

日常相關

飲食

在 Vallendar 外食基本上一餐都要 10 歐起跳，真的挺貴，也沒特別好吃，所以建議可以自己常下廚，省點錢去花在更值得的地方。

平常日中午學校設有學餐，通常有四種選擇，價格介於 4~6 歐，不算特別便宜，但比自己煮省時方便，也比外面餐廳便宜一半左右。

Vallendar 鎮上只有 2 家亞洲餐廳 Golden Ente 和 Phuong Dong，一餐價格落在 8-12 歐左右，他們餐點都不是台灣熟悉的味道，但想念亞洲食物的時候，他們也不缺是一個選擇。

超市

學校附近有三間超市，Rewe、Aldi 和 Lidl。Rewe 是距離學校最近的超市，算是比較高端的超市，商品陳列比較有質感，很多食物都是標榜有機。Rewe 賣場裡面設有一間麵包店，很多學生早上都在那裡買麵包、咖啡。Aldi 和 Lidl 是比較低價親民的超市，商品陳列有點像倉庫，在買食物水果時可以用肉眼多留意品質。

交通 (學生證)

學期初的時候 WHU 會跟大家收費、幫大家辦 VRM 的學期票，交換生在 VRM 區域內只要出示學生證就可以直接搭乘公車、S-bahn、U-bahn 等車種(注意學期票不 cover ICE/CE)，算是很划算的交通票。除此之外，建議下載 DB-Navigator，可以在上面規劃路線和買票，app 上也會顯示各班次的發車、延誤或其他各種情況。

最後提醒大家到德國就要有心理準備遭受德國鐵路的各種雷，火車誤點是常態，有的班次會臨時取消或是進站的時候突然換月台，火車行進到一半突然停下來往後退也不是沒發生過。所以規劃行程的時候，記得多留一點時間應付善變難測的德鐵。

健身房

學校設有健身房，一天只閉館 2 小時，我們也是用學生證就能刷進去。健身房不大，但我覺得以學生數來說已經夠用了，有時候下午 2-3 點過去完全沒有人、非常舒服。裡面大致有四區：自由重量、下半身機械(獨立一間)、上半身機械和多功能室(拳擊、舞蹈、瑜珈)。有專人定期在整理、打掃健身房，器材狀況和整潔都維持得很好。

