



CT Poland

Biuro Podróży

JAPONIA

INFORMACJE PRAKTYCZNE

w kraju samurajów



CT Poland Biuro Podróży
al. Jana Pawła II 61 lok. 2, 01 – 031 Warszawa
tel. 22 654 51 33
fax: 22 620 52 71
e-mail: info@ctpoland.com.pl
www.ctpoland.com.pl
Członek Warszawskiej Izby Turystyki

CHARAKTERYSTYKA TRASY

Japonia 13 dni to jedna z najpopularniejszych tras w ofercie CT Poland. Podczas 13 dni zobacz Państwo zarówno najważniejsze miejsca, które odegrały kluczową rolę w historii Japonii, nowoczesne miasta jak i piękne krajobrazy południa Kraju Kwitnącej Wiśni. Uczestnictwo w tej trasie to gwarancja bogatego programu zwiedzania, komfortowego zakwaterowania i wysokiego standardu podróży.

PRZELOTY MIĘDZYNARODOWE

Przeloty odbywają się samolotami rejsowymi PLL LOT wg poniższego rozkładu:

Warszawa-Tokio: 15:20-08:45

Tokio-Warszawa: 10:15-14:25

Z uwagi, że godziny przelotów mogą ulec zmianie dokładne informacje o godzinach przelotów i spotkaniu z pilotem znajdą Państwo w liście przewodnim, który prześlemy e-mailem (jeśli podali go Państwo na umowie) lub pocztą zwykłą na około 2 tygodnie przed rozpoczęciem imprezy.

W czasie przelotów będą serwowane dwa posiłki, w tym jeden ciepły oraz ciepłe i zimne napoje.

PLL LOT wprowadziło płatność za wybór miejsc w samolocie. Za dodatkową opłatą pasażerowie będą mogli zarezerwować swoje ulubione miejsce.

- 20 PLN przy lotach trwających mniej niż 2 godziny
- 30 PLN przy lotach trwających ponad 2 godziny
- 60 PLN przy lotach dalekodystansowych.

Bezpłatny wybór miejsc będzie dostępny dla pasażerów klasy biznes oraz premium, a także dla posiadaczy statusu HON CIRCLE oraz Senator w programie Miles&More.

W miarę wolnych miejsc, wybór miejsca w samolocie możliwy jest również podczas odprawy na lotnisku lub online na stronie www.lot.com na 23 godziny przed wylotem (w przypadku chęci odprawy online prosimy o kontakt z biurem w celu uzyskania nr rezerwacji).

Za dodatkową opłatą można wykupić przelot w klasie premium economy lub biznes. Dopłata do premium economy zaczyna się od 3000 PLN/os., a do biznes od 8500 PLN/os. (więcej informacji udzieli pracownik biura).

DOKUMENTY PODRÓŻY

Podczas spotkania na lotnisku pilot przekaze Państwu dokumenty podróży: wydruk biletu elektronicznego na przelot międzynarodowy oraz polisę ubezpieczeniową. Pilot wręczy Państwu również zawieszki na bagaże. Dokumenty zostaną wydane po okazaniu dowodu osobistego lub kopii umowy z naszym biurem. **Proszę pamiętać o zabraniu paszportu jak również jego kserokopii.**

UWAGA: Po odprawie prosimy nie wyrzucać wydruku biletu elektronicznego. Może okazać się on niezbędny podczas powrotnego lotu do Polski.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami w przypadku opóźnienia lub odwołania lotu linia lotnicza zapewnia przelot w późniejszym terminie, a jeśli to konieczne także nocleg i wyżywienie.

BAGAŻ PODCZAS PRZELOTÓW MIĘDZYNARODOWYCH

Bagaż główny: Każdy pasażer może mieć jedną sztukę bagażu głównego. Waga bagażu

nadanego przez 1 osobę w trakcie odprawy biletowo-bagażowej nie może przekraczać 23 kg i sumy wymiarów (długość/szerokość/wysokość) 158 cm. Dla dwóch lub więcej osób posiadających jedną sztukę wspólnego bagażu, waga bagażu nie może przekroczyć również 23 kg i sumy wymiarów 158 cm.

UWAGA: Prosimy pamiętać o podpisaniu bagażu i zapięciu na szyfr lub kłódkę.

Nasze firmowe zawieszki otrzymają Państwo z rąk pilota na lotnisku.

Opłaty za nadbagaż wynoszą od 450 PLN (bagaż większy niż 158 cm) do 1350 PLN (kolejne sztuki bagażu cięższe niż 23 kg i większe niż 158 cm. Szczegółowe informacje wraz z taryfikatorem opłat za nadbagaż znajdują Państwo na stronie przewoźnika pod adresem:

<http://www.lot.com/pl/pl/web/newlot/new-excess-baggage>

W przypadku opóźnienia całego bagażu poza krajem zamieszkania pasażera PLL LOT gwarantują zwrot kosztów poniesionych na zakup najpotrzebniejszych rzeczy w czasie oczekiwania na bagaż (artykułów toaletowych, bielizny, ubrań) do wysokości 100 USD. Zakupy kosmetyków, perfum oraz rzeczy nie będące niezbędnymi artykułami rzeczywistej pierwszej potrzeby nie będą przez przewoźnika refundowane.

Warto zaopatrzyć się w kłódki z certyfikatem TSA (Transportation Security Administration). Służby celne mają prawo otworzyć walizkę w celach kontroli bezpieczeństwa. Tylko takie kłódki mogą być otwarte przez służby celne bez uszkodzenia ich. Pozostałe po otwarciu nie nadają się już do użytku. Tyczy się to jednak tylko służb celnych w Europie i USA.

Bagaż podręczny: 1 sztuka, nie przekraczająca wymiarami sześcianu o wymiarach 55cm / 40cm / 20cm i nie cięższą niż 8 kg, także płaszcz, parasol, niewielkich rozmiarów torebkę i niewielką ilość materiałów do czytania na pokładzie samolotu. Wszystkich pasażerów obowiązują przepisy dot. przewozu bagażu, np. zakaz przewozu przedmiotów niebezpiecznych oraz przepisy celne i graniczne.

PAKOWANIE BAGAŻU GŁÓWNEGO

Z uwagi na charakter wycieczki najwygodniejszym bagażem będzie walizka na kółkach o niewielkich rozmiarach.

Podczas pakowania przydatne okażą się duże plastikowe torby. Może się zdarzyć, że w trakcie podróży część ubrań zamoknie od deszczu czy wilgoci w powietrzu. W wilgotnym klimacie ubrania schną wiele dni i przełożenie ich do oddzielnych plastikowych toreb pozwoli oddzielić je od reszty suchych ubrań.

Zdarza się, że podczas lotu kosmetyki tracą szczelność i rozlewają się w bagażu. Dobrze jest je również zapakować w oddzielne plastikowe woreczki.

Jeśli podróżujemy z drugą osobą, mając do dyspozycji dwie walizki, dobrze jest spakować część rzeczy każdej z osób do jednej, pozostałe do drugiej. W przypadku zagubienia jednego bagażu przez linie lotnicze, co zdarza się bardzo rzadko, pozwoli to komfortowo doczekać momentu dostarczenia przez linię zagubionego bagażu.

Podczas pobytu na lotnisku lub na dworcu kolejowym usługi bagażowe nie są objęte ceną wycieczki, w niektórych miejscach nie są one w ogóle dostępne. Może się zdarzyć, że będą Państwo musieli sami przenieść bagaż z autokaru do hali odlotów lub z pociągu do autokaru. Prosimy wziąć to pod uwagę przygotowując bagaż.

PAKOWANIE BAGAŻU PODRĘCZNEGO

Bagaż podręczny nie powinien być zbyt duży i ciężki. Warto trzymać dokumenty lub

pieniądze w oddzielnych saszetkach, dodatkowo w plastikowych torbach, co ochroni je przed kurzem czy wilgocią. Tyczy się to głównie paszportu, biletów lotniczych czy pieniędzy.

Ze względu na przelot samolotem w bagażu podręcznym nie wolno przewozić przedmiotów zaliczanych do niebezpiecznych (nożyki, pilniczki oraz płyny, żele i aerozole itp.). Zgodnie z przepisami płyny przewożone w bagażu podręcznym muszą znajdować się w pojemnikach, z których żaden nie może przekraczać 100 ml - muszą być one zapakowane w jedną przezroczystą plastikową zamykaną torbę o pojemności nie przekraczającej jednego litra (np. torebka dwuścienna w wymiarach 22 cm x 15cm, z plastikowym suwakiem). Perfumy i alkohol zakupione w sklepach wolnocłowych można wносить na pokład samolotów, jednak muszą być one zapakowane w specjalnie zabezpieczone przez personel sklepu torby.

PŁYNY O POJEMNOŚCI POWYŻEJ 100 ML, ZAKUPIONE POZA UE, NIE MOGĄ BYĆ WWOŻONE NA TEREN UE W BAGAŻU PODRĘCZNYM (oznacza to, że jeśli powrót do kraju odbywa się przez port UE, nie można dokonać zakupu takich płynów na lotnisku w Azji). Definicja substancji płynnych, których w dużych ilościach nie wolno przewozić w bagażu podręcznym obejmuje: wodę i inne napoje, zupy, syropy, perfumy, żele (np. do włosów), pasty (w tym pasty do zębów); kosmetyki w płynnej formie (błyszczak, podkład, tusz do rzęs), kremy, odżywki i oliwki, spraye, substancje płynne pod ciśnieniem (np. żele do golenia, dezodoranty) oraz inne substancje o podobnej konsystencji.

W bagażu podręcznym przyda się długopis, gdyż podczas podróży wypełnia się formularz wjazdowy.

CO ZABRAĆ ZE SOBĄ

- ubrania: powinny być dostosowane do trasy i terminu (proszę sprawdzić tabelę klimatyczną). Radzimy zabierać lekkie, aktywnie oddychające, wygodne ubrania. Sweter lub inne ciepłe okrycie może się przydać podczas pobytu w klimatyzowanych pomieszczeniach, np. w pociągu, w hotelach czy restauracjach,
- wygodne obuwie, które łatwo daje się zdjąć – zwłaszcza przy wchodzeniu do świątyń, ryokanów, niektórych restauracji i muzeów (przydadzą się skarpetki),
- okrycie głowy dla ochrony przed słońcem, strój przeciwdeszczowy,
- okulary przeciwsłoneczne, krem z filtrem, balsam nawilżający,
- przejściówkę do gniazdka elektrycznego,
- karty pamięci do aparatu fotograficznego lub zapasowe filmy, baterie,
- leki zażywane regularnie (leki zażywane codziennie lub co kilka dni należy ZAWSZE wkładać do bagażu podręcznego),
- małą torbę lub plecak, gdyż w czasie przejazdu pociągami dziennymi bagaże główne będą wysłane do następnej miejscowości dzień wcześniej. Należy zapakować się do bagażu podręcznego (zgodnie z programem).

CZEGO NIE ZABIERAĆ

- stroju wieczorowego na przedstawienie Gion Corner - strój turystyczny wystarczy,
- dużych ręczników kąpielowych – są dostępne w każdym pokoju,
- grzałek elektrycznych do gotowania wody – pokoje hotelowe wyposażone są w czajniki elektryczne lub można poprosić o wrzątek.

INFORMACJA O HOTELACH

- Hotele, z których korzystamy na trasie to obiekty o standardzie 3* i 4*. Proszę mieć

na względzie, że pokoje hotelowe w Japonii są dużo mniejsze niż w Europie. Na górze Koya będą Państwo zakwaterowani w shukubo - przy klasztorze buddyjskim, a w okolicach góry Fuji w ryokanie (tradycyjnym hotelu japońskim). W obu obiektach spać będą Państwo na matkach lub materacach. Pokoje hotelowe wyposażone są w prywatną łazienkę (oprócz pobytu w shukubo), klimatyzację, telewizor oraz telefon. W pokojach znajdują się również zestawy do herbaty: filiżanki, herbata w torebkach oraz czajnik elektryczny. W niektórych hotelach znajdują Państwo również sejf. Łazienki wyposażone są w ręczniki kąpielowe, mydło, szampon, pastę do zębów (wszystkie w niewielkich opakowaniach), szczoteczki do zębów, klapki, papier toaletowy. W niektórych hotelach jest także suszarka do włosów. Niektóre łazienki wyposażone są w dodatkowe produkty (gąbka do masażu, prezerwatywy, itp.) – wszystkie one są dodatkowo płatne. W razie wątpliwości prosimy pytać pilota.

- W pokojach mogą znajdować się mini bary. Napoje i słodczyce, które znajdują się w środku są dodatkowo płatne.
- Doba hotelowa w Japonii, tak jak w większości państw na świecie, trwa, w zależności od hotelu od godziny 12:00 - 16:00 do godz. 11:00 - 12:00 dnia następnego. Istnieje prawdopodobieństwo, że po porannym przylocie do Japonii pokoje nie będą jeszcze dostępne; w takim przypadku najpierw realizowana będzie część zwiedzania. Po otrzymaniu przez pilota potwierdzenia z hotelu o możliwości wcześniejszego zakwaterowania, grupa pojedzie do hotelu.
- Ze względu na bogaty program zwiedzania, zazwyczaj nie ma możliwości powrotu do hotelu w ciągu dnia (grupa wyjeżdża rano po śniadaniu, a wraca wieczorem przed lub po kolacji).
- Ryokan i shukubo mają standard zakwaterowania zbliżony do hoteli, ale w pokojach **brak jest:** telefonów czy suszarek do włosów oraz sejfów. Drzwi do pokoiów w shukubo nie są zamykane na klucz – można tylko się zaryglować od wewnątrz, a ściany są cieńsze niż w murowanych budynkach. Na terenie obiektów jest zakaz chodzenia w butach – należy chodzić na boso, w skarpetkach lub w kapciach, które będą dostępne na miejscu.
- W ryokanie i shukubo można skorzystać z tradycyjnej łaźni japońskiej – onsen (ręcznik będzie dostępny na miejscu). Łaźnie nie są koedukacyjne. Szczegóły dotyczące korzystania z łaźni przekaże pilot

PASZPORT

Podczas podróży niezbędnym dokumentem będzie paszport. Paszport musi być ważny minimum 6 miesięcy od daty powrotu z wycieczki oraz posiadać przynajmniej jedną wolną stronę na wklejenie stempli granicznych.

KLIMAT

Klimat Japonii jest bardzo zróżnicowany. Wyspy leżą w zasięgu 3 stref klimatycznych: od zwrotnikowej na południu, przez podzwrotnikową do umiarkowanej cieplej na północy. Nakłada się na to klimat monsunowy. Najlepsze okresy do podróży to wiosna (kwiecień, maj) i jesień (wrzesień, październik). Z kilkoma wyjątkami w Japonii wyraźnie zaznaczają się 4 pory roku. Zimą różnica temperatur na wyspach jest dość znaczna i wynosi od -20°C w górach na północy do +19°C na południu. Zimą w górach, na zachodzie i północy kraju występują bardzo obfite opady śniegu, podczas gdy na południu jest sucho i słonecznie – głównie dzięki wpływowi ciepłego prądu Kuro-shio. Okres kwitnienia japońskich wiśni i śliw trwa od końca lutego na południu do połowy kwietnia na północy. Mniej więcej w czerwcu i lipcu rozpoczyna się gorące i wilgotne lato, z dużą ilością mgieł na południowym-wschodzie, gdzie stykają się prądy Oya-shio i Kuro-shio. Latem różnice temperatur są nieco mniejsze i wynoszą od +35°C na południu, przez +17°C na północy i około +10°C w rejonach górskich. W czerwcu

i lipcu trwa pora deszczowa. Wczesną jesienią zdarzają się tajfuny oraz częste ulewne deszcze przynieszone przez wiatry monsunowe.

Średnie najwyższych (W) i najniższych (N) temperatur w wybranych miastach, podane w °C.

Mie siąc	Tokio		Osaka		Hiroszima		Kioto		Takayama	
	W	N	W	N	W	N	N	N	W	N
I	9	2	8	1	8	2	9	0	3	-6
II	9	2	9	1	9	2	9	1	4	-5
III	12	5	12	4	12	4	13	3	8	-2
IV	18	10	19	9	18	9	20	9	17	3
V	22	14	23	14	22	14	24	13	22	8
VI	24	19	27	19	25	19	27	18	25	14
VII	28	22	30	23	29	23	31	23	29	18
VIII	30	24	33	24	31	24	33	24	30	19
IX	26	21	28	21	27	20	28	20	25	15
X	21	14	22	13	22	14	22	13	18	7
XI	16	9	17	8	16	8	17	7	12	2
XII	12	4	12	3	11	4	11	2	6	-2

RÓŻNICA CZASU W STOSUNKU DO CZASU W POLSCE

W okresie czasu letniego +7 godzin; w okresie zimowym +8 godzin. Na terenie całego kraju obowiązuje jedna strefa czasowa.

PRZECHOWYWANIE PIENIĘDZY

Najlepiej zabrać ze sobą zarówno gotówkę, jak i karty kredytowe. Nigdy jednak nie należy trzymać ich w jednym miejscu. Dobrze jest również gotówkę rozłożyć na części. Przyda się specjalna saszetka zawieszana na szyi bądź pasek z kilkoma kieszeniami, gdzie można trzymać pieniądze. Bezwzględnie należy pilnować pieniędzy w takich sytuacjach jak przepakowywanie, zakupy czy wymiana waluty.

POSIŁKI NA TRASIE

Podczas trasy będą Państwo mieli okazję spróbować różnych dań kuchni japońskiej. Śniadania są spożywane w hotelach i mają zazwyczaj formę bufetu, gdzie dostępna jest kuchnia japońska i europejska. W ciągu dnia w czasie zwiedzania, pod warunkiem, że jest to możliwe, na ogół jest trochę czasu na spożycie lekkiego lunchu. Bardzo powszechne są automaty z zimnymi i gorącymi napojami. Restauracje na obiadokolacje dobieramy bardzo starannie, najczęściej są to lokalne restauracje poza hotelami. Do posiłków podawane są pałeczki, w niektórych restauracjach na dodatkowe życzenie również widelce i noże. W tradycyjnych japońskich restauracjach posiłki spożywa się siedząc na matach. Napoje nie są objęte ceną wycieczki i płaci się za nie bezpośrednio obsłudze restauracji.

W ryokanie i shukubo będą serwowane tradycyjne posiłki japońskie. Śniadania składają się z wodorostów, serka tofu, zupy miso czy surowej ryby.

Niektóre restauracje znajdują się w pobliżu hotelu, wówczas dojście do restauracji będzie pieszo. Może się również zdarzyć, że przejazd do restauracji będzie metrem.

TRANSPORT GRUPY

AUTOKAR: Podczas trasy grupa przemieszcza się autokarami lub mikrobusami dostosowanymi do liczebności grupy. Japońskie autokary nie są wyposażone w toalety i lodówki. Kolejność zapisu na wycieczkę nie decyduje o kolejności wsiadania do autokaru.

POCIĄGI: W czasie wycieczki będą trzy przejazdy pociągami typu shinkansen oraz jeden przejazd pociągiem osobowym. W czasie przejazdów bagaż główny zostanie wysłany dzień wcześniej pociągiem bagażowym, w tym celu proszę zabrać mały plecak, żeby przepakować się na jedną noc.

OBSŁUGA PILOTA I PRZEWODNIKÓW

Grupie towarzyszy licencjonowany polski pilot wycieczek, który spotyka się z grupą w dniu wylotu na lotnisku w Warszawie. Na terenie Japonii jest również anglojęzyczny przewodnik – zazwyczaj ta sama osoba na całej trasie. W zwiedzanych miejscach polski pilot tłumaczy to, co o zabytkach opowiada lokalny przewodnik.

ZAKUPY I WYMIANA WALUTY

Obowiązującą walutą w Japonii jest jen (JPY) 1 USD = 120 JPY; 1 EUR = 130 JPY; 1 PLN = 32 JPY (dane z dnia 18.03.2015). W obiegu są banknoty o nominałach: 1000, 2000, 5000, 10.000 JPY oraz monety o wartości: 1, 5, 10, 50, 100, 500 JPY.

Najlepiej zaopatrzyć się w banknoty o nominałach 20 i 50 USD, gdyż nie ma kłopotów z ich wymianą. Warto również zabrać ze sobą nowe banknoty dolarowe. Dotyczy to zwłaszcza banknotów 100 USD. Prosimy pamiętać, że starych banknotów (z małym portretem prezydenta) jak również banknotów 20, 50 i 100 USD z lat 1993 i 1996 kantory japońskie nie chcą wymieniać.

Wymiana waluty: Pieniądze można wymieniać w bankach, nielicznych kantorach wymiany walut, niektórych hotelach - okazując paszport. W większości japońskich banków można dokonać wymiany dolarów i euro na jeny. Bardzo często można spotkać kantor wymiany w punktach pocztowych (oferują one najkorzystniejsze kursy sprzedaży i są dłużej czynne niż banki). Obowiązuje okazanie paszportu. Wymieniając pieniądze, lepiej poprosić o banknoty o nominałach 5000 jenów i 1000 jenów. W Japonii nie wolno płacić w sklepach czy restauracjach w walutach obcych. Przy wjeździe do Japonii warto mieć ze sobą niewielką kwotę w jenach na pierwsze potrzeby.

Karty płatnicze i bankomaty: Większość kart kredytowych jest akceptowana w Japonii, chociaż można mieć kłopoty z zapłatą kartami wydanymi w Polsce. Najlepiej posiadać karty kredytowe Visa lub MasterCard, w powszechnym użyciu są również karty Diners Club, American Express i JCB. Karty typu Visa Electron mogą stwarzać kłopoty w komunikacji z rodzimym bankiem. Japończycy posługują się własnymi kartami i w zasadzie takie bankomaty spotyka się na ulicy.

Targowanie się: W Japonii nie ma zwyczaju targowania się.

WYCIĘZKI FAKULTATYWNE

Ideą CT Poland jako biura specjalizującego się w organizacji wycieczek do Azji jest jak najpełniejsza prezentacja odwiedzanego kraju. Wiele imprez oferowanych przez inne biura jako opcjonalne punkty programu, u nas wliczone są w cenę imprezy. Bogate programy stwarzają stosunkowo mało okazji do ich fakultatywnego uzupełniania.

NAPIWKI

Pierwszego dnia po przylocie pilot zbierze od Państwa kwotę na zwyczajowe napiwki dla lokalnych przewodników oraz kierowców. Poza branżą turystyczną dawanie napiwków nie jest powszechnie przyjęte.

POROZUMIEWANIE SIĘ

Językiem urzędowym jest język japoński. Przeciętny Japończyk spotkany na ulicy nie posługuje się językiem angielskim. Języka tego nie znają zazwyczaj również taksówkarze. Po angielsku, przynajmniej w podstawowym zakresie, mówi zazwyczaj obsługa hotelowa oraz sprzedawcy na większych bazarach, nastawionych na turystów z zagranicy. Język angielski jest również językiem, jakim posługują się lokalni przewodnicy.

NAPIĘCIE W SIECI

W Japonii jest inne napięcie prądu niż w Europie: 100 V, prąd zmienny (50 Hz) w Tokio i w rejonie Oceanu Spokojnego, 60 Hz na zachodzie kraju. Większość nowoczesnych sprzętów działa przy niższym napięciu. Kontakty są inne niż w Polsce – podobne do kontaktów w USA. Jednakże wiele hoteli ma przynajmniej jedno gniazdko 220V. Proszę pamiętać o zabraniu przejściówki.

Typ wtyczek spotykany w Japonii:



TELEFONY / INTERNET

W Japonii działają tylko czterozakresowe telefony komórkowe, gdyż działają one na innych częstotliwościach. Prosimy dowiadywać się u swoich operatorów o częstotliwości GSM oraz o stawki połączeń. Można również dzwonić do Polski z telefonów hotelowych. Połączenie kosztuje najczęściej około 10 PLN/min.

W większości hoteli jest możliwość korzystania z Internetu w pokoju, pod warunkiem posiadania własnego komputera, lub z sieci bezprzewodowej w lobby hotelu (zazwyczaj nieodpłatnie). Kafejki internetowe są rzadko spotykane.

BEZPIECZEŃSTWO

Japonia jest krajem bezpiecznym i życzliwym dla gości z zagranicy. Przystępność jest stosunkowo niska. Należy jednak zachować ostrożność w miejscach uczęszczanych przez turystów oraz w środkach komunikacji (zdarzają się kradzieże kieszonkowe). Wartościowe przedmioty i gotówkę należy trzymać przy sobie bądź w zamkniętym sejfie w pokoju lub w sejfie w recepcji. Zarówno biuro jak i hotel nie odpowiadają za wartościowe rzeczy pozostawione poza sejfem w pokoju hotelowym.

Korzystając z taksówki, prosimy pamiętać o zabraniu paragonu wydawanego przez kierowcę. W przypadku pozostawienia czegokolwiek w taksówce umożliwi to identyfikację pojazdu.

ZDROWIE PRZED WYJAZDEM

Wyjeżdżających do Japonii nie dotyczą obowiązkowe szczepienia. Do zalecanych szczepień należą wirusowe zapalenie wątroby typu A i B, błonica, tężec i polio, a także dur brzuszny.

W razie potrzeby skorzystania z miejscowych usług medycznych należy zgłosić się do pilota, bądź bezpośrednio do centrum alarmowego Ubezpieczyciela (numer telefonu znajdują Państwo na polisie, którą przekaże Państwu pilot wycieczki).

Na wypadek konieczności skorzystania z porady medycznej lub hospitalizacji koszty do 100 EUR z reguły pokrywa sam poszkodowany. Rachunki (należy pamiętać, aby zawsze o nie

poprosić) rozliczane są po powrocie do Polski. Przed podróżą zalecamy wykonanie wszelkich niezbędnych badań oraz przeglądu stomatologicznego.

LEKI

Ze względów praktycznych wskazane jest zabranie najczęściej stosowanych w domu leków. Apteczka podróżna powinna zawierać środki przeciw komarom, dezynfekujące, plastry, leki przeciw bieguncie i przeziębieniu.

Leki zażywane regularnie (codziennie lub co kilka dni) należy ZAWSZE wkładać do bagażu podręcznego). Jeśli w bagażu podręcznym planują Państwo przewozić igły do podawania leku, wówczas niezbędne będzie zaświadczenie w języku polskim i angielskim wydane przez lekarza, zaświadczone pieczęcią.

ZDROWIE W PODRÓŻY

Japonia jest krajem bezpiecznym, acz różnica flory bakteryjnej może być kłopotliwa dla osób o zwiększonej wrażliwości. Należy pamiętać, aby często myć i dezynfekować ręce.

Tempo zwiedzania dostosowane jest do kondycji przeciętnego turysty. W okresie letnim wilgotność i upał mogą jednak osłabić wytrzymałość. Należy pić dużo płynów, najlepiej wody lub herbaty.

JEDZENIE I PICIE W PODRÓŻY

Aby ustrzec się chorób, należy dbać o higienę osobistą, unikać żywności niewiadomego pochodzenia i pić wyłącznie napoje zamknięte fabrycznie. Przed otwarciem butelki należy zwrócić uwagę, czy nie była ona naruszona.

Z pewnością przydadzą się środki pozwalające szybko zdezynfekować dłonie – żele, chusteczki. Woda z kranu nadaje się do mycia zębów. Owoce należy spożywać po ich umyciu i obraniu ze skórki. Jedząc na ulicy, powinno się zwrócić uwagę czy sprzedawca ma rękawiczki (jeśli serwuje jedzenie rękoma) oraz czy zachowane są inne podstawowe zasady higieny.

OCHRONA PRZECIWSŁONECZNA

Latem w większości regionów Japonii słońce operuje bardzo silnie. Prosimy o zabranie ze sobą środków z wysokim filtrem chroniących przed słońcem. Przyda się również nakrycie głowy oraz okulary przeciwsłoneczne.

TOALETY

We wszystkich hotelach i restauracjach serwujących kuchnię zachodnią spotkać można toalety w stylu zachodnim. W restauracjach japońskich, na stacjach paliwowych czy w zwiedzanych obiektach toalety mogą mieć charakter azjatycki (tzw. kucany). Toalety publiczne są bardzo powszechne i niemal wszystkie bezpłatne.

JET LAG CZYLI ZMIANA STREF CZASOWYCH

Jet lag to typowa dolegliwość podczas przekraczania kilku stref czasowych w krótkim czasie. Charakteryzuje się ogólnym zmęczeniem, sennością i rozdrażnieniem.

Oto kilka rad, które pomogą Państwu przyzwyczaić się szybko do nowej strefy czasowej.

1. Zaraz po wejściu do samolotu przestawić zegarek na czas obowiązujący w miejscu docelowym.
2. Od początku jeść i odpoczywać według czasu obowiązującego w miejscu docelowym.
3. Podczas nocnych przelotów spać jak najwięcej.
4. Unikać ciężkich potraw oraz dużych ilości alkoholu.

5. Podczas lotu warto co jakiś czas wstawać i robić lekkie ćwiczenia ruchowe.
6. Po przylocie unikać drzemki w ciągu dnia i położyć się spać według nowego czasu.

UBEZPIECZENIE

Uczestnik imprezy organizowanej przez Biuro Podróży CT Poland jest ubezpieczony w Towarzystwie Ubezpieczeń i Reasekuracji Allianz Polska S.A. Ubezpieczenie obejmuje pokrycie kosztów leczenia i pomoc w podróży (assistance) do 140 000 PLN na każde zdarzenie **(w tym, na podstawie dodatkowej umowy zawartej pomiędzy Biurem Podróży CT Poland a TUiR Allianz, ryzyko zaostrzeń i powikłań chorób przewlekłych)**; wypłatę świadczenia związanego z trwałym uszczerbkiem na zdrowiu z tytułu następstwa nieszczęśliwego wypadku do 10 000 PLN; pokrycie kosztów utraty lub opóźnienia dostarczenia bagażu podróжного do 1000 PLN. Szczegółowe informacje można znaleźć w „Ogólnych warunkach ubezpieczenia w podróży zagranicznej GLOBTROTTER”. Prosimy o dokładne zapoznanie się z warunkami ubezpieczenia, w szczególności z częścią „Wyłączenia odpowiedzialności”.

PRZEPISY GRANICZNE, CELNE I DEWIZOWE W JAPONII

Nie wolno wwozić narkotyków, broni, amunicji i materiałów wybuchowych, pornografii. Do Japonii nie wolno także wwozić świeżej żywności (owoce, wędliny, kanapki itp.). W przypadku kontroli na lotnisku docelowym, produkty te mogą zostać skonfiskowane.

Nie wolno wywozić dzieł sztuki, rzadkich wydawnictw i wyrobów z kamieni szlachetnych oraz samych kamieni szlachetnych bez certyfikatu zakupu. Nie są poza tym znane żadne restrykcje celne, które odbiegałyby od powszechnie przyjętych norm międzynarodowych.

Na granicy trzeba wypełnić deklarację celną, w której należy określić ilość posiadanych środków pieniężnych.

Skrócone przepisy celne i dewizowe dotyczące RP znajdują Państwo na stronie www:

<http://www.mf.gov.pl>

ODPOWIEDZIALNA TURYSTYKA

Podróżując po Japonii musimy pamiętać, że jesteśmy tylko gośćmi i że regulacje tego kraju zostały stworzone w oparciu o miejscowe realia, a nie dla wygody turystów.

Turystyka jest jednak bardzo ważną gałęzią przemysłu dla Japonii i rząd oraz lokalna administracja kładą duży nacisk, aby turystów było coraz więcej i aby zapewnić im szeroki wachlarz możliwości, zarówno jeśli chodzi o zakwaterowanie, transport i zwiedzanie. Podróżując, należy pamiętać, aby:

1. Minimalizować skutki naszego pobytu.
2. Czekać na metro lub pociąg należy ustawić się w kolejce.
3. Nie robić zdjęć ludziom, jeśli sobie tego nie życzą.
4. Nie niecierpliwic się np. gdy formalności związane z wymianą waluty trwają długo.
5. Przestrzegać prawa danego regionu oraz lokalnych zwyczajów np. zdjąć obuwie przed wejściem do świątyni buddyjskiej oraz nie robić zdjęć, jeżeli jest taki zakaz.
6. Szanować inne zwyczaje, nawet jeśli ich nie rozumiemy.
7. Okazywać szacunek w miejscach kultu religijnego, zachować ciszę, jeśli takie są regulacje w danym miejscu.

PODSUMOWANIE

Podróżowanie po Japonii niewiele różni się od podróży po Europie czy innych regionach świata. Dokładamy wszelkich starań, aby podróż Państwa przebiegła sprawnie i komfortowo-10

towo. Na miejscu korzystamy z lokalnych firm transportowych, hoteli i restauracji doświadczonych w przyjmowaniu gości z Zachodu. Podróżowanie po obcym, dalekim i tak innym od naszego kraju czasem niesie jednak ze sobą niespodzianki. W przypadku jakichkolwiek problemów prosimy zgłaszać uwagi, sugestie, prośby czy pytania do przewodnika lub pilota wycieczki. Są to osoby doświadczone w podróży i z przyjemnością będą służyć Państwu pomocą i opieką.

Życzymy Państwu udanej podróży!

行ってらっしゃい



Ambasada RP w Tokio

Adres: 2-13-5 Mita, Meguro-ku, Tokyo 153-0062

Tel. (81-3) 5794-7020

Honorowy konsulat RP w Osace

c/o Kyohei Steel Ltd. 3-1-1 Nakamuya-Ohike

Hirakata city, Osaka 573-0004

Adres: Aqua Dojima Nishi-kan 18F, 1-4-16, Dojimahama, Kita-ku

Osaka 530-0004 Tel: (81-6) 6346-5326