



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： CHO240531
行程名稱： 《金鳳凰》山西晉情大全覽14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

《金鳳凰》山西晉情大全覽14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. 直飛北京搭配**二段高鐵(一等座)**，讓此行程由大同進、安陽出，很順路的全覽山西精華景點，就算是有直飛太原的航班，也不會比此行程合理、順暢。**並安排專車運送行李，貴賓不用提行李進出高鐵站上下高鐵。**
4. 舒適旅遊概念，**晚餐大多安排在入住的酒店內使用**，您走了一天的行程，可先在酒店內盥洗更衣後，以更舒暢的心情用餐，用完即可自行回房間，免於團員互相等待用餐的時間，省去酒店餐廳之間往返的行程時間。
5. 《**世界文化遺產**》馳名中外的中國三大石窟之一『雲岡石窟』。
6. 北嶽恆山十八景之首『懸空寺』。
7. 《**世界文化遺產**》四大佛教名山之一『五台山』。
8. 歷史悠久，知名度最高、影響面最廣的古關隘，被譽為“中華第一關”『雁門關』。
9. 清代晉商巨賈常氏一族的私家莊園『常家莊園』。
10. 《**世界文化遺產**》『平遙古城』，保存完整的14世紀中國古代城市的原型。
11. 中國道教聖地，集宗教、古蹟、自然風光於一體的景點『綿山』。
12. 全世界最大的黃色瀑布『壺口瀑布』。
13. 『雲丘山冰洞』，是世界三大冰洞奇觀之一，洞內常年有冰，有各式各樣的冰柱、冰筍、冰鐘乳、冰石花以及其它冰晶景觀。
14. 中國最大的關帝廟，全國重點文物保護單位之一『解州關帝廟』。
15. 『永樂宮』，三清殿內《朝元圖》壁畫，是中國現存規模最大、題材最豐富的元代壁畫。
16. 『鶴雀樓』，唐宋之際文人學士登樓賞景留下許多不朽詩篇，以王之渙《登鶴雀樓》最負盛名。
17. 國家5A景區『皇城相府』，被專家譽為“中國北方第一文化巨族之宅”。
18. 被古建築學泰斗羅哲文譽為“中華民居之瑰寶”『郭峪古城』。
19. 『太行大峽谷風景區』，集國家5A景區、國家重點風景名勝區、國家地質公園之美譽。
20. 太行山南麓美麗的景區『王莽嶺』、『錫崖溝景區』。
21. 《**世界文化遺產**》『殷墟博物館』，殷墟是中國商朝後期都城遺址。
22. 北京住宿2014年11月5日APEC峰會官方舉辦地之一，位於燕山腳下的雁棲湖畔的<日出東方凱賓斯基酒店(指定湖景房)>。
23. 特別安排北京近郊所有長城景點之中，最原汁原味，風景最優美的~<慕田峪長城(含纜車上下)>！
24. 採用**3排座車**(北京段除外)，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)，**一人一台導覽機**，景點人再多，也可以清楚聽導遊的解說。
25. 車上提供礦泉水，每人一天2瓶。
26. 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。
27. 全程**無購物站、無自費活動**。(導遊會於車上介紹當地土特產、及小紀念品，無推銷壓力，您可依是否需要自行購買)
28. 合計收費含司機、導遊、領隊及行李小費(怨床頭小費無法含)，而且當地(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！

註：年齡**65歲以上**，此行程可享有門票優待，請於各景點配合出示台胞證，全程**可退1060人民幣**，於大陸當地現退。(60~64歲可退**890人民幣**)

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。

搭高鐵鳳凰為什麼特別要為貴賓安排行李車運送行李？

1. 一般高鐵站大巴下車處，離高鐵站都有段距離，您必須拉自己的大行李步行到高鐵站，下高鐵之後，更是要拉自己的大行李步行到大巴停車場。
2. 幫您載運大行李，您即可空手逛高鐵站內的餐廳或商店，不用找同伴看顧行李。
3. 高鐵在二、三線的小城市，停靠時間多為2分鐘而已即開車，您可以想像如果很多人提大行李一起上車的情況，會有多麼的匆忙！
4. 高鐵一等座座位是左右各2排座位(空間較大)，二等座座位是左2排右3排座位(空間很小,還賣站票)，一等座票較少，並不一定訂的到。如果是坐二等座車，行李放置真的是很大的問題！
5. 就算是幸運訂到一等座，車廂放行李的空間也是只能放4~6個就滿了，中小型行李可以放座位上方的架子，大型行李您就必須放您座位前，影響您乘車的舒適感。
6. 而且有些城市高鐵站，沒手扶梯也沒電梯，您要提大行李上下月台，非常費力！

第01天

桃園→北京 高鐵一等座(約2H)大同《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

今日搭機飛往北京，抵達午餐後搭高鐵(一等座)前往大同。**北京特別安排一部行專車，將您的大行李載運到大同入住的酒店**，如此您就不用提大行李進出高鐵站上下高鐵了*如遇一等座滿座改訂二等座，則退實際價差*

註：大陸高鐵票一等座很搶手，**高鐵票於搭車日的前14天開放訂票**，需提供有效期台胞證影印本，如果無法在搭車前**14天**提供台胞證，有可能會團體訂到一等座，而較晚提供台胞證的只訂到二等座，敬請知悉！

餐食 早餐：X 午餐：首都機場東海康德思酒店100 晚餐：酒店內中式合菜100

住宿 大同雲岡大酒店准5星(2022全新開業)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【雲岡石窟】(含★電瓶車)·石窟依山開鑿·東西綿延1000米·現存主要洞窟45個·大小窟龕252個·石雕造像51000餘樽·規模為中國最大的古代石窟群·始建於西元460~465年間·約1500多年前·被譽為「東方石窟藝術寶庫」。第13窟為【交腳彌勒菩薩】第18.19窟【三世佛】及第20窟的【釋迦牟尼佛坐像】最具代表性·佛像面相豐腴·兩肩寬厚·造型雄偉·氣魄渾厚。

★【華嚴寺】·始建於遼重熙七年·分為上華嚴和下華嚴·兩院同在一寺之中·有月門相通·上華嚴寺最值得看的是大雄寶殿·是中國現存遼金時期最大的佛殿寶殿原汁原味地保留了古代遺存·下華嚴寺內有眾多遼代塑像·“合掌露齒菩薩”是最為有名的·被郭沫若稱讚為“東方維娜斯”。寺中的其他建築和塑像也都是非常珍貴的文物·整座華嚴寺就是一座中國古建築和佛教文化的瑰寶。

◎【大同市博物館】·外觀設計別致·內部陳列精美·是中國二級博物館裡不可多得的精品·非常值得一覽·博物館外觀形態的設計承襲著大同歷史文化的積澱·與龍文化和石窟文化相結合·同時與大同附近火山群的典型地貌特徵相暗合·體現了“胡漢交融”的地域文化特徵。

★【九龍壁】·它是明太祖朱元璋第十三代王朱桂府前的照壁·為中國現存三座的九龍壁中·建築年代最早·體積最大·最富藝術魅力的一座·九龍壁壁高8米·厚2.02米·長45.5米·僅壁身的九龍壁主體·高度就有3.72米·壁上均勻協調地分佈著9條飛龍·以飛騰之勢·躍然壁上·活靈活現·正中一條龍·是九龍的中心·它龍頭向前·龍尾擺動·黃色的主體·鱗光閃爍·主龍兩側的兩條龍互相對稱·構成一幅生動的畫面。

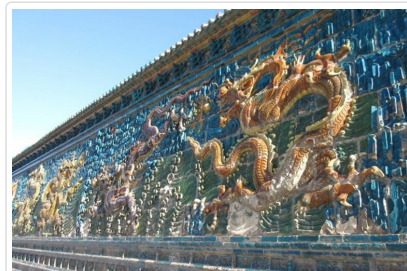
鳳臨閣酒樓：始創於明朝正德年間·因明代1518年“游龍戲鳳”的故事和清朝“百花燒麥”的佳話而聞名於世·是歷代名人雅士雲集·美食家樂聚的地方。



雲岡石窟



華嚴寺



九龍壁

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：鳳臨閣酒樓120 晚餐：北魏家宴100

🏠 住宿 大同雲岡大酒店准5星(2022全新開業)

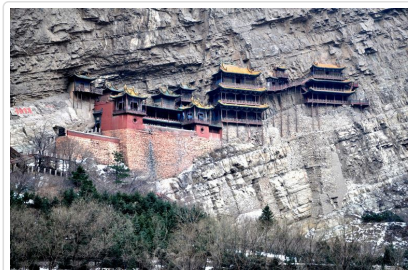
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【懸空寺】·懸空寺位於北嶽恒山腳下的金龍峽·北魏了然和尚所建·距今已有1400多年的歷史·此寺是恆山十八景之首·依山而建·鬼斧神工於金龍峽內西岩峭壁上·寺廟建築皆為木結構·巧妙的利用力學原理·好似懸掛半空中·驚險萬分·譽為“天下巨觀”。


★【雁門關】(含★電瓶車)·是世界文化遺產萬里長城的重要組成部分·全國重點文物保護單位·是歷史最為悠久·經歷戰事最為頻繁·知名度最高·影響面最廣的古關隘·被譽為“中華第一關”·2001年·雁門關被中華人民共和國國務院公佈為第五批全國重點文物保護單位之一·雁門關景區是以雁門關軍事防禦體系歷史遺存·遺址為主要景觀資源的邊塞文化·長城文化·關隘文化旅遊區。



懸空寺



雁門關

 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：蔡家酒樓80 晚餐：老忻州菜館100(忻州泛華大酒店對面)

 **住宿** 忻州泛華大酒店准5星

第04天

忻州 (約125KM/2H)五台山

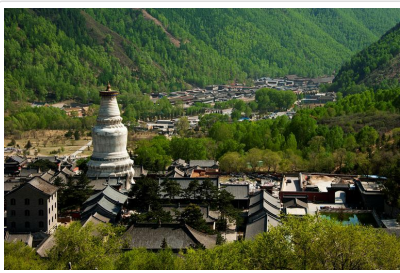
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【**顯通寺**】，顯通寺坐落在台懷鎮。它是五台山眾多寺廟中最大、最古的一座。該寺歷史悠久，文物珍貴，是佛教聖地中的一顆明珠，與洛陽的「白馬寺」並列中國古代最早的寺院，也是舉辦大型佛事活動的重要場所。

★【**菩薩頂**】，菩薩頂位於山西省五台山台懷鎮的靈鷲峰上，是五台山十座黃廟（喇嘛廟）中的首廟。由於它的建築雄偉、金碧輝煌，遠看似西藏拉薩的布達拉宮，因此人們又把它叫做喇嘛宮乃五台山五大禪處之一，相傳文殊菩薩曾住於此，故又名「文殊寺」。明朝永樂初年，始有菩薩頂的稱謂，清朝康熙、乾隆亦多次前來此拜佛。


★【**塔院寺**】，原是顯通寺的塔院，明代重修舍利塔時獨立為寺，改用今名。寺前有木牌坊三間，玲瓏雅緻，為明萬曆年間所築。院內有大白塔，塔高聳霄，為五台山的象徵，又稱釋迦牟尼舍利塔。

★【**萬佛閣**】，萬佛閣是塔院寺的屬廟，這裡供奉龍王，據說是五台山最靈驗的寺廟之一。



五台山



 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：一盞明燈素齋80 晚餐：萬豪酒店中華料理200

 **住宿** 五台山萬豪酒店 5星

第05天

五台山 (約200KM/2.5H)太原

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【**晉祠**】，位於太原市西南懸壺山麓，是中國歷史悠久的祠廟園林。最早是奉祀周武王之弟唐叔虞的祠廟。這裡自然環境優美，西靠懸壺山，園中有泉水經智伯渠、陸堡河蜿蜒流過。自南北朝以迄明、清各代，在忘屢有修建，逐漸形成一處綠蔭翳蔽、華館交錯的遊覽勝地。

★【**中國煤炭博物館**】，中國煤炭博物館基本陳列總體規劃為“七館一井”：煤的生成館、煤炭與人類館、煤炭開發技術館、當代中國煤炭工業館、煤炭藝術館、煤炭文獻館、中外交流館和模擬礦井。現在，對外開放的有煤的生成館、煤炭與人類館、煤炭藝術館、煤炭文獻館和模擬礦井。另外還新開發了古代壁畫館和煤礦安全教育館，在中國煤炭工業的兩個文明建設中發揮了重要作用，在中國行業博物館的建設和發展中走出了一條全新的道路。中國煤炭博物館地下礦井是亞洲最大的地下模擬礦井，占地面積3200平方米，參觀路線800米。礦井主要設有八大景觀：古代煤窯、運輸大巷、近代煤巷、炮采工作面、地質隧道、機械化掘進工作面、影視播放區、機械化採煤工作面。在模擬礦井中，以中國煤炭開發歷史和開採技術、勞動工具的發展為主線，通過大量實物原型或1:1比例的複製品給觀眾營造了一個別具一格的地下“煤炭遊樂宮”。

晉韻樓：作為“國家白金五鑽級酒家酒店”“中國餐飲業十佳企業”“中國誠信示範企業”“國家非物質文化遺產（麵食技藝）傳承單位”，晉韻樓大酒店把繼承和發揚山西飲食文化、新派晉菜的打造作為己任。

林香齋：老太原的“三大飯店”之一，宋朝年間，在開封通往長安的官道旁，有一大片松林，松林深處有人開設了一間酒店。過往的客商老遠就會聞見林中的酒菜香味，因而都樂於到此飲酒納涼，美餐一頓。久而久之，人們就不約而同地將這座酒店譽為“林香齋”。





晉祠



晉祠



中國煤炭博物館

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：晉韻樓麵食風味100 晚餐：林香齋飯店120

🏠 住宿 太原凱賓斯基大酒店5星或太原洲際大酒店5星或太原茂業JW萬豪酒店5星或太原喜來登酒店5星

第06天

太原 (約50KM,1H)常家莊園 (約88KM,1.5H)平遙

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

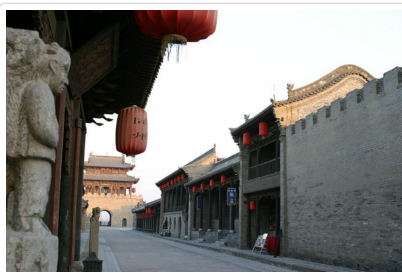
★【**常家莊園**】，是清代晉商巨賈常氏一族的私家莊園。每個院落中觸目可見的磚雕、木雕、石雕和木構件上的彩繪藝術，別具風采。院內樓廳台閣，雕梁畫棟，精緻恢宏，蔚為壯觀。另有七處園林，名花古木，高閣低亭，曲廊齋坊，水溪池潭，在千里堡牆八道堡門的環圍下，實現了主人可燕居、可耕讀、可修身、可遐想、可觀賞、可瀏覽、可悅心、可詠歎等“八可”追求的理想精神莊園。

★【**平遙古城**】(含★**電瓶車**)，參觀黃土高坡上至今仍維持原貌、漢唐的絲綢之路必經地平遙古城，距今已有2700多年的歷史，是目前中國保存最為完整的一座古代縣城原型，保存著中國最完整的古城牆，始建於西周宣王時期。平遙縣城牆明洪武三年(1370年)建，周長6.4公里，是山西現存歷史較早、規模最大的一座城牆。明、清兩代都有補修，但基本上還是明初的形制和構造。之後中國近代商業文明和銀行票號的發源地在城內誕生了第一家票號【日昇昌】。「日昇昌」的創立，在中國古近代金融史上具有劃時代意義。續遊覽依當時的風格建築的【鑄局】及【縣衙】升堂。在2001年12月，經聯合國教科文組織世界遺產委員會評審通過，被列入《世界文化遺產目錄》。

Q&A：山西莊園為什麼沒有排〈喬家〉而排〈常家〉：

喬家大院：占地1.642萬平方米，建築面積4175平方米，分6個大院，20個小院，313間房屋。

常家莊園：洋洋灑灑60多萬平方米，房屋4000餘間，樓房50餘座、園林13處，常家莊園要比喬家大院大許多，而且有園林。喬家大院和常家莊園都是影視基地，喬家大院因為拍攝《大紅燈籠高高掛》而出名。常家莊園所拍攝的影視劇更多：《白銀帝國》、《喬家大院》等著名影視劇。



常家莊園



常家莊園



平遙古城

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：萬順飯莊80 晚餐：酒店內平遙風味100

🏠 住宿 雲錦成公館准5星(平遙古城內)或平遙杏花村客棧准5星(平遙古城內)

第07天

平遙 (約40KM,1H)張壁古堡 (約9KM,20分鐘)綿山 (約210KM,2.5H)吉縣

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

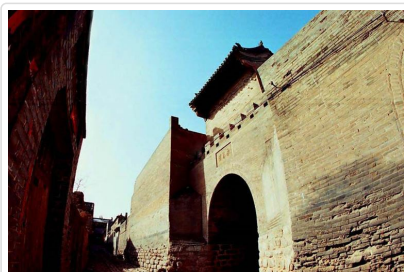
★【**張壁古堡**】，多數專家推定張壁古堡始建於十六國時期，係後趙豪強張平所建的眾多塢壁之一，距今已有1600多年的歷史。張壁古堡是中國現有較為完好的一座融軍事、居住、生產、星象、宗教活動為一體，罕見的古代袖珍“城堡”，它集中了夏商古文化遺址、北朝地道、金代墓葬、元代戲臺、明清民居等許多文物古跡，特別是北朝古地道、可汗廟、琉璃碑等為全國罕見。張壁古堡整個村子遵循中國傳統古代星象和堪輿理念建造，地面佈局與天上的二十八星宿相對應，因此，張壁古堡還被稱為“中國星象第一村”。

★【**綿山景區**】(含★**環保車**)，春秋時晉國介子推攜母隱居被焚在山上，所以綿山又名介山。綿山毗鄰古城平遙，又與靈石王家大院近在咫尺。綿山跨介休、靈石、沁源三市縣地界，最高海拔二千五百六十米，是太嶽山的一條支脈。有人說綿山“無峰不奇，無水不秀，無洞不幽，無道不險”，這大概不是誇大。這裡山光水色、文物勝跡、革命遺址集於一山，可說是步步有景景有典。

◎【大羅宮】，大羅宮依山而建，層樓傑閣，畫棟雕樑，金碧輝煌。整個建築群面積為三萬多平方米，共十三層組成，總高110米，遊客稱讚“可以與布達拉宮相媲美”，可謂天下道家第一宮觀。大羅宮始建年代不詳，據傳在春秋時介子推來綿山隱居，就有道家人物活動的遺跡，東漢時已有部分殿廟初具規模。唐開元十一年（723），玄宗皇帝南出雀鼠谷時，專程駕幸綿山緬懷前朝聖祖功德，感戴綿山諸神護佑李唐王朝的恩典，降旨敕修大羅宮諸殿。以後宋代元佑年間、明萬曆年間、清代康乾年間官方與民間屢加修葺。

◎【天橋】，是因修築在懸崖絕壁上的棧道而得名，有千餘年的歷史。長300余米，寬1米多，上離峰頂80余米，高入雲表；下距溝底300余米，懸于危岩上。每逢雨過雲湧，人在橋上過，雲在腳下飛，使人有平步青雲，飄飄欲仙之感。景區內主要建築是洞神宮、祖師殿、七真殿、水母殿、懸空長廊等和回頭看柏龍、兔橋、須彌石等名勝景觀。有孔明和張良等人的修行洞。此外還有中國古代最險絕的軍事堡壘【石勒寨】，地勢險峻，易守難攻。

◎【抱腹岩】，為綿山百餘處岩洞之首，因形如兩手抱腹，所以又叫抱腹岩。岩洞分上下兩層，上層是兩個直角排列的大岩洞，很像磚圍的“無量殿”，路斷處有木棧道溝通，自下仰望殿宇參差，勾欄蜿蜒，猶如空中樓閣。



張壁古堡



大羅宮



天橋

餐食 早餐：飯店早餐 午餐：宏遠國際大酒店80 晚餐：酒店內中式合菜100

住宿 吉縣吉州賓館准4星(當地最佳,2022全新開業)

第08天

吉縣 (約36KM,1H) 壺口 (約136KM,2.5H) 雲丘山 (約100KM,2H) 運城

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

全世界最大的黃色瀑布~★【壺口瀑布】(含★**電瓶車**)，黃河巨流一路奔騰，在山西和陝西交界處曲折南流，到山西吉縣與陝西宜川一帶，被兩岸蒼山挾持，約束在狹窄的石谷中。滔滔黃河，到此由300米寬驟然收束為50余米。這時河水奔騰怒嘯，山鳴谷應，形如巨壺沸騰，最後跌落深槽，形成落差達50米的壺口大瀑布。在去壺口的路上，可欣賞到黃土高原風情、晉陝大峽谷的雄偉壯麗的景色。“萬里黃河一壺收”到此可感受到中華民族的最強音。

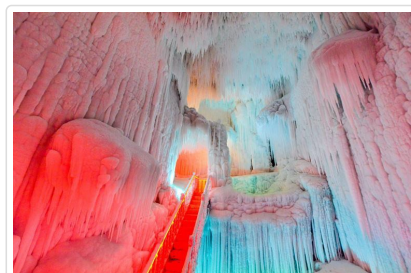
★【雲丘山冰洞群】(含★**電瓶車**)，世界上已發現的冰洞大多分布在極寒地帶，在山西雲丘山這樣緯度低，且本身不具備形成冰洞的地方卻能形成如此大規模的天然冰洞群，是冰洞研究領域至今未解的謎題，更是最具科學研究價值的天然冰洞群。雲丘山冰洞群位於北緯38度，隱藏在深山之中，洞外看起來普通，洞內卻別有洞天。冰筍、冰柱、冰錐、冰葡萄等隨處可見，冰的形態多達10餘種，洞內景色美輪美奐猶如仙境。

◎【塔爾坡古村】，此村落已有1500多年的歷史了，村裡共有二十多個院落，依山而建，有穴居土窯洞、璇拱石窯洞、石木結構的瓦房，是現存古民居的活化石。村中有多種古樹，其中有一棵隋槐四棵唐槐，元代的皂角樹，千年金錢樹(樂樹)。一條逾越千年的古道，還有人們在這生活留下農耕用具，這一切都見證著古村的悠久歷史。

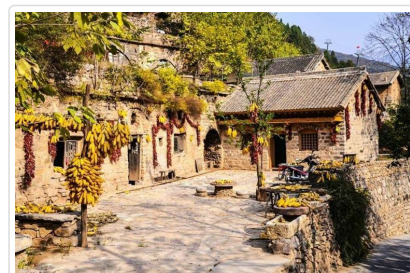
前往 - 夏朝的首都、春秋戰國時魏國的首都~運城，『華夏』的“夏”即是運城，這也是關羽的故鄉，也是道教呂洞賓仙人的故鄉。



壺口瀑布



雲丘山冰洞群



塔爾坡古村

餐食 早餐：飯店早餐 午餐：雲丘山琪爾康80 晚餐：酒店內中式合菜100

住宿 運城諾富特酒店准5星或運城深航國際酒店准5星(2022全新開業)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【**解州關帝廟**】，解州關帝廟是中國和海內外三大關帝廟之一。該廟於隋開皇九年（589年）創建，宋朝大中祥符七年（1014年）重建。關帝廟為東西走向，南北分開。南部為結義園，依次為結義坊、君子亭、三義閣、蓮花池、假山。北部為正廟，其中又分前院和後宮兩部分。依次為照壁、端門、雉門、午門、山海鍾靈坊、御書樓和崇寧殿。後宮以氣肅千秋坊、春秋樓居中，左右有刀樓、印樓對稱而立。東院有崇聖祠、三清殿、祝公祠、葆元宮、饗聖宮和東花園。西院有長壽宮、永壽宮、餘慶宮、歆聖宮、道正司、匯善司和西花園等。整個關帝廟共有殿宇百餘間，氣勢雄闊，被視為「武廟之冠」。

★【**永樂宮**】，全真教三大祖庭之一（其他兩座是陝西重陽宮、北京白雲觀）。始建於元代，原址位於永樂鎮（當時屬永濟縣），元朝初年，呂洞賓（號純陽）被道教全真派奉為北五祖之一，永樂鎮傳說是呂洞賓的故鄉，元太宗十二年（1240年）在此建「大純陽萬壽宮」，中統元年（1260年）主體工程竣工，後改稱「永樂宮」，至正十年（1358年）全部工程基本完成，前後歷時一百二十餘年。三清殿、純陽殿、重陽殿的壁畫和彩畫都很精美，其中三清殿內《朝元圖》壁畫是中國現存規模最大、題材最豐富的元代壁畫。

★【**鶴雀樓**】，是國家AAAA級旅遊景區，位於永濟市蒲州古城西向的黃河東岸、蒲州古城城南。鶴雀樓為四簷三層的仿唐式建築，樓體高73.9米，座南朝北，北依黃河水，南枕中條山，遠可眺舜都遺址，近可瞰黃河之水天上而來。鶴雀樓是黃河文化的標誌和象徵。

◎【**運城鹽湖**】，是世界三大硫酸鈉型內陸鹽湖之一。由於其鹽含量類似中東的“死海”，人在水中可以漂浮不沉，故被譽為“中國死海”。運城鹽湖是個古老而又典型的內陸鹹水湖，地質研究表明，運城鹽湖誕生於新生代第三紀喜馬拉雅構造運動時期，約有0.5億年歷史，自東北向西南延伸，長約30千米，寬3千米~5千米，湖面海拔324.5米，最深處約6米，總面積132平方千米。



永樂宮《朝元圖》



鶴雀樓



運城鹽湖

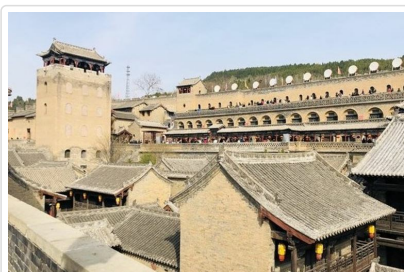
🍴 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：芮城大酒店80 晚餐：酒店內中式合菜150

🏠 **住宿** 運城諾富特酒店准5星或運城深航國際酒店准5星(2022全新開業)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【**皇城相府**】，位於山西省晉城市陽城縣北留鎮。皇城相府（又稱午亭山村）總面積3.6萬平方米，是清文淵閣大學士兼吏部尚書加三級、《康熙字典》總閱官、康熙皇帝35年經筵講師陳廷敬的故居，其由內城、外城、紫芸阡等部分組成，禦書樓金碧輝煌，中道莊巍峨壯觀，門築居府院連綿，河山樓雄偉險峻，藏兵洞層疊奇妙，是一處罕見的明清兩代城堡式官宦住宅建築群，被專家譽為“中國北方第一文化巨族之宅”。

★【**郭峪古城**】，位於皇城相府南300米（皇城相府實為郭峪古城的北翼城，侍郎寨為郭峪古城的東翼城），是“中國歷史文化名村”，是太行山麓一座城堡式村落。城內是獨具特色的明清建築群，為全國重點文物保護單位，被古建築學泰斗羅哲文譽為“中華民居之瑰寶”。又有“中國鄉村第一城”之稱。郭峪村規模宏大，形制完備。村落古建面積達18萬平方米，有城垣城樓、官宦府邸、宅第民居、廟宇祠堂、店鋪作坊、苑園園林、門樓影壁、水井、遺址等，不僅是沁河流域一處極具地方特色的古代建築群，蜂窩古堡群。被古建專家譽為中國古建築的集聚地。現存傳統院落建築格局、形式、材料以及工藝等方面保持原狀，整體設計和營造均出自當地工匠之手，是地方建築文化傳統的真實體現。



🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：金里谷餐廳80 晚餐：酒店內中式合菜100

🏠 住宿 高平大酒店准5星

第11天

高平 (約73KM,1H) 太行山南麓 (約130KM,2H) 長治

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

太行山南麓★【**王莽嶺**】，若說南太行最美的嶺在哪裡，那絕對王莽嶺莫屬。不登王莽嶺，豈識南太行。王莽嶺是豫晉兩省的分界點，懸崖之上屬山西陵川縣的王莽嶺景區，懸崖之下是萬仙山，兩個景區山連山，峰連峰，資源分享，優勢互補。相傳西漢王莽追趕劉秀到此安營紮寨，故名。又因其險峰幻疊，雲海浩瀚，瞬息萬變被稱之為“雲山幻影”。

★【**錫崖溝景區**】，位於王莽嶺景區南端四周落差1000多米的深谷之中，錫崖掛壁路被稱為世界奇觀。該區山陡溝深，地勢險惡，峭壁環列，大山的阻隔同時也造就了一個世外桃源，該區穀底阡陌交通，沔橋流水，田畦青翠，民風純樸，自然風光秀麗，村中有一個南北走向的大峽谷垂直分開，深邃悠長，峭壁如屏，砂岩如朱，一股清泉從壁間飛流而下，濤聲如雷，寒氣上逼，雲霧飄渺，蔚為壯觀。

【**掛壁公路**】，是一種最有特色的公路，是在峭壁（懸崖和高峻大山）上開鑿而出的奇險公路。交通專家稱，此類工程奇險、艱難，在中國築路史上都很少見。800里巍巍太行山中，共鑿有七條掛壁公路，其中工程量最大，歷時時間最長，也最為壯觀，當屬錫崖溝掛壁公路。



王莽嶺



錫崖溝景區



掛壁公路

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：花美時餐廳80 晚餐：潞安府100

🏠 住宿 長治濱湖文旅服務中心准5星或長治東明國際大酒店准5星或長治潤爾萊酒店准5星

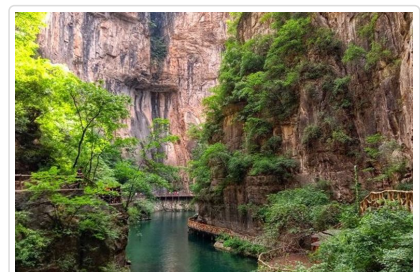
第12天

長治 (約95KM,2H) 太行山大峽谷 (約177KM,3H) 安陽

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【**上黨門**】，現存的上黨門和兩側的鐘鼓樓則為明代知州馬暉所修。明弘治九年，潞州知州馬暉在其為任六年之後，在“政治民孚，治有餘力”的情況下，對原來的鐘鼓樓進行了大規模的整修改建，“樸素渾堅，雄偉固壯”，這就是今天的鐘鼓樓，這就是今天的上黨門。上黨門位於山西省長治市城內西街，是古上黨郡衙署大門，始建於隋開皇年間（581—600年），金代毀於兵火，現存上黨門和左側鐘樓為明洪武年間重建，右側鼓樓則為天順年間增建。鐘鼓二樓平行排列，一曰“風馳”，一曰“雲動”，以示高聳如雲之意。現已成為長治市的象徵。

★【**太行山大峽谷八泉峽**】（單程電梯纜車+遊船+往返觀光車票），八泉峽是太行山大峽谷中氣勢宏大、內涵豐富的一個高品位景區，基本包括了太行山山水自然風光之精髓。境內最高處山峰海拔達1700余米，溝壑最低處僅600余米，相對落差達1100余米。峽谷全長13公里流域面積60.33平方公里，泉源300餘處，飛瀑30餘條。峽谷後部有八股達的泉水同出一地，峽谷中部亦有兩處泉群均為八個泉眼，三處泉處均合“八”數，故得名八泉峽。旅遊項目為“地上看、天上觀、水中游、雲中行”。



餐食 早餐：飯店早餐 午餐：景區內合菜80 晚餐：酒店內中式合菜100

住宿 安陽富力萬達嘉華酒店准5星或安陽迎賓館准5星

第13天

安陽 (高鐵約2.5H)北京西站 (約75KM,1.5H)日出東方凱賓斯基

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【殷墟博物館】《世界文化遺產》，安陽市殷墟博物館，即殷墟博物苑，位於河南省安陽市。因其坐落在殷墟宮殿宗廟遺址而命名，是中國考古學的誕生地，甲骨文發祥地，又是中宣部公佈的全國百個愛國主義教育示範基地之一和首批全國旅遊景區全國青年文明號，屬歷史遺址類型的全國重點文物保護單位。殷墟博物館中展出的文物，每件都是國寶級精品。殷墟博物館直接折射出了殷商歷史，是商代輝煌歷史的縮影。

午餐後搭乘★**高鐵(一等座)**前往北京。**安陽早上特別安排一部專車，將您的大行李載運到北京入住的酒店**，如此您就不用提大行李進出高鐵站上下高鐵了。※如遇一等座滿座改訂二等座，則退實際價差※

高鐵抵達北京西站，專車接往懷柔，位於雁栖湖畔的「日出東方凱賓斯基酒店」入住。「日出東方凱賓斯基酒店」是2014年11月5日APEC峰會官方舉辦地之一。位於燕山腳下的雁棲湖畔，山水交融，北望長城隱現其間，南偎綠野一馬平川，每年春秋兩季還有成群的大雁來湖中棲息。

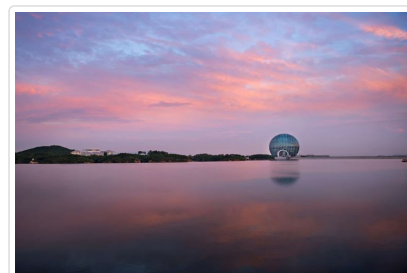
註：因安陽到日出東方凱賓斯基酒店車程約7~8小時，所以今日早上貴賓在飯店早餐前，就需把大行李上行李車。



殷墟博物館



殷墟博物館



日出東方凱賓斯基

餐食 早餐：飯店早餐 午餐：盛德利豫菜風味100 晚餐：日出東方凱賓斯基中華料理200

住宿 日出東方凱賓斯基酒店5星(指定湖景房)

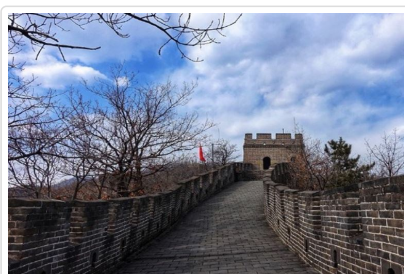
第14天

北京→桃園

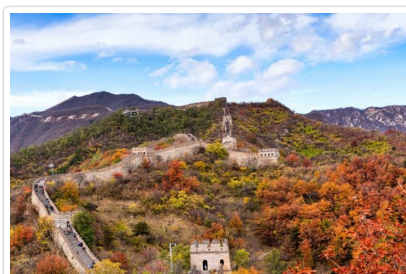
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

貴賓們走了13天的行程，今天早上輕鬆一下，早上自由漫步於雁栖湖畔，大約11點再出發前往慕田峪長城。

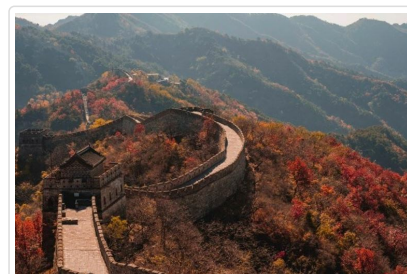
★【慕田峪長城】(含★纜車上下)，是明朝萬里長城的精華所在。慕田峪長城的構築有著獨特的風格，這裡敵樓密集，關隘險要，城兩側均有垛口。慕田峪長城旅遊區群山環抱，風景秀麗。春季，群芳爭妍，山花爛漫；夏季，滿山青翠，流水潺潺；秋季，紅葉漫山，果實纍纍；冬季，白雪皚皚，銀裝素裹，一派北國風光，在中外享有「萬里長城慕田峪獨秀」的美譽。慕田峪長城1987年被評為新北京十六景之一，1992年被評為北京旅遊世界之最。



慕田峪長城



慕田峪長城



慕田峪長城

■ 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。
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。

- 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。
- 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）。
- 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