

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
07:00-08:00	漫步天祥 07:00-08:00 祥德寺	漫步天祥 07:00-08:00 天主堂	漫步天祥 07:00-08:00 祥德寺	漫步天祥 07:00-08:00 天主堂	漫步天祥 07:00-08:00 祥德寺	漫步天祥 07:00-08:00 天主堂	漫步天祥 07:00-08:00 祥德寺
09:00-11:00	香草沁涼膏 09:00-11:00 B1手作教室	果實彩繪 09:00-11:00 B1手作教室	草本天然防蚊液 09:00-11:00 B1手作教室	種子掛飾 09:00-11:00 B1手作教室	泡泡沐浴球 09:00-11:00 B1手作教室	水拓畫杯墊 09:00-11:00 B1手作教室  西瓜瑜伽 08:50-09:40 09:50-10:40 頂樓瑜伽室	沐蘭滋潤護手霜 09:00-11:00 B1手作教室  晨間瑜伽 08:50-09:40 09:50-10:40 頂樓瑜伽室
14:00-15:00	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園	香草學院-香草風味鹽 14:00-15:00 戶外花園
15:00-17:00	💰 小小探險家 15:00-17:00 戶外區	💰 小小探險家 15:00-17:00 戶外區					
	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區	泡泡同樂會 15:30-16:30 頂樓戶外景觀區
18:30-20:30	香草沁涼膏 18:30-20:30 B1手作教室	果實彩繪 18:30-20:30 B1手作教室	草本天然防蚊液 18:30-20:30 B1手作教室	種子掛飾 18:30-20:30 B1手作教室	泡泡沐浴球 18:30-20:30 B1手作教室	水拓畫杯墊 18:30-20:30 B1手作教室	沐蘭滋潤護手霜 18:30-20:30 B1手作教室
20:30-21:30	原住民歌唱表演 20:30-21:30 頂樓火盆區	原住民歌唱表演 20:30-21:30 頂樓火盆區	原住民歌唱表演 20:30-21:30 頂樓火盆區	原住民歌唱表演 20:30-21:30 頂樓火盆區	原住民歌唱表演 20:30-21:30 頂樓火盆區	原住民舞蹈表演 20:30-21:30 戶外中庭	原住民舞蹈表演 20:30-21:30 戶外中庭
21:30-23:30	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區	露天電影院 21:50-23:30 頂樓觀景池區

💰 付費活動

飯店保有隨時更改活動時間及內容之權利，恕不另行通知



## 漫步天祥

早晨漫步，造訪天祥的祥德寺或天主堂，來趟身心靈的饗宴。

時間：07:00 – 08:00

集合地點：2F 飯店大廳

週一、週三、週五及週日 祥德寺(活動難易度：★★★☆☆)

週二、週四及週六 天主堂(活動難易度：★☆☆☆☆)

※ 免費

※ 遇雨活動取消

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

## 香草沁涼膏

利用獨特草本精油親手製作萬用膏，不僅可提升精神亦可舒緩蚊蟲叮咬的不適感。

場次時間：週一 上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 製作過程需要融蠟，未滿12歲孩童請由家長協助

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★★☆☆

## 果實彩繪

發揮創意動手做做看，將水黃皮種子彩繪成自己喜歡的造型。

場次時間：週二 上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★☆☆☆

## 草本天然防蚊液

將75%酒精加上草本植物油，調配成實用的天然防蚊液。

場次時間：週三 上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★☆☆☆

## 種子掛飾

利用各式天然種子，親手串上及編織獨一無二的療癒掛飾。

場次時間：週四 上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 製作過程需要耐心編織，未滿12歲孩童請由家長協助

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★★☆☆

## 泡泡沐浴球

將香氛精油融合天然小蘇打粉等，調製出繽紛顏色的沐浴球，在家也能放鬆身心。

場次時間：週五 上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★☆☆☆

## 水拓畫杯墊

將極具獨特和色彩艷麗風格的水拓畫，創作出獨一無二的杯墊。

場次時間：週六 上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 需前提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★☆☆☆

## 沐蘭滋潤護手霜

搭配SPA經典「沐蘭精油」，調製帶有清新草本氣息和淡雅花香的護手霜，以度假感的香味療癒你的每一天。

場次時間：週日上午 09:00、09:30、10:00、10:30；

下午 18:30、19:00、19:30、20:00，每場次十六人為限

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$150

※ 課程體驗時間為25分鐘

※ 需提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動難易度：★★☆☆☆

## 西瓜瑜珈

穩定核心與拉伸的療癒課程，搭配西瓜造型充氣球，感受花蓮夏日意象。

場次時間：週六 08：50–09：40、09：50–10：40，每場次十六人為限

※ 免費，需提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動開課10分鐘後恕不接受報名

※ 參加年齡限12歲以上，孕婦不宜

※ 此課程運用較多核心肌力

※ 瑜伽依授課師資提供不同內容

※ 活動難易度：★★★☆☆

## 晨間瑜珈

在峽谷景致中，溫和地伸展身體並啟動內在力量。

場次時間：週日 08：50 – 09：40、09：50 – 10：40，每場次十六人為限

※ 免費，需提前預約，預約請洽娛樂部

※ 活動開課10分鐘後恕不接受報名

※ 參加年齡限12歲以上，孕婦不宜

※ 瑜伽依授課師資提供不同內容

※ 活動難易度：★★★☆☆

## 香草學院–香草風味鹽

認識飯店周邊的香草，了解特質及用處，再親手製作香草鹽，把山裡風味帶回家。

場次時間：週一至週日 14:00 – 15:00，每場次十六人為限

地點：2F 戶外花園(集合地點福利社外廣場)

※ 第一件免費(每房限體驗一件)，第二件每組收費NT\$200

※ 製作過程需要簡易烹飪，未滿12歲請由家長協助

※ 如遇雨地點改至B1手作教室並取消導覽行程

※ 活動難易度：★★★☆☆

## 小小探險家

讓小朋友親近大自然、探索認識太魯閣特有生態及體驗花草拓印DIY課程。

場次時間：週一至週日 15:00 – 17:00，每場次八人為限

地點：戶外區(集合地點福利社外廣場)

※ 活動年齡限制8–12歲

※ 每人收費NT\$990

※ 遇雨活動取消

※ 活動難易度：★★★☆☆

## 泡泡同樂會

透過各式各樣的道具及泡泡水拉出各種造型泡泡，在峽谷體驗好玩有趣的泡泡同樂會，一起來比誰的泡泡最大吧！

時間：週一至週日 15：30 – 16：30

地點：頂樓戶外景觀區(近網球場)

※ 免費

※ 遇雨活動取消

## 原住民歌唱表演

原住民歌手渾厚的嗓音伴隨著簡單樂器，在峽谷與溪水聲中譜出動人的協奏曲，一起來享受星空下的音樂會吧！

時間：週一至週五 20：30 – 21：30

※ 免費

※ 如遇雨天地點改至RF頂樓瑜珈室；如接近活動結束時間遇雨，活動將提前結束

## 原住民舞蹈表演

為您帶來原住民文化的舞蹈，在舞者的力與美當中找到最自然的感動，在峽谷裡觀賞表演，拉近了旅人與大地的心。

時間：週六及週日 20:30 – 21:30

※ 免費

※ 如遇雨天地點改至RF頂樓瑜珈室；如接近活動結束時間遇雨，活動將提前結束

## 露天電影院

電影在滿天的星空下上映，享受在草地上席地而坐、仰躺在一旁的懶人椅，或浸泡在山泉水池中觀賞佳片。

時間：週一至週日 21:50 – 23:30

※ 免費

※ 如遇雨天地點改至RF頂樓瑜珈室；電影開場後。如遇雨將取消放映