

Kodak Ctrip Guidebook



柯达·携程

出行宝典



主编:柯达(中国)股份有限公司·携程旅行网

策划: 邹宏宇 毕群 吴立新

主编: 梁清

编委: 朱瑛 张璐 程方

封面设计: 张伟

技术编辑: 王伟

插图制作: 蒋彦

目录

1、 出行准备篇·····	1
2、 出境须知篇·····	9
3、 旅途保健篇·····	22
4、 户外装备篇·····	37
5、 野外自救篇·····	45
6、 野外小窍门篇·····	63
7、 摄影教程篇·····	83
8、 风土人情篇·····	103
9、 实用信息篇·····	124
10、 附录·····	126



出游必备物品

自助游所需装备因地而异，由你决定去走的路线决定你需要带什么。一般，新手上路的装备有：

- 1、身份证（边防证）、银行卡、钱
- 2、车、船、机票
- 3、衣物、个人生活及护理用品（剃须刀）、个人特需物品
- 4、牛肉干、巧克力、洋参片
- 5、创可贴、万精油、止泻药、感冒药、解药、退烧药、晕车药、纱布
- 6、防晒霜、雨具、帽子、太阳镜、望远镜
- 7、相机、胶卷
- 8、腰包、背包、地图、笔、记事本、回型针、小铁夹
- 9、手表、指南针、瑞士军刀、防风打火机、手电筒（防水、防挤压）、湿纸巾

如果想在外露营，具体见《野外装备》篇

☀ 如何携带行李轻松上路

吃穿用度的东西都准备齐了，现在找一个合适的旅行包把它们放起来吧。

对旅游者来说，最合适的行李包就是既可以背又可以拎的手提式旅行包。这种旅行包的好处是可以装很多东西，而且由于它的表面很软、不定形，在旅途中你可以随便把它塞在车座下或行李架上。多数不错的手提式旅行包还有防水防盗的功能，即使下大雨也不用担心淋坏了包里的物品。

如果你是去出席一个重要的会议或去见一些重要的客户，那么手提箱就是你的首选。因为你可以把贵重的衣服平整地放进去，到目的地之后拿出来就穿，但出门前可要考虑清楚，手提箱可不好提！



☀ 携带哪些衣服出门

1、衣服：

首先要考虑舒适性，其次看是否便于携带，最好选那种一件可以当几件穿的衣服，这样可以少带几件衣物，节省宝贵空间。

选衣要诀：

- a. 材质要轻：质轻设计不仅穿起来舒适，而且收藏时也不占空间。
- b. 透气性佳，保暖度好：科技材质能将身体湿气排出，同时也维持体温，让外面的冷空气进不来。
- c. 防水设计：如果你到多雨地区或雪地旅游时，外层服装的防水设计便是必备要素。
- d. 多口袋设计或多功能暗袋：这种衣服可以解决你随身携带的小东西，找起来方便。暗袋当然就是用来藏钱的了。

2、鞋子：

一般的户外活动，穿运动鞋或休闲鞋就可以了。如果需要爬山，最好选择鞋底颗粒大、抓地力强，防滑、耐磨的运动休闲鞋。

☀ 背包里的东西该怎么放

多数人会把重的东西放在下面，轻的东西放在上面（误区！），更不济的就索性乱放一气，只要把路上要用的东西挤到一个包里去就行，一切麻烦留到路上。其实，如何装填你的背包大有学问，合理的放法不仅可以让你在旅途中轻易找到你需要的物品，还可以节省你宝贵的体力。

通常整理背包需要遵循这样几种原则：

常用原则（常用的东西放在上面，取起来方便）；分类原则（使用塑料袋分类装入不同用途的物品）；重上轻下原则（重的东西在上，轻的东西在下），听起来有些怪，但这是很科学的作法。一个又大又沉的背包，如果所有的重量都在下面，那么你的重心就会被拽得很下，走路会非常累。而如果你把重心调整到肩部以上，走路时可以轻松好多，怎么样，试试看？



✿ 计划有变，买好的机票怎么办？

二种方案，退票或更改时间：

1、退票：必须到出票地、航班始发地办理退票手续，并交纳一定的手续费。大部分机票（包括特价票）都可以退票，但退票时航空公司要收取相应的手续费。通常旅客在航班规定离站时间24小时以内、两小时以前要求退票，收取客票价10%的退票费；在航班规定离站时间前两小时以内要求退票，收取客票价20%的退票费。在航班规定离站时间后要求退票，按误机处理。

退票所需的资料：机票原件、身份证明。

2、改签机票：如果临时有事，乘机时间和航线可以更改（只限同一家航空公司的航班），通常只能变更一次。

✿ 客票遗失应如何处理？

旅客如将客票遗失，可立即联系出票点，请出票点挂失，一年之内，如果没有人使用这张票上机，那么一年之后你就可以拿到退票款了。

✿ 出门携带多少钱？

出门旅行，钱是必不可少的，但在长途跋涉中携带大量现金毕竟不是件让人放心的事儿。这时候，你就应该考虑银行卡了，但，异地取款的手续费是怎样的呢？

工行：按取款金额的1%收取手续费，最低限额2元，没有最高限。

农行：手续费为取款金额的1%，最低1元，没有最高限。

建行：按取款金额的5‰收取手续费，没有最高限。

交行：取款金额的5‰，最低1元，最高10元。

如果在其他银行跨行取款，则要

加上跨行手续费2元/笔。

如果你在异地持卡消费，则不需交纳手续费。



轻松旅程 始于携程

ctrip 携程

www.ctrip.com 携程旅行网



预订电话：800-820-6666

2004

酒店预订、机票预订、休闲度假

ctrip 携程

www.ctrip.com 携程旅行网



预订电话：800-820-6666

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

出国旅游你准备好了吗？

12345678910

- 1、携带一两张比较通用的国际信用卡，尽量少带现金，即使带现金最好是带些面额较小的，可以在国外作小费。
- 2、在每件行李内外都写上名字、地址及电话号码。尽可能使用有外盖的行李卷标，以免暴露身份，引起不必要的麻烦。
- 3、出国前弄清楚打电话回国的方式。
- 4、购买旅游平安险及医疗保险，以确保自身的权益。
- 5、把护照、机票、驾照及携带的信用卡各复印二份，一份随身携带，另一份留给国内亲友。随身带几张护照用的照片，以便护照被窃或遗失时，及时申请补发。
- 6、携带的药物最好放在原装并有标示的瓶罐或盒子里。如因药物较特别或含有麻醉品成分，要携带医生证明。自备的药品要避免携带粉状，以免被误为毒品。

出国前给你提个醒

- 1、出发前尽可能多地了解国外的民俗民风和规矩，否则在异国冒犯了当地人，人家可不会因为你是外国人就不责怪你了。
- 2、到语言不通的国家，一到饭店，先在总台拿一张饭店的卡片，这样外出时就不怕找不到住所了，只要你能出示卡片，出租车司机就能很快带你回去的。
- 3、了解饭店房间里的付费情况，什么东西需要另外付费，什么东西不要另付费，先请导游帮助问好，否则在最后结账的时候会很尴尬的。
- 4、贵重物品要存放在总台保险柜，国外很多饭店都有规定，贵重物品如果在房间里丢失，是不负责赔偿的。
- 5、身上带钱要适量，中国人爱带大量现金，所以国外的有些强盗专门打劫中国人，不过为保安全，也应随身带20美元左右的保命钱。

出境旅游能带多少钱和免税物品？

对于我国公民出境游携带的现金和物品有一些规定：出境旅游每人限带人民币现金不超过6,000元，港币不超过8,000元，美元不超过2,000元。中成药价值人民币300元，工艺品价值人民币1000元以下，免税烟一条，酒一瓶。摄像机、高级照相机必须在海关申报，以免返回时过关要上税。



你知道吗？出境旅行自己可以直接兑换外汇

根据我国现行外汇管理政策，境内居民外出旅游，可以由旅行社集体办理兑换外汇手续，也可以自己直接兑换。

兑换标准是：

1. 赴香港、澳门地区可兑换1000美元的等值外汇；
2. 赴香港、澳门地区以外的国家和地区可兑换2000美元的等值外汇。

很多游客不了解外汇政策，对自己可以直接在银行兑换外币的政策不清楚，放弃了应得的权利。这样，部分旅行社的营业部、代办点等分支机构代理游客兑换外币过程中，也很容易钻空子截留游客外汇。

一些旅游目的地国可能发生的健康问题

出门前先了解自己要去的国家有些什么疾病，事先做好防备，安全出行就有保障了。下面列举一些国家的流行病：

澳大利亚：日光晒伤、毒蜘蛛叮咬、

毒蛇咬伤

马来西亚：登革热、肝炎、

疟疾

韩国：应接种肝炎、伤寒、

破伤风、白喉疫苗

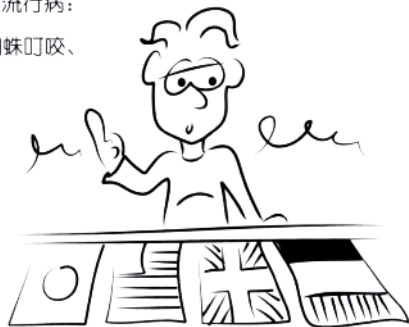
菲律宾：霍乱、肝炎、疟

疾、狂犬病

缅甸：霍乱、痢疾、肝炎、疟疾、狂犬病、伤寒

泰国：艾滋病、霍乱、登革热、疟疾、狂犬病

柬埔寨：霍乱、疟疾、伤寒、狂犬病



怎样打发等候转机时间

长途旅游转机时会觉得很无聊，国外的很多机场已经在候机厅内做起了文章：伦敦、东京、悉尼、阿姆斯特丹的机场内都设置了儿童游乐场。

新加坡的樟宜机场就像一个小迪斯尼，更周到的，在这里玩热了还可以免费淋浴，免得带着一身的汗气上飞机。

美国奥兰多机场内还有水族馆、波士顿机场里的KIDPORT儿童游乐园给孩子们一个游乐、增长航空知识的小天地。

泰国这个旅游国度更会招徕游客，旅客不仅能到市区观光，还能免缴机场税。有些国外机场的免税商店的东西比市内还便宜：

香港：金饰、打折名牌服饰

新加坡：镀金胡姬花、鱼尾狮巧克力

巴黎：红酒、万宝路香烟

悉尼：澳洲酒、蛋白石

马尼拉：木雕、Guess手表