

〔 東澳獨木舟 〕 行前通知書

活動資訊

廠商資訊：NPT涅普頓戶外探索 | 呂靖平教練 03-998-6016

1. 體驗活動由在地協力廠商提供，飯店僅協助行程代訂/變動、行程資訊（官網）、提供行前說明（行前通知書）。參與行程住客須遵守廠商活動規範，如出團說明、注意事項與取消規範。
2. 每日場次 | 04:00、09:00、13:30，請於預訂時告知參加場次。活動時間約 240-300 分鐘，含解說、裝備穿著、活動體驗。加上換裝盥洗與來回車程，全程約280-340分鐘。
3. 顧及活動品質，教練學員比1:10，全程有動力艇隨行戒護，提供場域險與個人險。因投保需求，請於預定行程時同時提供投保資訊（參加者姓名 / 出生年月日 / 身分證字號 / 緊急聯絡人姓名 & 電話）。
4. 旅客須自行前往活動集合地點 - 宜蘭縣蘇澳鎮東澳路131號，離飯店車程約 15-20 分鐘（自行開車者，基地提供免費停車）；如需搭乘計程車，車資約\$1000 元；或可搭乘火車至東澳火車站，搭乘廠商接駁車前往（需事先預約）。
5. 活動提供海上獨木舟全套裝備（頭盔、救生衣、膠鞋）、活動保險（場域險+個人險）、全程專業拍攝紀錄、短程接駁服務（東澳車站→集合地點），並有專業教練帶領隨行，體驗獨木舟活動須全程配合教練人員指導。

活動成行

1. 全程獨木舟航程約 5 公里、活動時間約 4 小時，請考量個人體力；本行程須年滿10足歲以上、60歲以下方可參加；55-65歲長者請自我評估平常有運動習慣且身體硬朗，無重大疾病者較為適合。
2. 行程兩人一船兩槳進行，每船安全乘載重量200公斤，如單人體重過重者不建議參加；懷有身孕的遊客、或患有其他重大疾病者，請勿參加。
3. 活動採併團成行，2人以上成行。成行於否於和協力廠商確認後回覆，最遲於活動日前 3 天確認回覆。
4. 參加行程旅客請自行前往活動地點（宜蘭縣蘇澳鎮東澳路131號），活動期間請遵守廠商活動規範。

行前準備

1. 活動衣物：穿著輕便舒適衣物（可內著泳裝、外加好運動之服裝）與排水性佳鞋子，勿著拖鞋、棉質或牛仔類等易吸水材質的衣物，以免影響活動；配戴眼鏡者請加掛眼鏡帶或戴隱形眼鏡；可依個人需求防曬（長袖防曬衣、帽子、太陽眼鏡、防曬乳等）並注意固定。
2. 攜帶物品：換洗衣物（活動後可於基地盥洗更換）、毛巾、拖鞋、塑膠袋（裝濕衣物用）、快速補充能量食品（活動後可食）。
3. 帶上船的物品盡量簡便，建議僅攜帶水、乾糧、防曬用品。海上活動可能會暈浪暈船，建議

自備暈船藥（於著裝教學後服用），並於活動前一晚保持充足睡眠。

4. 眼鏡綁帶（配戴眼鏡者請加掛，以防眼鏡被沖掉）。

注意事項

1. 請準時報到，遲到 20 分鐘以上者，因嚴重影響其他參與活動者之權益不等待直接出團，且《無退費》。
2. 有懷孕、心臟病、高血壓、心血管疾病、癲癇症、氣喘病、暈眩、飲酒等，醫生建議不適合參加劇烈活動之貴賓，請勿參加本活動。有慢性疾病、長期服藥及曾接受手術者，請務必提前告知飯店，以評估是否適合參加。如未告知而發生意外狀況時應自行負責。
3. 活動前夜請保持充足睡眠與體力。如體質特殊、常易暈車/暈船者，建議自行準備暈船藥，以免因漂浮而暈吐。現場喝酒與嚴重暈眩者請勿參加。
4. 建議穿著衣物與攜帶物品見【行前準備】，可依個人需求防曬(長袖防曬衣、帽子、太陽眼鏡、防曬乳等)並注意固定。貴重物品（手機、錢包、戒指、項鍊...等）請勿攜帶。
5. 若欲攜帶相機或手機等，建議使用具有防水功能之電子產品，並作好防水措施。任何遺失及損壞情況乃屬個人責任，請自行妥善保管。
6. 報名時請提供個人資料以便投保，參加者均投保「公共意外險」與「水域遊憩活動責任保險」。
7. 海上活動因需事先安排裝備、教練及保險事務，如行程有所變動請提早告知，相關取消與退費請見【活動變動規範】。

活動變動規範 | 延期、轉讓、退費規定

報名手續完成後，如「活動前」因天候、浪況因素取消其預定活動，將全額退費；「活動當天」因天候、浪況因素取消其活動，將「全額」退費；如「自行取消」預定名額，則酌收手續費，其餘費用予以退費，相關規範如下列：

1. 活動日「8天」前以上取消，全額退回款項
2. 活動日「0-7天」天之間取消，無法退款
3. 如因浪況、天候等不可抗力因素影響，廠商將個別通知延期或退費。

如對上述行前須知有疑問或需要更多行程資訊，
可致電 03-996-6666 #9 飯店櫃檯詢問

