



【赤道之國】厄瓜多爾(基多、達爾文群島) 8/12 天探索之旅 LUUIU08N/12N

【印加帝國】秘魯(利瑪、印加古都「庫斯科」、馬丘比丘古城、納斯卡神秘線條)

Ecuador (Quito, Galapagos Islands), Peru (Lima, Cuzco, Machu Picchu, Nazca) 8/12 Days

**香港特區護照  
免簽證**



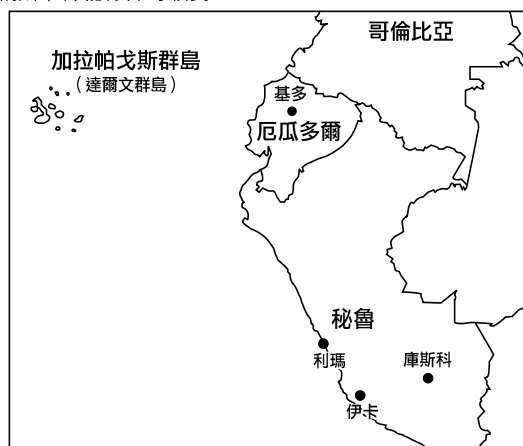
荷蘭皇家航空



- **厄瓜多爾**：是一個位於南美洲西北部的國家，與哥倫比亞及秘魯接壤。由於赤道橫貫了厄瓜多爾的國境，再加上在西班牙文中「厄瓜多爾」的意思就是「赤道」，故擁有「赤道之國」的別稱，亦因為盛產香蕉而又被稱為「香蕉之國」。厄瓜多爾的旅遊資源很豐富，在數小時內，遊客既可以享受陽光燦爛的黃金海岸，穿越白雪皚皚的群山，又可以翻越安第斯山脈的壯麗火山到達神秘的亞馬遜河流域。厄瓜多爾是地球上物種多樣性最豐富的國家之一。
- **加拉帕戈斯群島(達爾文群島)**：位於太平洋東部赤道兩側。由 16 個大島和許多小島及巖礁組成。群島由火山爆發而成，氣候涼爽，雨量較少。高等植物及動物各約有 700 多種，其中有三分之一以上是當地特有品種。大陸上已絕跡的巨龜於群島仍存在，而在西班牙文中「加拉帕戈斯群島」就是指「龜島」。著名學者達爾文曾跟隨「貝格爾號」考察群島中的多個島嶼，對各島上十餘種地雀之間的差異十分驚奇，對他後來提出的「進化論」起了關鍵的作用。
- **秘魯**：處於南美洲的西部，北鄰厄瓜多爾和哥倫比亞，東與巴西和玻利維亞接壤，南接智利，西瀕太平洋。秘魯是南美洲最具原住民風味的國家之一，曾孕育了美洲最早人類文明之一的「小北史前文明」以及於前哥倫布時期美洲的最大國家印加帝國。除了文化上的特色，秘魯也有很多古蹟可以參觀，其中最著名的是「世界七大奇蹟」之一的馬丘比丘遺跡，亦有被譽為「世上最難解開之謎」的納斯卡神秘線條可欣賞。

## 行程特點：

1. 到訪著名地標～**赤道紀念碑**，身處「地球的中心」，體驗腳踏赤道線，橫跨南北半球的有趣時刻，並拍照留念。
2. 參與**加拉帕戈斯群島(達爾文群島)**的生態遊，探索大自然的奧秘及認識大自然各種動植物。
3. 乘坐高空纜車，於高空近距離欣賞**皮契恰火山**景色。
4. 前往高原古城～**庫斯科**，乘坐登山火車到訪**馬丘比丘古城**，印證印加帝國之興衰。(LUUIU12N 適用)
5. 乘坐小型觀光飛機，鳥瞰**納斯卡神秘線條**。(LUUIU12N 適用)



## 8 天團精彩行程 LUUIU08N

LUUIU08N/12N

### Day 1

**香港 → 阿姆斯特丹 (荷蘭)**

Hong Kong → Amsterdam (Netherlands)

### Day 2

**阿姆斯特丹 → 基多 (厄瓜多爾首都)**

Amsterdam → Quito (Ecuador)

- **基多**：位處於海拔 2,850 公尺的基多為世界上第二高的首都（僅次於玻利維亞的拉巴斯），城鎮西南區至今仍保存著許多西班牙殖民時期的建築風貌，亦是全世界第一個獲得聯合國教科文組織選列為「世界文化遺產」的城市。

### Day 3

**基多—聖弗朗希斯科教堂—孔帕尼亞德耶穌大教堂—赤道紀念碑—小麵包山—女神雕像—皮契恰火山 (包乘吊纜車)\***

Quito-Iglesia de San Francisco-Iglesia de la Compania de Jesus-Equatorial Monument-El Panecillo-El Monumento a la Virgen de Quito-Volcan Pichincha (Cable Car)

- **聖弗朗希斯科教堂**：位於市內廣場，採用巴洛克建築風格，具有西班牙美洲殖民教堂的建築風範，教堂內珍藏著許多西班牙人和印第安人的繪畫及物品。
- **孔帕尼亞德耶穌大教堂**：據說教堂內的四周牆壁、祭壇及天花板共用了近七萬噸的黃金裝飾而成，親臨這座教堂你將能感受到當地天主教徒對信仰的虔誠。
- **赤道紀念碑**：橫跨南北半球赤道的厄瓜多爾是全球唯一以赤道來命名的國家，厄瓜多爾 (Ecuador) 於西班牙文便是指赤道，因此厄瓜多爾亦享有「赤道之國」的美稱。赤道紀念碑高 10 米，以赭紅色花崗岩建造，造型呈方柱形，四周標註了東、南、西、北的標準方位。碑頂是一個大型的石刻地球儀。在這裡，你能親自體驗腳踏地上白色的赤道線，感受橫跨南北半球的快感。
- **小麵包山**：由於陡峭的山丘貌似麵包山而得名，而山上豎立著一座象徵爭取獨立自由的女神雕像。這裡不但是基多的地標，亦是飽覽古老舊城及遠方火山的最佳地點。
- **皮契恰火山**：位於基多以東，是有兩個峰頂的複式活火山。安排乘坐高空纜車，欣賞厄瓜多爾著名的皮契恰火山及附近山脈的美景。

\* 行程可能會因當時天氣情況而有所更改，敬請留意。

### Day 4

**基多 → 內陸航機 → 【世界自然遺產】加拉帕戈斯群島 (達爾文島)**

Quito → (Domestic Flight) → Galapagos Islands

- **加拉帕戈斯群島**：又稱為「達爾文島」，位於太平洋四大洋流的交匯處，距離厄瓜多爾大約為 972 公里，群島的 13 個主要島嶼是由海底火山爆發而形成的，由於長期與外界隔絕，至今仍保留著最原始的面貌及自然物種，更於 1978 年獲聯合國教科文組織選為世界第一個自然遺產。這裡亦是全球十大浮潛聖地之一。十九世紀時，達爾文隨英國船隊來到群島研究物種起源，得出了有關生物進化的最初理論，思考出「物競天擇，適者生存」的大道理，從而得出了有關生物進化的最初理論，為後來舉世聞名的「進化論」奠定了堅實的基礎。

### Day 5

**加拉帕戈斯群島生態遊 (觀賞抹香鯨、鍾頭鯊、寬吻海豚及加拉帕戈斯企鵝等海洋生物)\*▲**

Galapagos Islands (Eco Tourism)

- **加拉帕戈斯群島生態遊**：16 世紀初以前，世人還不知道加拉帕戈斯群島的存在。直到 1535 年，巴拿馬主教佛裏·湯瑪斯在前往秘魯途中意外發現了這些群島，由於對島上眾多的大陸龜印象深刻，遂將其命名為加拉帕戈斯群島，於西班牙語便是指「大龜」的意思。加拉帕戈斯群島長期與外界隔絕，動植物自行生長發育，形成了獨自的特點，造就了島上獨特而完整的生態系統。最初，是由鳥或海船偶爾地把南美大陸的植物種子帶到島上，然後種子落地生根，適應新環境而自生繁衍。群島上可以發現很多罕見的花草樹木、飛禽走獸，許多物種舉世難覓其二，據統計，島上的 800 多種植物之中，約 300 種是群島特產，58 種鳥類中，有 28 種是舉世無雙，24 種爬行動物全部是獨一無二的物種。或許島上較少受外來的干擾，沒有天敵的存在，所以動物性情相對溫和及不怕人。安排乘坐快艇，前往不同小島進行生態旅遊。加拉帕戈斯群島的位置極其特殊，正好處於寒暖洋流交匯處，來自南部的秘魯氣流及北部的赤道暖流交匯於此，海洋物種異常豐富，喜寒喜暖的動物一應俱全。你將有機會親眼目睹加拉帕戈斯海獅、海豚、鯊魚、企鵝，在島上自由自在生活。

\* 行程可能會因當時天氣及海浪情況而有所更改，此外，各種生物之出沒時段及地點均非人力所控制，本社並不能保證貴賓必定能觀賞得到，敬請留意。

▲ 加拉帕戈斯群島生態遊將安排與來自世界各國之旅客一同遊覽，敬請留意。

### Day 6-7

**加拉帕戈斯群島 → 內陸航機 → 瓜亞基爾 → 香港 (途經荷蘭，阿姆斯特丹轉機)**

Galapagos Islands → (Domestic Flight) → Guayaquil → Hong Kong (Transit at Amsterdam, Netherlands)

# 航機於第 6 天晚上出發，橫渡國際子午線，並於第 8 天抵達香港。

### Day 8

**香港**

Hong Kong



聖弗朗希斯科教堂



赤道紀念碑



皮契恰火山



寬吻海豚

12 天團精彩行程 LUUIU12N

LUUIU08N/12N

Day 1

香港 → 阿姆斯特丹 (荷蘭)  
Hong Kong → Amsterdam (Netherlands)

Day 2

阿姆斯特丹 → 基多 (厄瓜多爾首都)  
Amsterdam → Quito (Ecuador)

- **基多**：位處於海拔 2,850 公尺的基多為世界上第二高的首都 (僅次於玻利維亞的拉巴斯)，城鎮西南區至今保存著許多西班牙殖民時期的建築風貌，亦是世界第一個獲得聯合國教科文組織選列為「世界文化遺產」的城市。

Day 3

基多—聖弗朗希斯科教堂—孔帕尼亞德耶穌大教堂—赤道紀念碑—小麵包山—女神雕像—皮契恰火山 (包乘吊纜車)\*

Quito-Iglesia de San Francisco-Iglesia de la Compania de Jesus-Equatorial Monument-El Panecillo-El Monumento a la Virgen de Quito-Volcan Pichincha (Cable Car)

- **聖弗朗希斯科教堂**：位於市內廣場，採用巴洛克建築風格，具有西班牙美洲殖民教堂的建築風範，教堂內珍藏著許多西班牙人和印第安人的繪畫及物品。
- **孔帕尼亞德耶穌大教堂**：據說教堂內的四周牆壁、祭壇及天花板共用了近七萬噸的黃金裝飾而成，親臨這座教堂你將能感受到當地天主教徒對信仰的虔誠。
- **赤道紀念碑**：橫跨南北半球赤道的厄瓜多爾是全球唯一以赤道來命名的國家，厄瓜多爾 (Ecuador) 於西班牙文便是指赤道，因此厄瓜多爾亦享有「赤道之國」的美稱。赤道紀念碑高 10 米，以赭紅色花崗岩建造，造型呈方柱形，四周標註了東、南、西、北的標準方位。碑頂是一個大型的石刻地球儀。在這裡，你能親自體驗腳踏地上白色的赤道線，感受橫跨南北半球的快感。
- **小麵包山**：由於陡峭的山丘貌似麵包山而得名，而山上豎立著一座象徵爭取獨立自由的女神雕像。這裡不但是基多的地標，亦是飽覽古老舊城及遠方火山的最佳地點。
- **皮契恰火山**：位於基多以東，是有兩個峰頂的複式活火山。安排乘坐高空纜車，欣賞厄瓜多爾著名的皮契恰火山及附近山脈的美景。

\* 行程可能會因當時天氣情況而有所更改，敬請留意。



基多



聖弗朗希斯科教堂

Day 4

基多 → 內陸航機 → 【世界自然遺產】加拉帕戈斯群島 (達爾文島)

Quito → (Domestic Flight) → Galapagos Islands

- **加拉帕戈斯群島**：又稱為「達爾文島」，位於太平洋四大洋流的交匯處，距離厄瓜多爾大約為 972 公里，群島的 13 個主要島嶼是由海底火山爆發而形成的，由於長期與外界隔絕，至今仍保留著最原始的面貌及自然物種，更於 1978 年獲聯合國教科文組織選為世界第一個自然遺產。這裡亦是全球十大浮潛聖地之一。十九世紀時，達爾文隨英國船隊來到群島研究物種起源，得出了有關生物進化的最初理論，思考出「物競天擇，適者生存」的大道理，從而得出了有關生物進化的最初理論，為後來舉世聞名的「進化論」奠定了堅實的基礎。



女神雕像

Day 5

加拉帕戈斯群島生態遊 (觀賞抹香鯨、鍾頭鯊、寬吻海豚及加拉帕戈斯企鵝等海洋生物)\*▲

Galapagos Islands (Eco Tourism)

- **加拉帕戈斯群島生態遊**：16 世紀初以前，世人還不知道加拉帕戈斯群島的存在。直到 1535 年，巴拿馬主教佛裏·湯瑪斯在前往秘魯途中意外發現了這些群島，由於對島上眾多的大陸龜印象深刻，遂將其命名為加拉帕戈斯群島，於西班牙語便是指「大龜」的意思。加拉帕戈斯群島長期與外界隔絕，動植物自行生長發育，形成了獨自的特點，造就了島上獨特而完整的生態系統。最初，是由島或海船偶爾地把南美大陸的植物種子帶到島上，然後種子落地生根，適應新環境而後生息繁衍。群島上可以發現很多罕見的花草樹木、飛禽走獸，許多物種舉世難覓其二，據統計，島上的 800 多種植物之中，約 300 種是群島特產，58 種鳥類中，有 28 種是舉世無雙，24 種爬行動物全部是獨一無二的物種。或許島上較少受外來的干擾，沒有天敵的存在，所以動物性情相對溫和及不怕人。安排乘坐快艇，前往不同小島進行生態旅遊。加拉帕戈斯群島的位置極其特殊，正好處於寒暖洋流交匯處，來自南部的秘魯氣流及北部的赤道暖流交匯於此，海洋物種異常豐富，喜寒喜暖的動物一應俱全。你將有機會親眼目睹加拉帕戈斯海獅、海豚、鯊魚、企鵝，在島上自由自在生活。

\* 行程可能會因當時天氣及海浪情況而有所更改，此外，各種生物之出沒時段及地點均非人力所控制，本社並不能保證貴賓必定能觀賞得到，敬請留意。

▲ 加拉帕戈斯群島生態遊將安排與來自世界各國之旅客一同遊覽，敬請留意。



海洋鬣蜥

## Day 6

### 加拉帕戈斯群島 → 內陸航機 → 基多 → 利瑪 (秘魯)

Galapagos Islands → (Domestic Flight) → Quito → Lima (Peru)

## Day 7

### 利瑪 → 庫斯科 (印加古都) — 市內觀光 (太陽神殿、中央廣場、庫斯科大教堂、昔日印加帝國軍事要塞～薩庫沙瓦曼城堡) — 晚上欣賞傳統民族歌舞表演

Lima → Cuzco-City Tour (Tambomachay-Sacayhuaman)-Folklore Show

- 庫斯科：昔日印加帝國首都「庫斯科」。該城於 16 世紀中曾遭西班牙佔領，原有之印加傳統建築幾乎全被破壞。市內名勝古蹟，如聖水神殿、大教堂 La Cathedral、修道院 La Merced、中央廣場 Huacaypata。其後再往昔日印加帝國最重要之軍事要塞 Sacsayhuaman，當年每天動用三萬人次，歷時八十載建成之廣大石垣城塞。該城塞至今仍令現代人嘆為觀止。



庫斯科

## Day 8

### 庫斯科 — (乘登山火車)<sup>#</sup> — 世界新七大奇蹟、有空中之城的美譽～「馬丘比丘」古城 — (乘登山火車) — 庫斯科

Cuzco-Train-Machu Picchu-Train-Cuzco

- 馬丘比丘：乘專線登山火車前往位於海拔 2460 公尺上之空中之城「馬丘比丘」。該古城於 1911 年被考古學家在叢中發現，並掘出 173 件骸骨。古城建在懸崖峭壁上，分成數個區域：墓園區、監獄區、住戶區及神殿區。域內水道至今流水仍清澈。西班牙史書中並未有記載此城，考古學家推斷此乃印加帝國之聖地，最高祭司居住之神殿，城內之女性乃祭典中奉獻給太陽神的祭品。此城為一般印加人之禁城，至於為何被遺棄而湮沒於叢林中，至今仍是個謎，此處更被列入世界十大景點之一。

# 若因受天雨、山泥傾瀉或其他因素引致登山火車未能服務，本公司將安排團隊改乘坐旅遊巴士前往馬丘比丘，敬請留意。



薩庫沙瓦曼城堡

## Day 9

### 庫斯科 → 利瑪 — 市內觀光 (馬丁廣場、亞馬斯廣場、古老的修道院) — 伊卡

Cuzco → Lima-City Tour-Ica

- 利瑪：秘魯首都，秘魯是曾經縱橫南美洲之印加帝國的 centre。這個神秘古國所留下的遺蹟，至今仍然令遊客讚嘆不已。所以被旅遊界譽之為「南美洲最具觀光價值的國家」。



亞馬斯廣場

## Day 10-11

### 伊卡 — 重本安排乘坐觀光小型飛機空中暢遊 — 「納斯卡神秘線條」 — 利瑪 → 香港 (途經荷蘭，阿姆斯特丹轉機)

Ica-Nazca (Air Tour)-Lima → Hong Kong (Transit at Amsterdam, Netherlands)

- 納斯卡神秘線條：獨特的納斯卡神秘線條空中鳥瞰旅程，位於納斯卡的地上巨型圖案，是南美享負盛名的謎樣文化遺蹟。這些圖形之大，必須從空中俯瞰方能看清，過往不少科學家、天文學者花畢生的精力，嘗試解開這些線條之謎。有說是印第安人造來讓天神看的天文曆，叫天神得知他們的願望和心意；又有說是印加帝國時期的灌溉系統；有更誇張的則認為它們是以前外星人降落跑道的部份。但究竟它們是誰人繪畫、為何繪畫及何時繪畫，至今仍然是個謎。團友將安排乘坐觀光飛機，於空中觀賞散布在納斯卡平原上各式直線、幾何模型及動物等圖案，感受其神秘之氣氛。

# 航機於第 10 天晚上出發，橫渡國際子午線，並於第 12 天抵達香港。



觀光小型飛機空中暢遊

## Day 12

### 香港

Hong Kong

LUUIU08N :

LUUIU08N/12N

| 天數 | 早餐   | 午餐    | 晚餐    | 城市 / 地區 | 住宿酒店                    |
|----|------|-------|-------|---------|-------------------------|
| 1  |      |       | 航機上   | 阿姆斯特丹   | 機場鄰近酒店                  |
| 2  | 酒店享用 | 航機上   | 酒店享用  | 基多      | Swissotel 或同級           |
| 3  | 酒店享用 | 當地餐廳  | 當地餐廳  |         |                         |
| 4  | 酒店享用 | /     | 酒店享用  | 加拉帕戈斯群島 | Finch Bay Eco Hotel 或同級 |
| 5  | 酒店享用 | 輕便午餐▲ | 輕便晚餐▲ |         |                         |
| 6  | 酒店享用 | /     | 航機上   | —       | 航機上                     |
| 7  | 航機上  |       |       |         |                         |
| 8  | 航機上  | 安抵香港  |       |         |                         |

LUUIU12N :

| 天數 | 早餐    | 午餐              | 晚餐           | 城市 / 地區 | 住宿酒店                                                             |
|----|-------|-----------------|--------------|---------|------------------------------------------------------------------|
| 1  |       |                 | 航機上          | 阿姆斯特丹   | 機場鄰近酒店                                                           |
| 2  | 酒店享用  | 航機上             | 酒店享用         | 基多      | Swissotel 或同級                                                    |
| 3  | 酒店享用  | 當地餐廳            | 當地餐廳         |         |                                                                  |
| 4  | 酒店享用  | /               | 酒店享用         | 加拉帕戈斯群島 | Finch Bay Eco Hotel 或同級                                          |
| 5  | 酒店享用  | 輕便午餐▲           | 輕便晚餐▲        |         |                                                                  |
| 6  | 酒店享用  | /               | 航機上輕食        | 利瑪      | Costa Del Sol Ramada Lima Airport 或<br>Costa Del Sol Wyndham 或同級 |
| 7  | 輕食早餐盒 | 當地餐廳            | 豐富晚餐及觀賞民族舞表演 | 庫斯科     | JW Marriott Cuzco 或同級                                            |
| 8  | 酒店享用  | 當地餐廳            | 酒店享用         |         |                                                                  |
| 9  | 輕食早餐盒 | La Rosa Nautica | 酒店享用         | 伊卡      | Aranwa Paracas Resort & Spa 或同級                                  |
| 10 | 酒店享用  | 當地餐廳            | 航機上          | —       | 航機上                                                              |
| 11 | 航機上   |                 |              |         |                                                                  |
| 12 | 航機上   | 安抵香港            |              |         |                                                                  |

# 上述表列午、晚餐將因應餐廳安排而作出調動為午餐或晚餐，敬請留意。

\* 如因航班延誤或取消之情況導致未能入住之酒店，基於酒店住宿條款，本社恕不能作出任何退款或改期，敬請留意。

▲是日之輕便午、晚餐將安排於船上享用。

• 旅客前往厄瓜多爾境內必須先注射預防疾病疫苗（如黃熱針），並必須攜帶有關針紙方可入境，請致電港口衛生署預約，電話 2125 2125 或瀏覽衛生署網頁 [www.travelhealth.gov.hk](http://www.travelhealth.gov.hk)。（需於出發前 10 天前前往健康中心，注射預防疫苗）。

## 航班資料

乘坐荷蘭航空 (KL) 航空公司往返：

去程：第 1 天：約中午 1200 後出發

回程：8 天團：第 8 天約早上 1000 後抵港

12 天團：第 12 天約早上 1000 後抵港

- 航班資料如有更改，則以航空公司為準。
- 本團不設停留服務。
- 除香港出發之國際航段外，其餘南美地區各航空公司之航班機上餐食多為輕食甚至不提供食物，敬請留意。

## 備註：

- 如單人報名或組合參團人數為單數，客人必須補回單人房附加費，團員不得藉故反對或退出。
- 為使閣下可提早準備行程，當繳交全部款項後，由分行職員講解旅遊資訊。
- 旅行團服務費已包括：領隊、當地導遊、旅遊車司機及工作人員，於完團時個別向團友收取，每位全程合共（港幣）：\$1360（8 天團），\$2040（12 天團）。
- 強烈建議參團者出發前購買由本公司代辦之綜合旅遊保險及新冠附加保障（特別註明產品除外），以便提供適切協助。
- 行程表所列載的航班資料、交通、行程、酒店住宿及膳食等安排，將可能因應不同出發日期而有所變動，詳情請參閱收據備註，恕不另行通知。如此等變動於報名後發生，則本公司會作個別通知。
- 行程、膳食及住宿次序如有改動，以當地接待安排為準，如有調動，恕不另行通知。
- 團費已包含服務供應商提供之團體優惠，如行程單張沒有註明，客人不會再另外獲得服務供應商提供優惠的差額退款。
- 以上行程價格可在永安旅遊網站查看或向分行職員查詢。
- 確實團費均以報價單為準，旺季加幅另行通知。
- 客人可於永安網站查閱或於報名時向分行索取「旅客須知」，以便於出發前作好適當準備。
- 確保消費者權益，請詳閱「旅行團報名及責任細則」，客人可向分行職員索取或參閱收據或報名表背頁，並可於永安旅遊網站 ([www.wingontravel.com](http://www.wingontravel.com)) 下載最新版本。
- 根據旅遊業監管局（旅監局）發出的指令，持牌旅行社代理商如因「迫不得已理由取消外遊旅行團」，處理退款時可徵收退票費，及本公司訂列收取之每位手續費為港幣 \$1000；有關退票費，交通服務供應商或會因應個別出發日期之航班、加班機或包機而徵收較高之退票費甚或不設退票，確實金額以交通服務供應商之最終回覆為準；就旅監局發出的指令，請瀏覽旅監局網站 (<https://tia.org.hk/>)。
- 以上圖片僅供參考。
- 團費已包含各類稅項及燃油附加費，唯客人需另繳付旅行團服務費及旅遊業監管局印花成本。

厄瓜多爾大部份地區位於海拔 2,000 多公呎以上之高原，空氣較為稀薄，客人必須注意個人健康狀況，如患有心臟病、高血壓、呼吸系統等疾病者，請徵詢醫生意見，方可決定參加，建議報名前先行做身體檢查或參考香港政府衛生關於高山症之網頁 ([www.travelhealth.gov.hk](http://www.travelhealth.gov.hk))，並建議客人購買合適的旅遊保險，敬請留意。

## 高原上健康及保護：

- 高原天氣寒冷，早晚溫差較大、紫外線強，即使在炎熱的夏季出發，到達高海拔地方，天氣隨時驟變，請帶備足夠防寒衣物、雨具、太陽眼鏡、防曬用品、護膚用品。
- 在高原地區活動切勿逞強，應減慢步行及活動的速度（建議每天早上喝一杯葡萄糖水，可補充體力及有效防止高山反應，若感覺身體稍有不適，建議請勿使用熱水洗浴）。
- 上到高原，因海拔高而缺氧，可自行預備抗缺氧的、防感冒的、幫助消化的藥物（抗缺氧的藥物如內地的藏藥紅景天，在一般藥房有售，購買及使用請先徵詢醫生意見）。

永安旅遊專線：2928 8882

wingontravel.com 牌照號碼：350074