

## 館內免費活動一覽表 Resort Activity Schedule

活動項目	開放時段	活動地點	內 容
理想舒壓瑜珈	08:00-08:30	大廳二樓	放慢生活的節奏讓心靈與身體進行溝通，透過簡單舒緩的瑜珈動作，放鬆身心。 (需於前一日 22:00 前預約(分機 2650)，每日限 20 位，無人預約將暫停乙次)
中島造型泳池	08:30-22:00	中島	造型休閒泳池，水深 60-130cm，請穿著泳衣及泳帽。維護兒童安全，12 歲以下兒童須家長陪同。(如遇打雷暫停開放，開放時間視天候調整)
免費活動租借	09:00-19:30	湖光山舍	電視電玩遊戲、桌球、手足球...等。(為公平使用，同組房號或同一人勿連續租借)
	16:30-17:30 18:00-20:00	Niños 樂園	籃球、羽球。(如遇雨天部份場地活動暫不開放)
魔法氣球	09:00-09:30	里拉餐廳	大朋友小朋友都可以在用完餐後到天使姐姐/哥哥這領取造型氣球(依當日天候調整活動位置)
兒童遊戲屋	09:00-21:00	大廳二樓	一個專屬於小朋友的渡假空間，讓小朋們可以盡情的發揮創意與想像力歡樂場所。
桌遊租借	09:00-19:30	湖畔酒吧	生活就像遊戲中的機會與命運一樣，快披上魔法披風，穿越歲月，走回童年，來到歡樂和笑聲桌遊世界。現場提供許多的桌遊等你來體驗。
鼓舞峽原	16:15-16:30	大馬場	敲打傳統阿美族木鼓為節奏，以最自然的樂器演奏、最純粹的原聲演唱，在大自然中交織成最美麗的樂章。(依當日天候狀況調整是否演出)
流浪歌手	10:30-11:00	大廳	不插電的駐唱歌手演唱多首經典名曲，歡迎各位貴賓蒞臨，一同愜意悠閒享受美好時光！
	14:00-16:10 20:00-22:40	湖光山舍	
西班牙迎賓	15:40-16:00	大廳	佛朗明哥舞以節奏感分明的舞風，展現西班牙人熱情奔放的性格，帶來歡樂氣氛。讓我們一同和舞者進行互動，體驗熱情西班牙風情。(依當日天候狀況調整位置)
西班牙圓舞曲	10:00-10:10	21 或 22 棟前	佛朗明哥舞是西班牙最具特色和代表性的藝術之一。秉持了吉普賽的自由隨性，融合了歐洲的高貴華麗以及美洲的奔放熱情，在館內的西班牙式建築下，熱情呈現。(依當日天候狀況調整是否演出)
	10:20-10:30		
	16:30-16:50		
兒童教室	15:15-15:30 19:30-20:00	兒童遊戲屋	動動手、動動腦，跟著大哥哥大姐姐一起創作出屬於自己心愛的兒童美勞小天地，可愛作品可以帶回家當紀念哦！(課程內容與時間，依當日課程安排為主)
南島夏日夜	19:30-19:50 20:15-20:35	中島	藉由東南亞群島渡假島國的特有民俗文化表演，為理想大地帶來夏日風情表演，讓您彷彿置身於熱情的夏威夷群島中。(遇雨移至湖畔酒吧演出)
健身房	08:30-22:00	湖光山舍	生態公園就是我的自然健身房，跑步機、滑步機、健身車，請務必穿著輕便服裝與運動鞋。
彩繪花蓮石	09:00-17:30	湖光山舍	自由發揮藝術天份，讓手中的材料，變化出獨一無二的藝術品，製作屬於自己的花蓮記憶。(每房贈送一份，如需加購每份 20 元)
原聲舞極	20:45-21:05	大馬場	豐年祭儀象徵原住民族文化精神，它充滿了生命與活力。除了對祖靈的眷顧表達感恩之外，更藉此拉近族群間的距離，增進團結意志，更可教育後代重視原民文化，並傳承文化傳統意義。(遇雨移至湖畔酒吧演出)
賽維亞草原電影院	19:30-21:00 (五、六、日)	賽維亞草原	在涼爽的夜晚，夜間營火的陪伴與大自然的結合，欣賞著時而浪漫，時而刺激的電影情節。(結束時間依電影時間變動，依當日天候及場地狀況調整是否開放)
應許晚安遊行船	22:00-22:15	應許之河	理想的渡假是停留不是奔波，在浪漫平靜的夜色中，理想大地的天使們用誠摯的心，祝福貴賓有美好愉快的夜晚。(觀賞地點:房間陽台. 日不落橋. 麥迪遜橋等等) (遇雨天取消)



PROMISED LAND 賽維亞理想大地渡假飯店  
RESORT & LAGOON

活動諮詢、預約：中島泳池#2611、湖光山舍#2650

行程僅供參考，如因維修或天候因素暫停或變動需依現場公告為準，恕不另行通知，敬請見諒！飯店針對所提供之活動保有修改或提供等值商品之權利

For reservations : M- Island #2611, Lakeside Cottage #2650, Lakeside Bar #2505, Promisedland reserves the right to change without prior notice.

## 館內付費活動一覽表 Resort Activity Schedule

活動項目	開放時段	活動地點	內 容	收 費
遊艇環河導覽	08:30-22:00	6 號碼頭	搭乘電動遊艇欣賞 2.2 公里應許之河，專業船長導覽解說。	200 元/次 (非住客或無船券者)
生態竹筏體驗	10:00-12:00 14:00-17:00	自然生態公園	乘坐原住民竹筏遊生態河道，介紹自然生態公園的故事，環繞生態小島觀察可愛的鳥類與小動物，半點及整點航行，時間約 15 分鐘。	200 元/人
湖畔酒吧	14:00-23:00	湖光山舍	提供各式蛋糕點心、在地手調飲品、特調雞尾酒，一望無際的落地窗景，藍天白雲山高水青，彷彿身處異國莊園。	依消費計價
那魯灣商店	09:00-12:00 14:30-21:00	湖光山舍	拼布藝術品再昇華，每個完成的拼布作品都是獨一無二，通過拼縫各式布片並結合刺繡、編織等工藝，完成提包、吊飾、玩偶等精緻手工藝品。	依消費計價
植物香氛袋	10:30-11:50 (前一小時預約)	湖光山舍	使用簡單的工具與利用園區植物，透過簡單的排列技巧，挑選自己喜歡的花草，拓染在旅行記事本上。	200 元/人
釣魚活動	09:00-12:00 14:00-17:00	自然生態公園	大自然的生態魚池，您相信小釣竿可以釣起 5 斤的大魚嗎？歡迎一起來挑戰！每次以 2 小時為限，參與活動每套附贈飲料。 (如遇打雷活動將暫停)	300 元/成人 200 元/兒童
天生神射手	14:00-17:00 (前一小時預約)	射箭場	想體驗百步射陽的快感嗎？那就快到射箭場來吧。從教學到體驗，有專業的活動教練帶領您一起享受射箭的樂趣。 (如當日無人預約活動將暫停乙次)	200 元/人
鐵馬自由行	08:30-17:00	單車租借站	提供單車及地圖，您可盡情延伸休閒版圖，遊遍鄉間小路，享受單車小旅行。(如需清晨租借，可於前一天 17:00 前於單車棚預約提前取車)	150 元起
親子兒童賽車場	16:30-17:30 18:00-20:00 (前一小時預約)	Niños 樂園	今年夏天，理想讓你變身最佳女主角，成為萬眾矚目的焦點！讓小朋友們成為一個小小賽車手吧。(每次 20 分鐘，遇雨暫停開放，依當日現場公告為主。適用年齡 3-7 歲、體重 40 公斤以下。)	300 元/ 20 分鐘
獨木舟	14:00-15:30 (前一小時預約)	中島	拾起槳、穿上救生衣，體驗坐上獨木舟的驚喜。無關年齡與經驗，只要擁有一顆熱情挑戰的心，在專業教練的熱情指導下，你會發現划獨木舟就是這麼簡單有趣又安全。(每梯 15 分鐘，最多 4 人，天候不佳或打雷不開放)	300 元/人
窯烤麵包 DIY	15:00-16:00 (前一小時預約)	湖光山舍	動動手，揉一揉，體驗親手製作鄉村麵包的過程！挽起袖子和我們一起來做出獨一無二的麵包吧！(4 人成行，名額有限)	300 元/份
皮雕 DIY	15:00-17:00 (前一小時預約)	湖光山舍	挑選出喜歡的圖案，敲打在皮革上，讓旅客打造出獨一無二的皮雕作品	300 元/套
舒心響鑼浴	16:30-17:00 (前一小時預約)	蓋倫會議室	在低鳴的銅鑼聲中，透過銅鑼浴的共振進行能量的整合，為自己重新強化身體的機能。(活動時間 25 分鐘，上限 10 人，需穿著輕便服裝，如當日無人預約活動將暫停乙次)	300 元/人
舒活漫遊 主題遊程	09:00-10:40 (前一日預約)	湖光山舍	竹筏導覽 > 香草披薩 DIY > 植物染手札 (全程約 100 分鐘，名額有限)	700 元/人
理想美學 主題遊程	14:00-15:40 (前一日預約)	湖光山舍	手作皮雕 DIY > 手沖咖啡 > 園區建築散步導覽 (全程約 100 分鐘，名額有限)	700 元/人



PROMISED LAND 蓋理想大地渡假飯店  
RESORT & LAGOON

以上需預約之活動，請於指定時間(前一日或前一小時)完成預約(客房直撥 2650、2611)，如當日無人預約將暫停乙次。

行程僅供參考，如因維修或天候因素暫停或變動需依現場公告為準，恕不另行通知，敬請見諒！飯店針對所提供之活動保有修改或提供等值商品之權利

For reservations : M- Island #2611, Lakeside Cottage #2650, Lakeside Bar #2505, Promisedland reserves the right to change without prior notice.