

《K·Veggie》洗滌心靈6天之旅 AKSAV06N

寺廟住宿體驗、寺院飲食文化體驗館+寺院料理Cooking Class、
潭陽水杉林蔭大道、竹綠苑、內藏山國立公園、全州鄉校、
全州韓屋村、7017首爾路、N首爾塔公園、天空公園

《限定出發：10月28,29日》



洗滌心靈之旅

在急速的生活節奏下，無時無刻都有數之不盡的事情刺激思維，「無形」間為人們帶來壓力，產生一種惴惴不安之感。行程將安排寺院住宿體驗，包含參禪~分為集中精神進行打坐的「坐禪」及圍繞寺廟四周行走的「行禪」，讓遊客拋開一切塵世的束縛，將腦海中的雜念屏除回到自我本性，自由地尋找人生的真諦；108拜修行~讓遊客拋掉人世間的108種煩惱，透過虔誠地對佛參拜108次，才能找回迷失的自我；鉢盂供養~鉢盂是碗的意思，而供養則表示在寺內用齋的意思，培養遊客懂得分享食物，勤儉節約及團結協助的精神。另外，更可與住持進行心靈交談，籍此透過簡單問話方式更了解自己。這次是難能可貴的機會讓您遠離城市的煩囂，集中精神冥想，清靜心靈。

特別安排於【禪雲寺】及【來蘇寺】共2晚寺廟住宿體驗。

此外，全程會安排品嚐「不含五辛」素宴，是指素食材料不含蔥、蒜、韭菜、薤(蒜頭)及洋蔥。



108拜修行(註1)

佛珠是與108拜修行結合在一起的。每個人面前放一個小盒子，挑出最大和最小的5顆佛珠先放到小袋子裡，剩下正好108顆。每穿一顆珠子，都要行一次五體投地的跪拜大禮，站起來再跪拜穿另一顆。



禪雲寺

禪雲寺與金山寺同為全羅北道的兩大本寺，擁有珍貴的佛教文化，寺內有寶物、天然紀念物、全羅北道文化財資料等，總共19件歷史收藏。這裡的寺廟體驗，除了可以透過與僧侶茶談、鉢盂供養及108拜等佛教活動之外，還可以欣賞寺院內被指定為天然紀念物第184號的冬柏樹群落景觀。



來蘇寺

位在全羅北道扶安郡的千年古剎~來蘇寺，其大雄寶殿被指定為寶物第291號的文化遺產。來蘇寺受楞迦山三面懷抱，處處可見奇峰怪岩及茂密樹木，而經典電視劇《大長今》有許多場景曾在此拍攝。通往來蘇寺長達6百米的林間步道如同綠色隧道，終年常綠，而盡頭是艷麗的紅楓，頗有豁然開朗之禪味。



津寬寺

被列為首爾近郊的四大佛寺之一，是高麗顯宗為了報答津寬大師為其建造的寺廟。坐落在北漢山國立公園內的小溪旁，繁茂的樹林與高聳的山峰靜靜守護這片寧靜之地，為到訪者提供一個洗滌心靈的休憩之處。這裡更是韓國寺院齋飯飲食文化的活化石，完美保留了1600多年的寺院飲食傳統。特別安排於寺內午膳，親身領略寺院齋飯的意義。



■ 內藏山

內藏山：是全羅道的名山，有「韓國八景之首」美譽，內藏山原名靈隱山，取自本寺—靈隱寺之名。後因山內所藏之物豐富，取“其內所藏”之意便被稱為內藏山。每逢秋天，內藏山層林盡染，風景極美，其中最有名的是內藏寺，漫步於山上丹楓走廊，兩旁的唐丹楓及小丹楓樹形成一列葉篷，仿如走進紅葉隧道。

潭陽水杉林蔭大道：總長約8.5公里，道路兩旁種滿約高十至二十米的水杉，充滿異國風情。沿著被選為「韓國美麗道路100選」最優秀獎的林蔭道散步，令人不知不覺地陶醉在美景之中。秋天時份，兩旁杉樹換上金黃色新裝，更顯耀眼迷醉。



■ 潭陽水杉林蔭大道



■ 全州鄉校

全州鄉校：全州鄉校被指定為第379號史蹟，所謂的鄉校是指朝鮮時代學生學習的地方，主要以傳授儒家思想以培養社會人才。鄉校共有16棟建築物，為韓劇《成均館緋聞》的拍攝地，令其成為劇迷朝聖之地。每當秋季時份，鄉校有好幾棵百年以上的銀杏樹盛放黃色銀杏，增添幾分秋意！

N首爾塔公園：位於首爾市中心的南山上，是首爾的地標，每逢秋季是觀賞紅葉/銀杏的最佳時分，可看到N首爾塔被鮮艷奪目的紅葉環抱景象，猶如明信片般漂亮。



■ N首爾塔公園



■ 天空公園

天空公園：又稱為「藍天公園」，是世界盃公園中最受歡迎的主題公園，如其名，位於最接近天空的地方，風景迷人，最適合眺望首爾市的景色。尤其，每當秋季這裡都會開滿美麗的紫芒草！公園四周一片白茫茫紫芒隨風搖擺，再加上夕陽晚霞的襯托，迷醉得不禁令人想時間停頓，定格在這秋色季節中。

Day 1 香港→仁川—首爾

Day 2 首爾—潭陽—竹綠苑~漫步竹林(包入場)—水杉林蔭大道(包入場)—禪雲寺~寺院住宿體驗(註1至3)
#首爾至潭陽, 車程約3至4小時, 行車時間以正常情況計算, 僅供參考。

Day 3 內藏山國立公園~內藏寺(包入場, 賞紅葉)(註4)—來蘇寺~寺院住宿體驗(註1至3)

Day 4 全州韓屋村—全州鄉校(賞銀杏)(註4)—韓國年禧DIY及淺嚙馬格利酒體驗(包入場)—首爾
#全州至首爾, 車程約3小時, 行車時間以正常情況計算, 僅供參考。

Day 5 人參專賣店—韓流化流品店—津寬寺—寺院飲食文化體驗館+ Cooking Class:僧人親自教導寺院料理體驗(包入場)—首爾路7017—N首爾塔公園(包乘搭高速電梯前往 Observatory 360度俯瞰首爾景色, 賞紅葉/銀杏)(註4)

Day 6 保肝專門店—天空公園(賞紫芒草)(註4)—仁川→香港

天數	早餐	午餐	晚餐	酒店住宿
1		航機上	中式素宴	☎ 首爾5花Stanford Seoul* www.stanfordseoul.com
2	酒店內	潭陽竹筒飯料理	寺廟內	禪雲寺 http://seonunsa.templestay.com
3	寺廟內	寺廟內	寺廟內	來蘇寺 http://naesosa.templestay.com
4	寺廟內	寺廟內	【米芝蓮推介餐廳】《菜根譚》素定食	☎ 首爾5花Stanford Seoul* www.stanfordseoul.com
5	酒店內	津寬寺內	《滴水坊》韓式素食自助餐	
6	酒店內	航機上		

*5花為韓國酒店星級評級, 相等於當地五星級; 酒店全新開幕未獲評級之酒店, 將會評為準5花。

註:

- 因應不同寺廟而有不同的體驗活動, 將視乎當天住宿的寺廟而定, 敬請留意。
- 寺院住宿課程: 依各個寺院多少有些不同, 但大體都有誦讀佛教經典以端正佛教禮儀的禮佛、集中精神冥想的禪修、鍛鍊身體與心靈的佛教式修行法108拜等課程。同時還可以體驗寺院飲食—鉢盂供養和茶道。
- 請按個人需要自備牙刷、牙膏、拖鞋、輕便鞋、沐浴露、洗護髮用品及毛巾等私人物品; 大部份安排男女各一房及公用浴室, 最終安排由寺廟主持決定, 敬請留意。
- 確實賞紅葉/銀杏/紫芒草之數量及觀賞與否, 將視乎當地天氣情況而定, 僅供參考。
- 部份酒店附設有(WiFi)無線上網服務, 覆蓋範圍及收費均以酒店公佈為準。
- 團隊將視乎情況而安排領隊、當地合資格之華語或英語導遊、翻譯員、旅遊車司機及旅行社相關人員隨車沿途提供服務。
- 旅行團服務費屬建議性質。
- 旅行團服務費已包括: 領隊、當地合資格之華語或英語導遊、翻譯員、旅遊車司機及旅行社相關人員。於完團前個別向團友收取。每位全程合港幣: \$600。
- 「香港旅遊業議會」(TIC)建議旅客出發前購買旅遊綜合保險。
- 客人凡參加此團必須於報名同時購買或具備綜合旅遊保險。
- 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, 詳情請參閱根據備註, 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、膳食及住宿的先後次序, 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。
- 以上行程價格及其相關費用(例如燃油附加費、手續費、稅項及旅遊業議會印花成本等)可在永安旅遊網站查看或向分行職員查詢。
- 確實團費均以報團當時為準, 旺季加幅另行通知。
- 行程所提及之商店, 營業時間將視乎當地商店之安排, 如遇休業日或提早關門時間, 恕不另行通知。
- 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)下載最新版本。
- 根據香港旅遊業議會關於「會員因迫不得已理由而取消旅行團」的第二百二十三號指引, 旅行社如因「迫不得已理由」取消旅行團, 處理團員退款時可以收取退費, 以及本公司訂列收取之以下手續費港幣\$150; 有關退費, 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費費甚或不設退費, 確實金額以交通服務供應商之最終回覆為準, 詳情請瀏覽香港旅遊業議會網站(www.tichk.org)。
- 本團特設茶會, 於出發前為客人講解旅遊資訊。
- 以上圖片僅供參考, 一切以實物為準。

航班資料→

選乘大韓(KR)航空公司客機, 直航往返仁川。

去程: 約中午1235至下午1525起飛
回程: 約下午1650至晚上2310抵港

註:

- 航班時間如有更改, 則以航空公司資料為準。
- 此團不設停留服務。

全韓國【自費項目表】(供參考)

地區	項目名稱和內容	活動時間(約)	安排時間(約)	交通時間(約)	成行人數	每位收費(韓國 WON)		不參加客人之安排	
						成人	小童		
全韓國	特色餐食	活魚海鮮餐/長腳蟹餐(2人一隻)	90分鐘	到達該地區期間進行	30分鐘	10人或以上	40,000	35,000	於附近餐廳自費用餐
		活魚海鮮餐(主餐改為活魚海鮮餐)	90分鐘				35,000	30,000	享用團體餐
		品嚐皇帝蟹	1小時				75,000/1kg (如不足1kg, 則按比例計算)		
		(巨龜莊)(汽水任飲)+Shabu Shabu	1小時				16,000	13,000	於附近餐廳自費用餐
		硫磺鴨餐	1小時				16,000		
		五花肉燒烤	1小時				15,000	12,000	
	地道餐食	1小時	12,000				9,000		
	香菇火鍋/餃子火鍋/海鮮火鍋/部隊火鍋/風味豬骨煲/石頭飯+Shabu Shabu/中華料理/春川炒雞/人蔘雞湯/Sukiyaki/韓式燒烤		8,000				7,000		
	團體自助早餐		30分鐘				8,000	7,000	
	隨團拍照服務(5R照片)	部份團隊將安排專人隨團拍照,客人可於回港前自行向工作人員選購。	/				到達該地區期間進行	/	1人或以上
旅遊車	前往廣藏市場、世界杯市場、鷺梁津海鮮市場、麻浦農水產物市場、東大門、新村、仁寺洞、新沙洞、明洞、南大門、梨泰院、弘大購物區。 (如前往以上2個或以上景點/購物點,價錢則以倍數計算,如此類推)	2小時	到達該地區期間進行	行程中景點之一	全團	5,000	/		

自費活動細則:

- 行程表上已列明團費所包括各項活動,部份自費活動會列明自費或顯示於自費項目表並均有機會安排客人參與,須視乎當地實際情況而定。
- 為使團友更充實旅程及增廣見聞,於各地自由活動時間,當地接待公司均樂意代為安排額外自費節目,費用包括交通費、停車費、入場費、導遊、領隊及司機超時工作費等。如活動需額外工作人員協助,小費則可隨心打賞。
- 以上自費項目將於到達該地區期間進行,並以安全為原則,及在時間許可下方可進行,但在客觀或非控制因素之特殊情況下,工作人員有權按環境作出適當安排,客人應自行決定參加與否。
- 團友在考慮參加自費活動時,尤其各項具危險性的活動,應先衡量個人年齡、體格、健康狀況,以及當時天氣環境及活動內容細節等,及考慮活動是否適合自己之需要,並根據實際情況,先徵詢醫生或專業人士之意見,以評估應否參與。
- 客人參與活動時,必須遵照一切安全守則,確保在最安全及最適當的情況下進行有關活動,並須承擔由此而引起的一切責任後果,包括意外傷亡及財物損失等。
- 自費節目倘因人數不足、天氣因素影響、自費節目額滿、宗教集會、公眾假期或非本公司控制範圍內而導致未能安排、改期或取消,工作人員將按實際情況通知客人及另作處理。
- 小童收費按當地標準,如歲數、高度等。
- 以上交通時間以單程點對點計算。而活動時間當中包括~說明、準備、等候及活動正式進行的預計時間。
- 以上價目表之活動價錢及資訊只供參考,如有更改,一切以當地接待單位提供為準。