



宜~花現東台灣



行程表

	第一天	第二天	第三天	第四天
早上行程	10:06 羅東火車站集合	8:30集合 車上享用宜蘭名店「長虹早點」	7:30飯店集合吃早餐	早上9:00集合 飯店內享用早餐
	10:30 在百匯窯烤雞餐廳用餐	9:30 花蓮太魯閣國家公園(布洛灣台地賞楓+布洛灣吊橋)	8:30出發前往台東 10:30 伯朗大道租腳踏車 拍照晃晃	11:00 出發前往三仙台
下午行程	12:30 斑比山丘與小鹿拍照	12:00慕名私房料理享受原住民料理	12:00 池上翠華小館享用午餐	13:00星巴克回欄門市 拍照吃點心
	2:00 集合前往安農溪	13:30花蓮壽豐農場小龍蝦現抓現烤體驗	14:00 台東栗松野溪溫泉	14:45出發前往羅東車站
	2:30 於安農溪泛舟報到(預計5:30結束)	15:30原野牧場欣賞七星潭順便喝羊奶與看羊	17:00 鐵花村音樂聚落	
晚上行程	18:00 抵達參加壹民宿放行李	17:30立德布洛灣山月村餐廳 享用原住民餐	18:00 星星部落景觀咖啡	
	18:30 前往羅東市區 自由時間(羅東觀光夜市 奕順軒 宜蘭餅)	19:00 入住飯店 麗格休閒飯店 LIGA HOTEL	20:00 趣淘漫旅	
	預估20:30集合回民宿(若不須司機接送 想在市區待久一點 可自行叫車)	19:00 之後自由活動 可逛花蓮市區 東大門夜市等	20:00 之後自由活動 可逛台東市區	



行前須知

特別注意事項：

1. 本次行程有安排泛舟活動，建議泛舟服裝如下：薄外套、球鞋、防曬油、長褲。(當天請準備更換衣物與毛巾)
2. 本次行程出發地為中壢火車站並於台北轉車，若欲自行前往或是更改上車地點請於事前告知
3. 報名前請先行下載並填寫泛舟切結書並寄送電子檔給本旅行社，若未填寫本公司有權取消該活動並不予退費

(<http://ann.9895566.com.tw/2023%E5%B9%B4%E6%9C%88%E5%AE%89%E8%BE%B2%E6%BA%AA%E6%B3%9B%E8%88%9F%E6%B4%BB%E5%8B%95%E5%88%87%E7%B5%90%E6%9B%B8.pdf>)

必備物品：

- 1) 隨身攜帶身分證、健保卡、學生證、駕照以備不時之需。
- 2) 準備防曬用品及一些簡單藥品，如綠油精、暈車藥、防曬乳液。
- 3) 攜帶一些禦寒衣物和一些長袖外衣和外套。
- 4) 飯店備有SPA大眾池，泳衣請視個人需要攜帶。
- 5) 舒適的衣物和鞋子和一顆愉快的心。

注意事項：

1. 個人藥品請個人攜帶，勿與他人共用。
2. 請注意集合出發時間，不要遲到或脫隊。
3. 戲水嚴禁進入深水區。
4. 注意大夥的集合時間，若有意更改自身行程請另行通知領隊。
5. 本次行程有安排泛舟活動，建議著長袖衣物避免曬傷。
6. 出外請不要攜帶太多現金，建議攜帶信用卡、提款卡，如現金不夠再行提款，或刷卡。
7. 近日山區氣候早晚溫差大且陰晴不定，請攜帶一兩件禦寒衣物與雨具。

補充：

1. 山居飯店多無刷卡設備，請事先確認向領隊確認，提早於山下領錢。
2. 請盡量少佩帶貴重金飾。

安農溪泛舟安全須知

1. 泛舟人員請平均跨坐於橡皮艇之兩邊，強壯有力者請坐在前面，兩邊人員合力划槳，疲倦時左右換位，划槳時要用腰部力量，不要靠手力。
2. 如遇激流時，船頭應朝向水流，避免打橫，兩腿夾緊船舷，外側腳向後曲起，以免碰撞受傷；收起划槳、抓緊艇繩，在任何情況下不輕易移動位置、不得站立，以免改變船之重心。
3. 順著主流前進，以求快速省力。
4. 至河流轉彎處，船體儘量靠近河凹水流最急處，若靠近河岸凸出，則可能因水流形成漩渦，而使船打轉停滯。補充：
5. 山居飯店多無刷卡設備，請事先確認向領隊確認，提早於山下領錢。
6. 請盡量少佩帶貴重金飾。

安農溪泛舟注意事項:

1. 泛舟活動並非適合所有人，患有心臟血管疾病、癲癇症、孕婦、飲酒者，及國小一年級以下孩童不宜泛舟。
2. 如遇天然災害、颱風、水量不足、或其他安全考量因素需停航時，得將行程延期。
3. 泛舟時請勿攜帶貴重物品，例如：手機、手錶、戒指、耳環、眼鏡、隱形眼鏡等。
4. 請攜帶一套衣服，以便換裝。
5. 泛舟係緊張、劇烈的活動，需雙方共同注意安全承擔風險，業者已投保公共意外險500萬（自付款2500元）只支付醫療費用，不支付照顧健保、工作損失及精神賠償費用。

每天行程

DAY

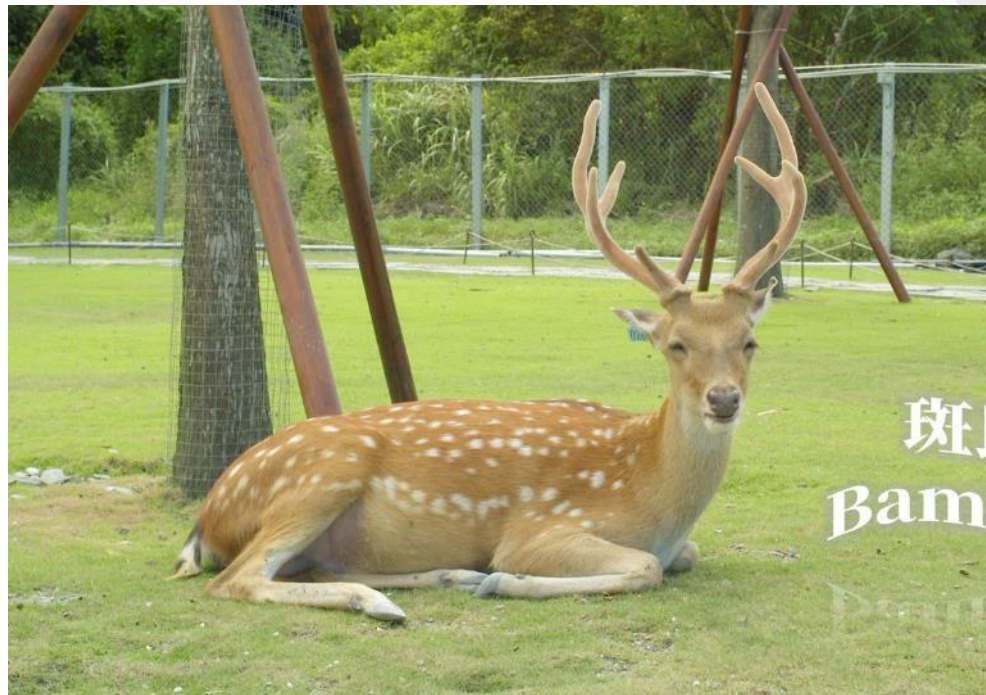
1



羅東火車站集合



百匯窯烤雞餐廳用餐



斑比山丘與小鹿拍照

自由時間(羅東觀光夜市、奕順軒)



DAY

1



前往安農溪泛舟



參加壹民宿 放行李

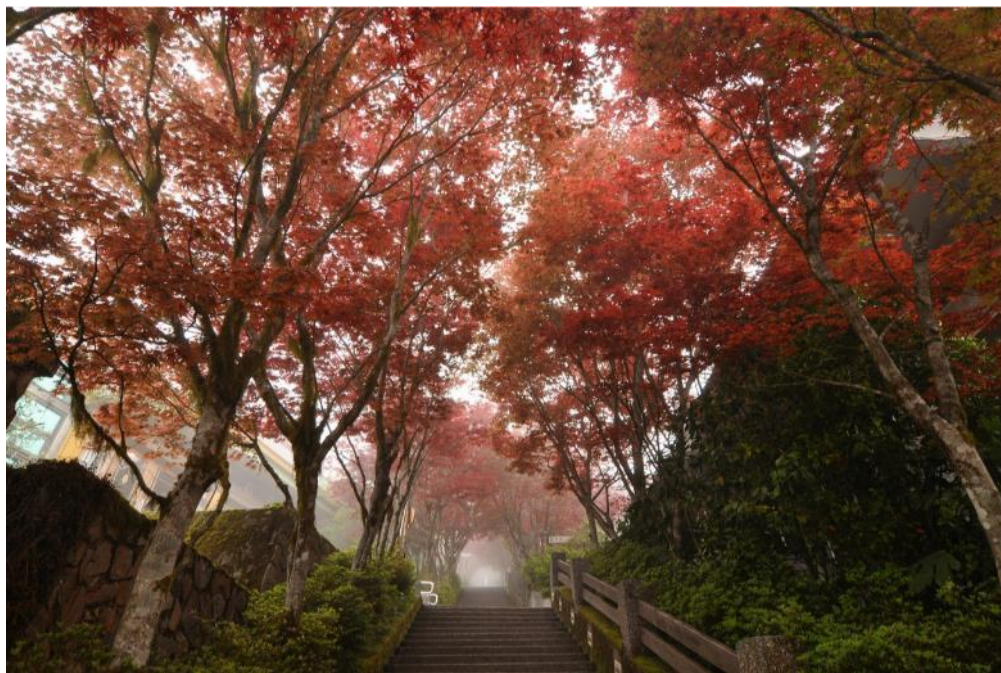
DAY

2

車上享用宜蘭名店「長虹早點」



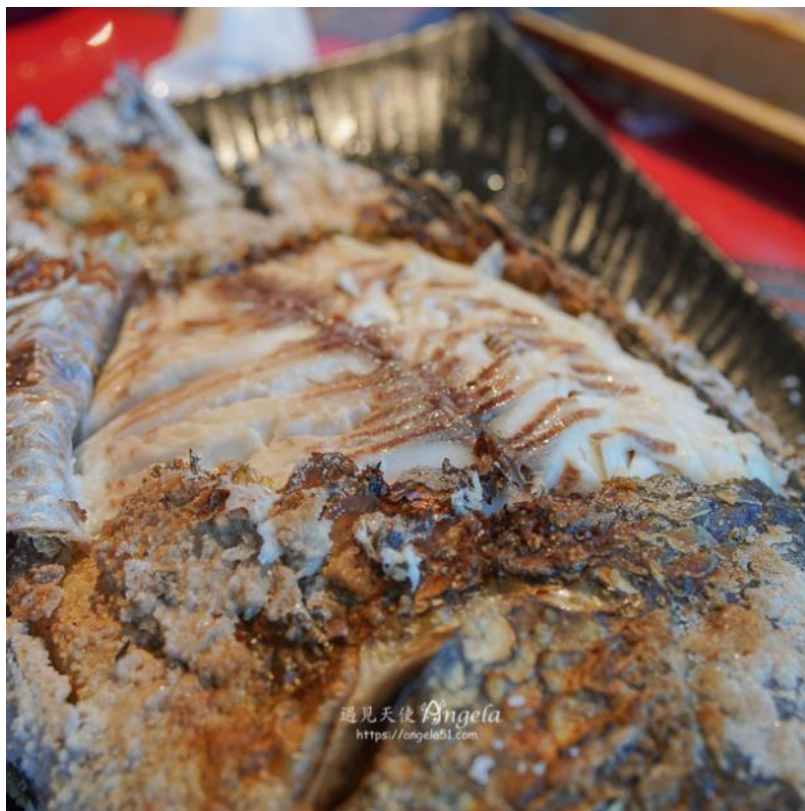
前往花蓮



花蓮太魯閣國家公園(布洛灣台地賞楓+布洛灣吊橋)

DAY

2



慕名私房料理



壽豐農場小龍蝦現抓現烤體驗

DAY

2



原野牧場 欣賞七星潭順便喝羊奶與看
羊

DAY

2



★photo@瑪格
margaret1122.pixnet.net★

立德布洛灣山月村餐廳



麗格休閒飯店

自由活動 可逛花蓮市區 東大門夜市等



DAY

3

飯店集合吃早餐



前往台東



伯朗大道租腳踏車 拍照晃晃



池上翠華小館享用午餐

DAY

3



台東栗松野溪溫泉



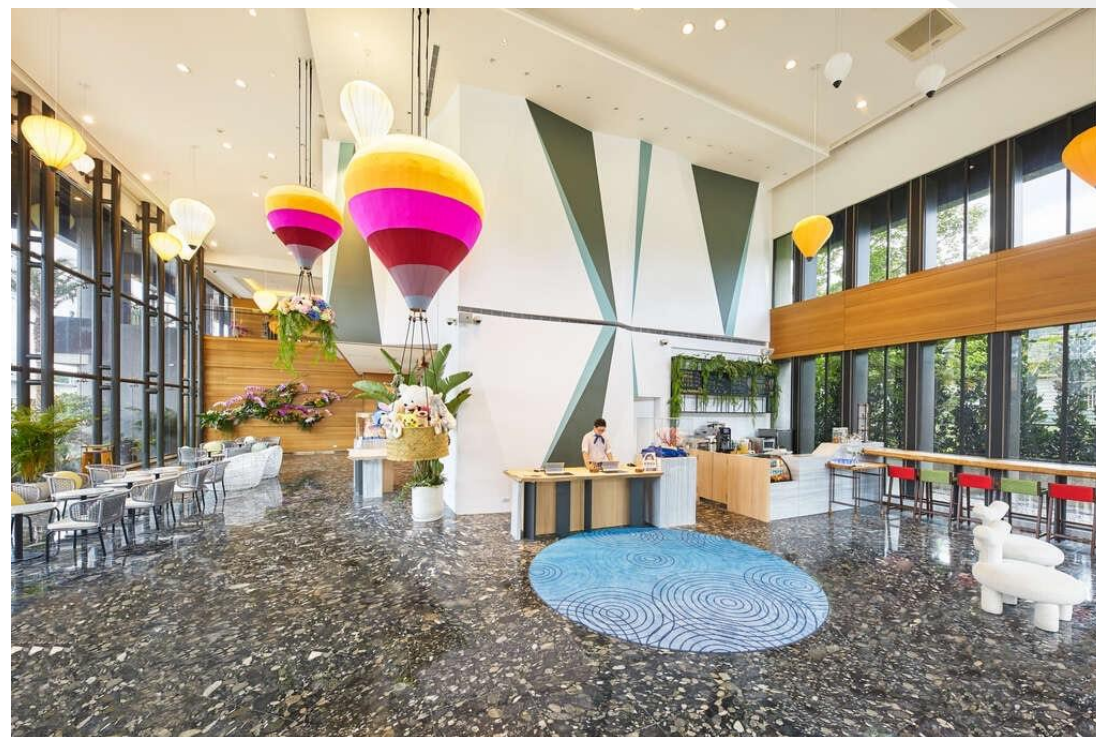
鐵花村音樂聚落

DAY

3



星星部落景觀咖啡



趣淘漫旅

自由活動可逛台東市區



DAY

4

飯店集合吃早餐



前往三仙台



三仙台



星巴克回欄門市 拍照吃點心

DAY

4



前往羅東車站