

尼希米戶外運動-UTMB 世界系列賽亞洲大滿貫賽清邁跑旅 6 日

航班資訊(暫定)

日期	航班號碼	航段	出發時間	抵達時間
12/3	FD243	TPE/CNX	18:50	22:05
12/8	FD242	CNX/TPE	01:40	06:35

12/3 第一天 桃園 / 清邁 抵達機場後前往飯店入住

早:敬請自理	午:敬請自理	晚:機上餐盒
宿: CROSS VIBE 清邁或同級		

12/4 第二天

上午:蘭納風格蘭谷莊園(泰服體驗清邁城堡式小白廟拍網美照+園區騎單車 + 甜甜圈漂漂河 + 水上鞦韆 +清邁天空之門 +網紅鳥巢 + 夢幻之門 + 彩繪牆 + 鳥巢鞦韆 + 射箭活動 + 每人一杯水果冰沙)

下午:會場報到與參觀博覽會(由大會安排)

早:敬請自理	午: 酒店自助餐	晚: 謝興桐中式餐廳
宿: CROSS VIBE 清邁或同級		

12/5 第三天

另派 9 座麵包車約早上 Am 4:00~5:00 送 100K 跑者到會場(回程車趟自理，飯店車程約 10 分鐘)

100K: 6:30 自會場搭乘巴士起跑至 100K 起跑點

旅遊組: 12 生肖 DIY 木雕彩繪+參觀木雕展示館 ~ 古城之旅+ 雙龍寺

早:內用早餐或餐盒	午:假日花園酒店自助餐	晚: 黑森林泰式風味餐
宿: CROSS VIBE 清邁或同級		

12/6 第四天

另派 9 座麵包車約早上 Am 4:00~5.00 送 50K 跑者到會場(回程車趟自理，飯店車程約 10 分鐘)

50K: 05:00 開始可置物 07:00 起跑

旅遊組:湄登大象營(大象表演+雙人騎大象+牛車體驗)+午餐: 象園內自助餐→少數民族長頸族→清邁藍廟

早:內用早餐或餐盒	午:象園自助餐	晚:泰式風味餐 CHOM CAFÉ
宿: CROSS VIBE 清邁或同級		

12/7 第五天

另派 9 座麵包車約早上 Am 4:00~5.00 送跑 20K 到會場，約 12:30 時間送回飯店
20K: 04:00 開始可置物

Suthep: 06:30 起跑 Chedi 07:30 起跑

全團一起旅遊:下午出發往南奔府→ 探訪南奔神秘吳哥建築文化(每人一杯特調咖啡) →
千年歷史古寺哈利奔猜寺→塔佩門→ 暫訂 Pm 21:00 泰式指壓 2 小時

早:內用早餐	午: 敬請自理	晚: 發代金 500 泰銖 自由逛夜市
宿: 飛機上		

12/8 第六天

清邁-桃園

早:敬請自理	午: 敬請自理	晚:敬請自理
宿:溫暖的家		

入住飯店

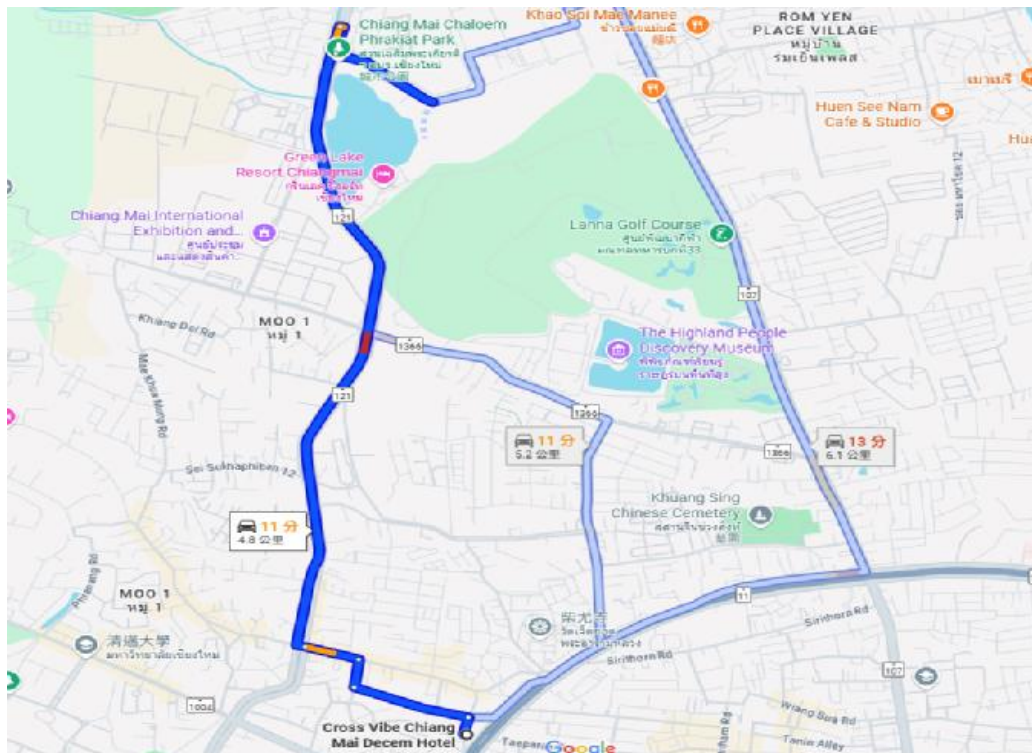
Cross Vibe Chiang Mai Decem Hotel

飯店位置優越，步行不遠便可到達 MAYA 購物中心，俯瞰泰國最著名的寺廟 DOI SUTHEP。

從客房的有趣，都市風格的裝飾到底護鹽池區的外部垂直花園，每個區域都可以看到酒店的酷炫設計風格。典雅的客房完美融合了生活方式閣樓設計和現代風格，提供舒適的休閒天堂，而遮光窗簾則可在需要時提供完全的隱私。



飯店->賽事地點距離



景點介紹

蘭谷莊園(泰服體驗、天空之門、甜甜圈漂漂河、射箭活動等...)

位於清邁的屏他蒼河畔，寬闊河景與綠地形成美麗的田園風景，整座山谷都是渡假村的範圍，包括住宿客房、餐廳、咖啡廳及下午茶區在內，在這裡，可以體驗到最全面的蘭納風格田園式渡假，彷彿身處在世外桃源一般。在蘭谷莊園裡除了看風景和享受下午茶以外還有景點和活動可以參加。



日本城檜木村 Hinoki Land

園區入口設有仿東京淺草雷門的大紅燈籠、88 對赤鳥居長廊，引領遊客前往以檜木建造的四層「Hinoki 城堡」，仿效京都金閣寺，樓頂可俯瞰池塘與遠山。園內可租借浴衣或和服拍照，還有喂餌鯉魚、咖啡館、餐廳與手作館，氣氛優雅宜人。



雙龍寺

坐落於清邁府的素貼山上金碧輝煌的寺廟，階梯兩側由兩條長龍雕塑守護，因而得名雙龍寺。也是清邁最知名的佛寺之一。

想參觀雙龍寺必須先爬 309 個階梯才能進入寺廟，或是選擇乘坐纜車前往。



湄登大象營

這裡除了可以觀賞大象精彩的表演(大象現場作畫表演)之外，還能夠體驗騎乘大象和幫大象洗澡，也設有大象醫院，讓遊客了解大象的相關知識，以及獸醫師是如何照顧牠們。



清邁藍廟

融合了傳統的蘭納風格和複雜的現代工藝的佛教寺廟，歷史比清邁的黑廟、白廟還要久遠。

在黃昏的時候，寺廟內的巨大臥佛，以獨特的臥姿展現出一種安詳與寧靜。



哈利奔猜寺

泰國人最為愛戴的寺廟之一，跟曼谷的玉佛寺，清邁的帕辛寺一樣，這裏同時也是一座僧侶學院。據說此地是佛教古跡，還收藏有佛祖的頭髮，可能在西元 897 年興建之時埋入舍利塔。另有 Chama Thevi 女王紀念祠，祠內具據信是女王安息之地。



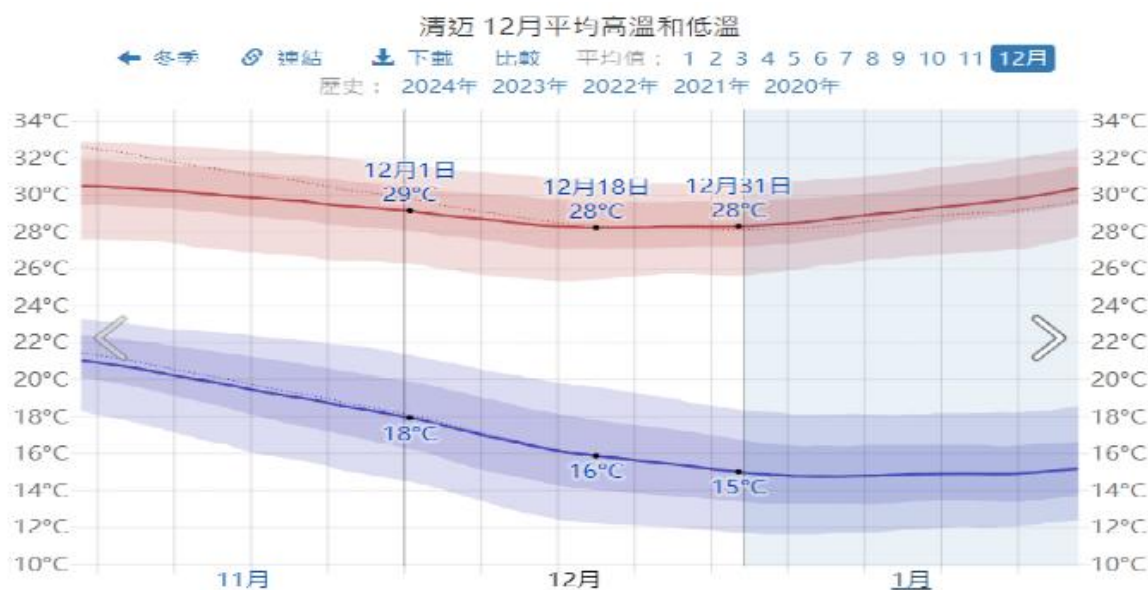
塔佩門

塔佩門是清邁古城五城牆之一，位於清邁舊城區的東門，是當時商賈往來通行的要道，也是舊時清邁城重要的迎賓門；塔佩門是清邁古城中保存最完整的城牆，如今是泰國政府舉辦官方活動、文化與節日慶典的地方，古色古香的紅磚牆拍照起來超有氛圍感。



當地天氣

清邁的冬季氣候涼爽而宜人。從十一月到二月，清邁的冬季帶來了舒適的氣溫和藍天白雲的天氣。平均氣溫攝氏 18-25 度，乾旱少雨，天氣宜人，不過日夜溫差頗大，早晚清涼，要帶外套備用。



泰國小費參考

給予服務人員小費是全世界通行的社會習慣之一，在國外旅行大多有付小費的習慣，是一種風度的表現。

領隊(包含導遊與司機小費)：每位貴賓每日 300 元(台幣)×總天數(如晚班機出發或早班機返國請體諒服務人員辛苦，亦需準備時間提供服務，應當以一日計算，謝謝您的體諒)。

床頭小費：每間房間每天 20 泰銖

行李小費：每件行李每次 20 泰銖

嘟嘟車或景區馬車、水上市場船夫小費：每人 50-100 泰銖

騎大象象夫小費 - 每人 50-100 泰銖

按摩小費 - 100 泰銖/人

入境規範

泰國移民局宣布，自 2025 年 5 月 1 日起正式實施泰國電子入境卡 (Thailand Digital Arrival Card, TDAC) 措施。所有計畫前往泰國的外國旅客需於抵泰前 72 小時內完成線上申請。

請透過官方網站 (<https://tdac.immigration.go.th/arrival-card/#/home>) 填寫個人資料及旅行資訊 (航班、旅行目的及在泰地址等)，提交後將收到系統確認郵件及 QR Code，入境泰國時請於移民櫃台出示系統確認郵件及有效護照。

另外，TDAC 措施不適用過境轉機且不進入移民管制區的旅客，以及持邊境通行證入境者。

一般禁止/控管項目

毒品危害防制條例所列毒品(如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼、大麻、安非他命等)。

仿冒品、侵犯版權、動物標本、保育類動物或是違禁品。

佛像、工藝品及古董。

武器、彈藥、刀械以及爆裂物等。植物及動物。醫藥及化學用品。電信用品。

水煙、雪茄及酒類(超過 1 公升 (1,000 毫克) 需要申報)。

電子煙在泰國是非法的。

在泰國境內可合法持有及使用符合法規之相關產品，惟依據中華民國毒品危害防制條例規定，大麻 (含製品) 係二級毒品，在我國境內任何製造、運輸、販賣、攜帶入境、持有及施用的行為，都將面臨嚴重刑責，於泰國當地也請勿施用大麻相關產品，除可能造成不可測之身體反應，更可能影響到您生命財產安全。