲，想像過往絲綢古道上東來西往的商隊生活.....彷彿時空穿越到古代的絲綢之路。

行車距離 吐魯番++柳園 動車車程約4小時 / 柳園高鐵站 - 鳴沙山月牙泉 150KM 車程約2小時

餐食 早餐：飯店內 午餐：高鐵餐盒50 晚餐：敦煌國際酒店中式料理200

住宿 [敦煌國際酒店](#) 5星或同級

第05天

敦煌

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

千年的畫作，千年的洗禮，那深嵌在懸崖峭壁之中的樓欄，惟妙惟肖的石窟壁畫，是中國藝術的瑰寶與結晶，不禁讓人慨歎其巧奪天工啊．．．

前往中國最偉大的藝術畫廊★[莫高窟](#)，俗稱千佛洞，以精美的壁畫和塑像聞名於世。它始建於十六國的前秦時期，歷經十六國、北朝、隋、唐、五代、西夏、元等歷代的興建，形成巨大的規模，現有洞窟735個，壁畫4.5萬平方米、泥質彩塑2415尊，是世界上現存規模最大、內容最豐富的佛教藝術聖地。1987年，莫高窟被列為世界文化遺產。是中國四大石窟之一。

首先先前往●[數字展示中心](#)，莫高窟數字展示中心利用現代數字技術，展示莫高窟歷史文化背景和精美洞窟藝術，最大的亮點是直徑18米的大型球形銀幕，遊客在球幕影院身臨其境地觀看洞窟實景，感受到現代科技帶來神奇曼妙的全新體驗。步入其中的球幕影院，全球首部迴圈播放的8K高解析度的●[球幕電影夢幻佛宮](#)，電影素材精選自莫高窟最具代表性的7個洞窟，影像對莫高窟壁畫和雕塑的還原度極高，觀賞過程猶如身臨洞窟現場。而4K超高清●[主題電影千年莫高](#)則將引領您進入流光異彩的千年敦煌藝術中。觀賞完後乘區間車前往窟區實際觀賞●[洞窟](#)。

晚上特別安排全球首部大型沙漠實景劇★[敦煌盛典\(B區座位\)](#)，該劇情節圍繞著一段曲折動人的愛情故事，青年畫匠墨丁與美豔胡姬綠珠相互愛慕，卻遭遇不幸變故。幸而佛教神靈飛天受到感動，現身替他們化解危難，這對有情人終得以團聚廝守。隨著劇情發展，敦煌的歷史文化、風土人情，伴同戈壁灘、大漠、鳴沙山、月牙泉、莫高窟及絲綢之路等紛紛「露臉」，愛情故事貫穿始末，來展現古絲綢之路鼎盛時期的敦煌風貌、悲歡情歌。

備註：因敦煌盛典為戶外實景秀，若遇沙塵暴即停演，倘若因天候狀況無法演出，將更改為觀賞又見敦煌秀，敬請見諒。



特殊安排

特別安排★莫高學堂 遇見敦煌色彩礦物顏料研磨體驗課程，瞭解壁畫不會褪色的秘密，跟著導師學習製作礦物顏料，用礦石、研磨用乳鉢、水飛用碗、色碟、畫稿等，親手研磨莫高窟壁畫同款礦物顏料，繪畫莫高窟壁畫體驗，結束後可帶回家留存，作為紀念。



餐食 早餐：飯店內 午餐：莫高餐廳合菜80 晚餐：敦煌烤全羊風味+品嘗紅酒150



住宿 敦煌國際酒店 5星或同級

第06天

敦煌 - 嘉峪關

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

站在嘉峪關城樓上，迢迢千里大漠孤煙，思緒彷彿穿越時空，眼前浮現戰士守衛邊疆的情形。

上午驅車前往一嘉峪關。前往途中，途經戈壁灘上屹立着的大型現代雕塑，分別為屹立變幻的◎無界、◎大地之子、威嚴霸氣的◎漢武雄風，乍一看，猶如海市蜃樓，似幻似真。

抵後前往★嘉峪關城樓(含電瓶車)，是明代萬裏長城西端起點，素有河西重鎮、邊陲鎖鑰之稱，自古被譽為河西第一隘口，是歷代封建王朝戍邊設防的重地也是古代絲綢之路及東西文化交流的交通要道。嘉峪關規模宏大，氣勢雄偉，整個建築由內城、外城、城牆等部分組成城內有城，它作為內地與西域、中原與大漠之間紛爭與融合的見證，悲壯而輝煌。



瓜州 現代雕塑 大地之子



瓜州 現代雕塑 漢武雄風



萬里長城 嘉峪關

行車距離

敦煌 - 嘉峪關 400KM 車程約5小時



餐食 早餐：飯店內 午餐：敦煌小火鍋60 晚餐：雄關紅燒肉風味100



住宿 嘉峪關名嘉匯諾金國際酒店准5星或嘉峪關青年國際大酒店准5星或同級

第07天

嘉峪關 - 金塔 - 額濟納旗

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

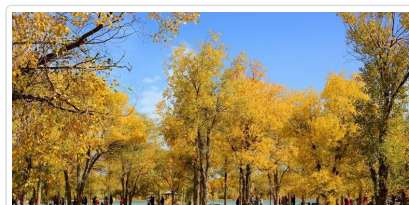
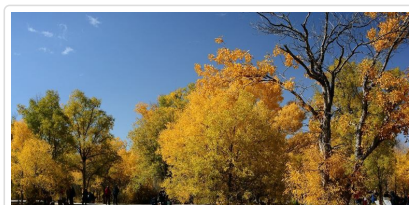
季節限定~秋天是胡楊最輝煌的季節，每年10月中到11月中，金塔胡楊林將綻放出一一年當中最燦爛的色彩，大片的胡楊呈現出醉人燦爛的金黃色，在陽光灑照下，頑強的英姿與湛藍的天空競相輝映，奏響了生命之魂的讚歌...

上午驅車前往中國最美的八大胡楊林★金塔沙漠胡楊林景區(含電瓶車)，位於酒泉金塔縣，是河西走廊頗具規模的人工種植林，到了秋天，湖周圍的胡楊葉子變成了金黃色，樹影倒映在湖面上，就像置身於畫中一樣。

遊畢後驅車前往位於內蒙古阿拉善盟一額濟納旗，地處巴丹吉林沙漠、額濟納河兩岸，額濟納是古西夏黨項族語，意為黑水，古稱弱水，古為居延地。這裡有著彪悍、勇猛的土爾扈特後代，有著一望無際的瀚海沙漠，有著背負著幾千年歷史的西夏古城，古絲綢之路的必經之地，還有的就是那漫及天涯的金色胡楊。大漠、古城、胡楊，是額濟納永恆不變的魅力所在。

本日貼心提醒：胡楊林具體最佳觀賞時間，可能會根據每年的氣候條件有所不同，自然生態難以準確評估，如果團體出發期間因天候不可抗拒之因素，導致未能觀賞到最佳胡楊時節，敬請諒解！

【小知識】秋季的氣溫變化會觸發胡楊樹的生理反應，減少光合作用，促進養分從葉片轉移到樹幹和根部，進而影響葉片的顏色。所以胡楊樹葉變黃與氣溫、濕度和樹齡等都有關係。一般來說，最低氣溫降至5度左右時開始有黃葉，水分少的區域先黃，樹齡小的先黃。





季節限定 金塔胡楊林



季節限定 金塔胡楊林



季節限定 金塔胡楊林

行車距離

嘉峪關 - 金塔胡楊林 100KM 車程約1.5小時 / 金塔胡楊林 - 額濟納旗 340KM 車程約5小時

**餐食** 早餐：飯店內 午餐：途中簡餐50 晚餐：酒店內和菜80**住宿** 額濟納旗諾金酒店4星或額濟納旗陶來假日酒店4星或額濟納旗太豪國際酒店4星或同級

第08天

額濟納旗

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

季節限定~秋天是胡楊最輝煌的季節，每年9月底開始到10月底，金秋的額濟納因為胡楊變得分外美麗，大漠孤煙、戈壁落日，千百年來胡楊在這片土地上已幻化為永恆，隨一場秋霜過後，開始自己的蛻變之旅，褪下綠油油的外套，換上金燦燦的花裙，層林盡染滿目流金，與藍天白雲一起、與碧波蕩漾的居延海一起，展開一場關於美的競逐，共同演繹額濟納那讓人沉醉的金秋...

早餐後驅車前往★**居延海(含電瓶車)**，形狀狹長彎曲如新月的居延海，曾是西北地方最大的湖泊，古稱居延澤，也是尚書中的流沙。現如今雖面積不復當年，但是現在的居延海碧波蕩漾，湖畔大片的蘆葦隨風搖擺。續前往中國最美四大胡楊林★**額濟納旗胡楊林(含擺渡車)**，這裡的美景因張藝謀英雄而名聲大起，每年秋季，在澄澈明淨的藍天白雲映襯下，額濟納金色的胡楊林海，便成為了大漠深處的一抹醉人的驚豔。我們將沿途參觀**二道橋、四道橋、七道橋、八道橋**，每道橋的景色也大不相同。

◎**二道橋**；也叫倒影林，是額濟納秋色精華，也是整個景區胡楊樹最多的地方，沿岸的胡楊映出金色的倒影，蔚藍的天空，倒影於河水之上。

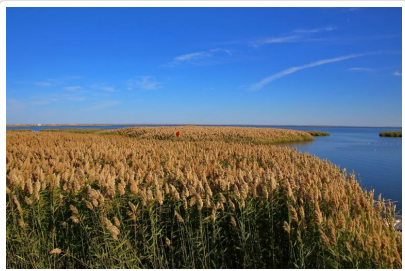
◎**四道橋**；也叫英雄林，是電影英雄取景地，胡楊高大蒼勁、以大著稱，樹形最為婀娜壯觀。

◎**七道橋**；也叫夢境林，有景區最年輕的胡楊，以小樹為主形狀獨特，各有不同的姿態。

◎**八道橋**；也叫沙海林，位於世界第三大沙漠巴丹吉林沙漠的北沿，是最遠的景點，也是您體驗大漠豪情，感受大自然神奇魅力的必選之地。

本日貼心提醒：胡楊林具體最佳觀賞時間，可能會根據每年的氣候條件有所不同，自然生態難以準確評估，如果團體出發期間因天候不可抗拒之因素，導致未能觀賞到最佳胡楊時節，敬請諒解！

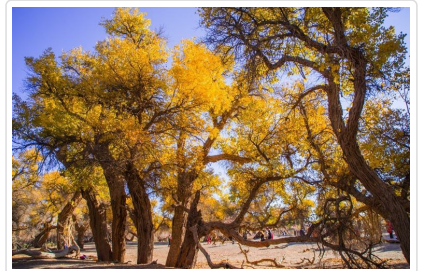
【小知識】秋季的氣溫變化會觸發胡楊樹的生理反應，減少光合作用，促進養分從葉片轉移到樹幹和根部，進而影響葉片的顏色。所以胡楊樹葉變黃與氣溫、濕度和樹齡等都有關係。一般來說，最低氣溫降至5度左右時開始有黃葉，水分少的區域先黃，樹齡小的先黃。



額濟納旗 居延海



季節限定 額濟納旗胡楊林 二道橋



季節限定 額濟納旗胡楊林 四道橋

行車距離

額濟納旗 - 居延海 60KM 車程約1小時 / 居延海 - 額濟納旗胡楊林 60KM 車程約1小時

**餐食** 早餐：飯店內 午餐：途中簡餐50 晚餐：酒店內和菜80**住宿** 額濟納旗諾金酒店4星或額濟納旗陶來假日酒店4星或額濟納旗太豪國際酒店4星或同級

第09天

額濟納旗 - 張掖

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日驅車前往★**黑城弱水胡楊林景區**，景區集弱水、沙漠、胡楊、怪樹林、西夏遺址為一體的景區，薈萃了幾千年的絲路文化，弱水河風光、怪樹林、長河落日、沙漠綠洲、古城遺址等歷史遺跡和自然美景於一體。我們將沿途參觀**怪樹林、弱水胡楊林、沙漠鳳凰林、黑城遺址保護區**。

◎**怪樹林**，這裡的胡楊樹形狀奇特而得名怪樹林，由於河水改道，水源斷絕造成樹木大面積枯死，各種扭曲和盤繞的樹形，構成了沙海中獨特的風景。

◎**弱水胡楊林**，是中國最原始的胡楊林，這裡沒有被過度開發，極大程度地保留了原汁原味的胡楊景觀，胡楊百媚生，陷於弱水情，它

聞述著關於胡楊的千古柔情，完美的將沙漠、神水、野胡楊三者天然美景完美結合。

◎**鳳凰林**得名於其中一些胡楊樹形態像鳳凰展翅，給人一種神秘而美麗的感覺。

◎**黑城遺址保護區**，承載著古老的西夏文明，兩千年前，絲綢之路其中一條線，就從黑城的附近通過。是古絲綢之路上現存最完整、規模最宏大的一座古城遺址。該城建於西元九世紀的西夏政權時期。西元1372年明朝大將馮勝攻破黑城後遭廢棄、黑水城和連綿起伏的沙漠一起構成大漠戈壁上的一顆明珠。

後驅車前往 - **張掖**。

本日貼心提醒：胡楊林具體最佳觀賞時間，可能會根據每年的氣候條件有所不同，自然生態難以準確評估，如果團體出發期間因天候不可抗拒之因素，導致未能觀賞到最佳胡楊時節，敬請諒解！

【小知識】秋季的氣溫變化會觸發胡楊樹的生理反應，減少光合作用，促進養分從葉片轉移到樹幹和根部，進而影響葉片的顏色。所以胡楊樹葉變黃與氣溫、濕度和樹齡等都有關係。一般來說，最低氣溫降至5度左右時開始有黃葉，水分少的區域先黃，樹齡小的先黃。



季節限定 額濟納旗 怪樹林



季節限定 額濟納旗 弱水胡楊林



額濟納旗 黑城遺址保護區

行車距離 額濟納旗 - 黑城弱水胡楊林 20KM 車程約0.5小時 / 黑城弱水胡楊林 - 張掖 560KM 車程約7小時

餐食 早餐：飯店內 午餐：途中簡餐50 晚餐：裕固族風味80

住宿 張掖賓館准5星或張掖公航旅 祁連明珠酒店准5星或同級

第10天

張掖++西寧

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

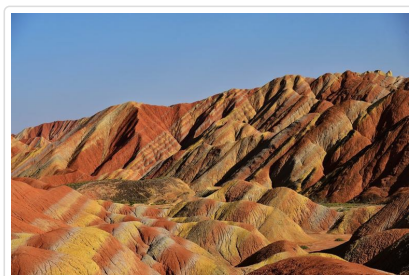
早餐後前往**★七彩丹霞景區(含區間車)**，又稱五彩山，位於張掖市臨澤縣境內，在方圓一百平方山地丘陵地帶，有造型奇特，色彩斑斕，氣勢磅礴的丹霞地貌，丹霞是指紅色砂礫岩經長期風化剝離和流水侵蝕，形成的孤立的山峰和陡峭的奇巖怪石，這裏的丹霞地貌發育於距今約200萬年的前侏羅紀至第三紀，被專家譽為中國最美的七大丹霞地貌，具有很強的觀賞性和很高的科考價值。

後前往高鐵站搭乘**★動車(安排二等座)**前往**西寧**，於高鐵上沿途可**外觀祁連山風光**。

本日貼心提醒：大陸高鐵站設有安檢台，提醒各位貴賓請勿於行李箱及隨身行李內，放置任何種類的『刀子』，如查獲有可能會被沒收，請知悉。



七彩丹霞景區



七彩丹霞景區



七彩丹霞景區

貼心規劃 特別安排★運送行李，將貴賓們的大件行李從張掖運送到西寧，貴賓可以輕鬆的進出高鐵站，不用手提行李上下車、放置行李，影響乘車的舒適感。

行車距離 張掖++西寧 動車車程約2.5小時

餐食 早餐：飯店內 午餐：丹霞風味60 晚餐：回族風味80

住宿 西寧新華聯索菲特酒店5星或西寧富力萬達文華酒店5星或同級

第11天

西寧

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

季節限定~金秋十月對於青海來說，秋天的腳步就是一場跨越東西1200多公里的旅程，仿佛一夜之間秋色已經鋪滿了三江源頭、河湟谷

地。青海獨特的風景仿佛從夏的璀璨中昇華，把一年四季的魅力和活力都凝聚在秋這個醉人的時節．．．走進秋季的仙米林場，山間層林盡染，滿目是金秋的絢麗，形成一片五彩斑斕的美景。

早餐後驅車前往★**仙米森林公園(仙米林場)**，是青海省最大的原始林區，宛如一塊巨大的翡翠，鑲嵌在祁連山南麓，秋季的楓葉是門源仙米林場的一大亮點，每年秋天如畫的風景，形成壯觀的秋季景色。隨後前往◉**莫家街**，擁有超過600年歷史，是西寧最古老的街道之一，也是當地著名的美食街。

本日貼心提醒：紅葉變色具體最佳觀賞時間，可能會根據每年的氣候條件有所不同，自然生態難以準確評估，如果團體出發期間因天候不可抗拒之因素，導致未能觀賞到最佳紅葉時節，敬請諒解！

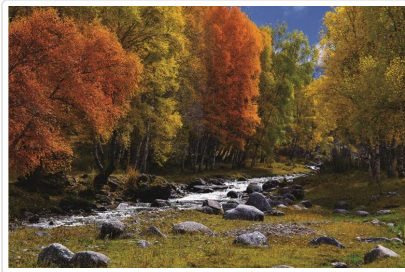
【小知識】紅葉變色與秋季日照時間縮短、溫度等都有關係。隨著白天溫暖變短、夜晚涼爽的天氣是促使樹葉變紅的重要條件。白天的溫暖能夠促進光合作用，積累更多的糖分，而夜晚的涼爽則能減少葉片中的呼吸作用，使糖分在葉片中積累。這些糖分在葉片中轉化為花青素，導致葉片變紅。



季節限定 仙米林場



季節限定 仙米林場



季節限定 仙米林場

行車距離 西寧 - 仙米林場 單程 105KM 車程約1.5小時

餐食 早餐：飯店內 午餐：高原火鍋60 晚餐：青海手抓風味100
住宿 西寧新華聯索菲特酒店5星或西寧富力萬達文華酒店5星或同級

第12天

西寧++西安

符號表示：★表含門票 ◉表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後往高鐵站，搭乘★**動車(安排二等座)**返回一**西安**，抵後前往★**古城牆**；是中國現存最完整的一座古代城垣建築，位於西安市中心區，呈長方形，牆高12米，總周長11.9公里，現存城牆建於明代，是在唐皇城的基礎上建成的，至今已有600多年歷史，是中世紀後期中國歷史上最著名的城垣建築之一。

本日貼心提醒：大陸高鐵站設有安檢台，提醒各位貴賓請勿於行李箱及隨身行李內，放置任何種類的『刀子』，如查獲有可能會被沒收，請知悉。



古城牆



古城牆



古城牆

貼心規劃 特別安排★運送行李，將貴賓們的大件行李從西寧運送到西安，貴賓可以輕鬆的進出高鐵站，不用手提行李上下車、放置行李，影響乘車的舒適感。
行車距離 西寧++西安 動車車程約4小時

餐食 早餐：飯店內 午餐：中式和菜60 晚餐：大秦小宴相套餐158
住宿 西安臨潼悅椿溫泉酒店 5星或同級

第13天

西安

符號表示：★表含門票 ◉表下車參觀 未標示者表行車經過

今日前往參觀★**秦始皇帝陵兵馬俑博物館(含電瓶車+1.2.3號坑)**，是世界著名的考古遺址和博物館之一。這裡是秦始皇陵的一部分，以其

大規模的兵馬俑而聞名於世。博物館內展示了大量的兵馬俑，這些俑像是秦始皇陵墓中的守衛，包括士兵、將軍、戰車和馬匹，規模宏大，體現了古代中國的軍事力量和工藝水準。後前往★**華清池**，亦名華清宮，華清池是與頤和園、圓明園、承德避暑山莊並稱為中國四大皇家園林，是中國著名的溫泉勝地，唐代曾建有富麗堂皇的華清宮，後毀於安史之亂，今天原址上重建的華清池景區，以名山勝水更顯奇葩，堪稱北方皇家園林之典範。

晚餐後特別安排欣賞大型戶外實景秀，曠世史詩巨作★**長恨歌大型歌舞秀(安排中區)**；通過歌舞藝術再現唐明皇與楊貴妃纏綿悱惻的愛情故事。集山水風光、大唐氣象、古典樂舞、愛情傳奇於一體，是中國唯一的真山真水真歷史的戶外大型情景舞劇。

備註：

1.長恨歌為戶外實景歌舞秀，每晚固定表演 4 個場次，分別為20:10、21:35、23:00、24:25，購票方式採實名制(需台胞證)訂票，統一規定於演出日前7天購票，團體行進間領隊會公告長恨歌訂妥的場次，若屆時只訂到23:00之後的表演，您覺得太晚想留在酒店內休息，要取消觀看長恨歌的演出，還請您告知領隊，我們將會退還您長恨歌門票費用每人RMB 398，敬請見諒。

2.長恨歌遇大雨即停演，倘若因天候狀況無法演出，則我們將現退每人RMB 398，敬請見諒。



秦始皇帝陵兵馬俑博物館



兵馬俑 1號坑



華清池 長生殿

餐食 早餐：飯店內 午餐：悅好中華菜60 晚餐：御膳苑宮廷菜250

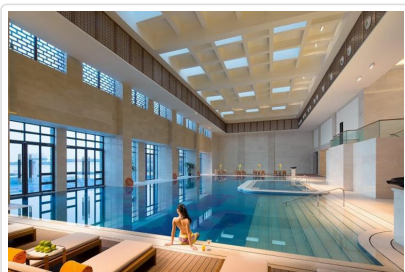
住宿 西安臨潼悅椿溫泉酒店 5星或同級

第14天

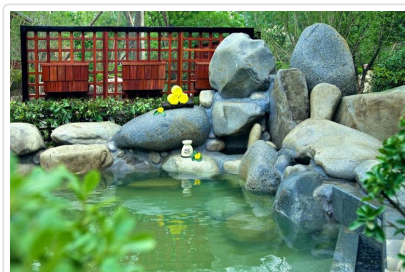
西安 / 香港 / 桃園

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

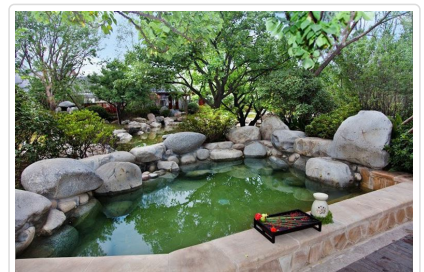
享受一個沒有Morning Call 的早晨，放鬆身心置身於酒店內，縱覽迷人的酒店園景風光，隨後前往機場經**轉機地**搭機返回桃園。



酒店設施



酒店設施



酒店設施

餐食 早餐：飯店內 午餐：陝菜風味60 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）。

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。
- 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、小費

- 1. 自2003年開始，鳳凰創先實施「領隊滿意服務百分百！旅遊當地司機、導遊及領隊的小費全包」制度(鳳凰逍遙系列, 或特殊團體, 不含小費等團體不適用)，導入ISO流程控管，由各位貴賓負責評鑑，希望能有效減少各位貴賓的一些困擾，讓領隊更努力的做好每一項服務，打造出悠遊自在、安心滿意的海外旅程。
- 「小費全包」也讓領隊更有尊嚴，「評分制度」讓客戶權益更具保障，是良性的互動循環，更能落實賞罰的效果。例如：

平均分數	退費標準
4分以上	全數交給領隊(5歐元/每天)
4分以下至3.5分	退還領隊小費之20%
3.5分以下至3分	退還領隊小費之40%
3分以下至2.5分	退還領隊小費之50%
2.5分以下至2分	退還領隊小費之60%
2分以下	退還領隊小費之75%

2. 鳳凰旅遊為堅持ISO9001的品質理念，期盼您在行程結束後，填妥顧客意見調查表，密封後交由領隊帶回。也謝謝您的合作！

九、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。

日期	星期	出發地點	航空公司	航 班	起飛時間	抵達地點	抵達日期	抵達時間
2025/10/11	六	台北 (桃園國際機場)	中國南方航空	CZ3098	14:50	廣州 (廣州白雲機場)	2025/10/11	16:55
2025/10/11	六	廣州 (廣州白雲機場)	中國南方航空	CZ6884	19:15	烏魯木齊 (烏魯木齊地窩堡國際機場)	2025/10/11	00:35

		)				)		
2025/10/24	五	西安	中國南方航空	CX947	15:50	香港 (香港國際機場)	2025/10/24	19:05
2025/10/24	五	香港 (香港國際機場)	中國南方航空	CX408	22:50	台北 (桃園國際機場)	2025/10/25	00:35

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		
☐ 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)	☐ 游具(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 旅途愉快