

個人隨身物品整備對照表

出國滑雪活動攜帶物品較一般旅遊行程為多，請妥慎打包行李，建議出發前 2-3 天開始整理，避免忙中有錯忘記重要物品。以下對照表可供打包行李時之參考，如認為不需要可自行刪減，祝君有個快樂且難忘的滑雪回憶。

	物品名稱	備註
重要 証照及 文件	<input type="checkbox"/> 護照 <input type="checkbox"/> 機票 <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 旅行支票 <input type="checkbox"/> 信用卡 <input type="checkbox"/> 旅遊說明會資料 <input type="checkbox"/> 入台居留證件	請再三確認護照是否在本人手上或交予旅行社 機票由教練保管，脫隊者可先行向領隊索取 準備前往國家之外幣(請洽各銀行兌換) 旅行支票或匯票不限金額。 注意信用卡效期 請按集合時間抵達機場向教練報到。 持國外護照者請確認居留証之有效期限
私人 隨身 衣物	<input type="checkbox"/> 盥洗用具 (牙膏、牙刷、洗面乳) <input type="checkbox"/> 化妝品、針線盒 <input type="checkbox"/> 拖鞋 <input type="checkbox"/> 換洗內衣褲、睡衣 <input type="checkbox"/> 隱形眼鏡及藥水 <input type="checkbox"/> 萬能小刀 <input type="checkbox"/> 刮鬍刀 <input type="checkbox"/> 生理用品 <input type="checkbox"/> 紙巾、手帕 <input type="checkbox"/> 常備藥品 <input type="checkbox"/> 泳裝	依國際慣例房間內不提供牙膏牙刷(日本除外) 按個人日常習慣準備 按個人日常習慣準備 請依個人需求調整攜帶數量 按個人日常習慣準備 請置於行李內，不可隨身攜帶 男士必備用品 女士必備用品 依個人衛生習慣準備 個人常用之腸胃藥、感冒藥、止痛藥等 適用於有泳池之旅館，日本溫泉不可著泳裝
個人 常用 電氣 用品	<input type="checkbox"/> 手機 <input type="checkbox"/> 照相機 <input type="checkbox"/> 充電器 <input type="checkbox"/> 轉換插頭 <input type="checkbox"/> 電池 <input type="checkbox"/> 手錶、鬧鐘 <input type="checkbox"/> 計算機 <input type="checkbox"/> 低功率無線電對講機	3G 及 PHS 手機可於日本漫遊(PHS 需先申請) 依個人需求準備 手機、數位相機等之充電器 依滑雪國家之不同準備適用之轉換插頭 視個人攜帶之物品準備 掌握集合時間之必備品 逛街購物之良伴 朋友結伴同行可方便互相招喚(免執照)
滑雪 活動 必備 衣物	<input type="checkbox"/> 防寒毛線帽 <input type="checkbox"/> 防曬用品 <input type="checkbox"/> 護唇膏 <input type="checkbox"/> 風鏡 <input type="checkbox"/> 太陽眼鏡 <input type="checkbox"/> 脖圍 <input type="checkbox"/> 防水防寒手套 <input type="checkbox"/> 排汗內衣 (衛生衣) <input type="checkbox"/> 刷毛長袖 <input type="checkbox"/> 滑雪外套 <input type="checkbox"/> 排汗長褲(衛生褲) <input type="checkbox"/> 滑雪褲 <input type="checkbox"/> 滑雪襪	維持頭部及耳朵之溫暖 雪地反射強烈可避免曬傷並兼顧美白 避免嘴唇乾裂之必備品 晴天晴可替代太陽眼鏡下雪時可防風雪 建議晴天時使用刮風下雪時不適用 可做面罩免除風雪直接吹襲臉部(不建議用圍巾) 建議準備 2 雙滑雪時可替換使用 針對運動量大設計亦可著一般貼身長袖內衣 刷毛材質衣料具保暖性可當第 2、3 件衣服穿著 建議外套需具有防風防水效果 同排汗內衣針對運動量大設計亦可著貼身長內褲 同滑雪外套建議滑雪褲需具有防風防水效果 長度超過小腿肚之襪子可用如棒壘球襪替代
滑雪 用具	<input type="checkbox"/> 滑雪頭盔 <input type="checkbox"/> 滑雪板(skis or snowboard) <input type="checkbox"/> 雪鞋 <input type="checkbox"/> 雪杖	依個人需求準備 大部份滑雪行程包含在團費內(長程團除外) 大部份滑雪行程包含在團費內(長程團除外) Ski 活動使用已包含在團費用(長程團除外)

註：滑雪活動另有專用裝備(如上項滑雪用具所列)，除非有特殊需要；參加滑雪活動，僅需穿著普通運動鞋或有防滑設計之休閒鞋即可。