

百合旅遊 SUCCESS TRAVEL

# 【兩界雙聖地】

## 熊野古道 x 伊勢神宮

本州聖域大縱走-熊野古道12天

走過千年的寂靜，只為聽見內心的聲音

山之道 | 海之道 | 川之道



百合旅遊

SUCCESS TRAVEL

電話: 02-2552-4411 傳真: 02-2550-3003  
地址: 台北市大同區南京西路22號4樓之4



官方網站

## 【兩界雙聖地】熊野古道 × 伊勢神宮

### 本州聖域大縱走-熊野古道 12 日



#### 【熊野古道 | 一條通往內心的千年之路】

在日本紀伊半島深處，藏著一片被稱為「神之居所」的聖域

#### 熊野古道 ( Kumano Kodo )

一千多年前的平安時代，從皇室貴族到平民百姓

人們相信這片崇山峻嶺是「淨土」在人間的投影

他們不遠千里，徒步跋涉越過險阻，只為尋求淨化與重生

當您的雙腳踏上那被歲月磨得光滑的青苔石階

兩旁是高聳入雲、靜默了數百年的巨大杉木林，

您會感受到一種難以言喻的「氣場」。

空氣裡瀰漫的不只是芬多精，更是一種千年的孤寂與莊嚴。

在這裡，陽光穿透樹冠灑下的光影是神聖的，瀑布飛流直下的轟鳴是洗滌心靈的樂章。

作為世界上唯二被聯合國教科文組織登錄為世界文化遺產的「參拜道」

熊野古道的價值，不在於征服了多少山頭，

而在於每一步的行走間，您如何卸下肩上的塵埃，

與天地對話，並重新聽見自己內心深處，那久違的聲音。

## 航班參考 : ( 航班以行前說明會公佈為主 )

### 中華航空

天 數	出發 / 抵達時間	起飛 / 抵達城市	航空 公司	班機號碼	飛行時間
第 01 天	09:00 / 12:50	桃園TPE/大阪關西KIX	中華航空	CI-152	02 小時 45 分
第 12 天	19:05 / 21:10	大阪關西KIX/桃園TPE	中華航空	CI-173	03 小時 05 分

### 長榮航空

天 數	出發 / 抵達時間	起飛 / 抵達城市	航空 公司	班機號碼	飛行時間
第 01 天	08:30 / 12:10	桃園TPE/大阪關西KIX	長榮航空	BR-132	02 小時 40 分
第 12 天	18:30 / 20:30	大阪關西KIX/桃園TPE	長榮航空	BR-129	03 小時 00 分

### ※【行程設計理念】

市面上的行程，大多停留在 5 到 8 天的「淺嚐即止」，但百合專門做長天數旅遊的深知，對於來到人生不同階段的您來說，旅行不該是匆忙的打卡，而是一場不留遺憾的回憶。百合之所以堅持 12 天全境縱走，是因為這場橫跨 1,200 年的朝聖，不容許被快轉。

- 1. 拒絕拼湊，我們選擇「完整」**：坊間大多擷取古道一小段，卻遺漏朝聖的起承轉合。百合堅持串聯「海之參拜道（大邊路）」、「山之參拜道（中邊路）」與「川之參拜道（熊野川）」，甚至延伸至伊勢神宮及高野山，百合要讓您在旅程結束時，能驕傲地說：「我是走過了真正的熊野古道。」
- 2. 不做過客，我們帶您「入夢」獨家高野山宿坊體驗**：當別人匆匆下山趕往市區飯店時，我們選擇留在天空聖域。這 12 天最珍貴的一夜，我們安排您入住高野山千年寺院（宿坊）。這不是一般的住宿，這是修行的延伸。吃著精緻的精進料理（素食），在清晨的誦經聲與檀香中醒來，您會發現，這一晚的寧靜，勝過世間所有的奢華。這是只有長天數行程，才能餘裕安排的靈魂洗禮。
- 3. 用「慢」的節奏，換取「深」的感動**：朝聖忌諱趕路，短天數的行程往往讓身體疲於奔命，心靈卻跟不上腳步。我們多出來的天數，是為了讓您有時間在那智瀑布前發呆，在忘歸洞的溫泉裡聽海，在大門坂的杉林下深呼吸。我們把時間還給感官，讓您從容地與這片土地對話，讓身體的勞頓在當晚就能獲得頂級美食與溫泉的撫慰。

### ※【行程承諾 | 不進站】

為了讓旅客享有最純粹的旅行體驗，本行程嚴格遵守「不進站」原則，堅持不將旅程時間浪費於無關景點的購物安排，讓每一分每一秒都花在值得的風景與文化之中。

#### 🚫 不進免稅店等購物站

全程不安排購物站，如免稅店、土產店、藥妝店等，避免走馬看花、行程被壓縮，專注景點體驗。這項堅持，是對旅客的尊重與保證。享受無購物壓力、無銷售干擾、純粹高品質的日本深度旅遊。

### ※【貼心提供】:

#### 🎧 提升遊覽體驗每人配有一導覽耳機：

克服距離限制，舒適的隨時聽導遊及領隊解說。既可節省時間，無需等待的隨心探索，讓您能充分的了解景點特色及歷史。

## 【跨越山海神域】紀伊半島世界遺產全覽：

1. **山、海、川的三維度朝聖**：熊野古道的魅力，在於它不是單調的山路，而是大自然神性三重奏。

【山之參拜道 | 中邊路】：參天古杉與青苔覆蓋的綠色隧道，這裡是神靈居住的森林。每一步踩踏在盤根錯節的古道上，聽見的只有自己的呼吸聲與風聲。我們將在此感受「森之靈氣」。

【海之參拜道 | 大邊路】：這是古代文人與畫家最愛的絕景路段。走在沿海的古道上，看著湛藍的太平洋拍打岩岸，海風將吹散累積的煩憂。這是大自然給予朝聖者最慷慨的「海之洗禮」。

【川之參拜道 | 熊野川】：全世界唯二被登錄為世界遺產的河川。我們不只在岸邊觀看，更特別安排搭乘「復古川舟」，重現千年前平安時代皇室貴族的朝聖路徑，隨波逐流間，感受「川之流動」帶來的歲月靜好。



山之參拜道 | 中邊路



海之參拜道 | 大邊路



川之參拜道 | 熊野川

2. **本雙聖地與天空之城的極致巡禮**：不僅僅走完熊野三山，更將行程延伸串起日本信仰的三大頂點。

【再生之地】熊野三山：走訪本宮、速玉、那智三大社，完成心靈重生儀式。

【心靈故鄉】伊勢神宮：跨越縣境，參拜日本地位最崇高的神宮，感受永恆精神。

【天空聖域】高野山：登上海拔 800 公尺的密教聖地，在壇上伽藍與奧之院的肅穆氛圍。



熊野三山 | 那智瀑布



心靈故鄉 | 伊勢神宮



天空聖域 | 高野山

## 【千年朝聖儀式】化身平安繪卷，銘刻榮耀足跡

- ✓ **平安時代變裝**：在大門坂換上傳統朝聖服飾，彷彿穿越回千年前的繪卷之中充滿莊嚴的儀式感。
- ✓ **完走朝聖證書**：手持納經帖，蒐集沿途王子的押印。在旅程終點熊野本宮大社，領取那份象徵毅力與誠心的「完走證明書」，為人生下半場再添一枚榮耀勳章。



平安時代變裝



押印證書



完走朝聖證書

## ※【特色品味】

1. **文化體驗**：探索熊野古道館、太地町立鯨魚博物館、和歌山城、伊勢神宮等藝術歷史文化。
  2. **自然美景**：走訪世界遺產~高野山、熊野三山、千疊敷、鬼之城、橋杭岩，沉浸於日本大自然的鬼斧神工。
  3. **特色溫泉**：精選特色溫泉區，如日本三大古湯~白浜溫泉區、南紀勝浦溫泉區、伊勢志摩溫泉區。
  4. **美食之旅**：品嚐日式御膳、會席料理、和歌山海鮮市場料理，滿足味蕾饗宴。

## ※【特色住宿】

- ◎ **和歌山市區飯店 | 繁華與便利的轉場**：安排市區優質飯店，感受日本都會風情。
  - ◎ **白濱溫泉區 | 皇室鍾愛的千年古湯**：日本三大古老的溫泉勝地之一，這裡自古便是皇室貴族的度假勝地。讓您在細緻的泉質中，洗去雙腳的疲勞，享受如絲綢般的肌膚觸感。
  - ◎ **南紀勝浦溫泉區 | 擁抱太平洋的洞穴奇觀**：入住知名溫泉宿，讓大自然的能量透過泉水注入身體。
  - ◎ **伊勢志摩溫泉區 | 珍珠之海的溫柔**：這裡的溫泉以保濕聞名，打造暖和、光滑的健康與美肌體驗。
  - ◎ **日本廟宇住宿體驗 | 傳說中的天空聖域**：這是心靈的歸宿，在高野山這座古老的朝聖盛地，入住傳承千年的寺院宿坊，在沒有喧囂的夜晚，與內心久違的平靜獨處。

## ※【旅遊路線圖】



(◎包含門票或入內參觀景點、\*下車參觀景點、▲行車遊覽、■UNESCO 指定為世界遺產)

第 01 天 桃園→大阪→(貴志川線)和歌山駅→貴志駅(搭多摩鐵道博物館號)→和歌山城→飯店

CI152 09:00/12:50 或 BR 132 08:30 / 12:10

早餐：空廚美食

午餐：日式套餐

晚餐：飯店主廚料理

住宿：[和歌山市多美迎溫泉飯店](#)或[大和溫泉飯店](#)或[露櫻酒店](#)或同級

今日航班飛抵大阪，隨後前往港都風情濃厚的和歌山縣，避開市區繁忙人潮，展開悠閒愉快的旅程。下午安排輕鬆搭乘貴志川線，稍後前往歷史名城—和歌山城，感受歷史建築與現代潮流交融的氛圍，以及和歌山市港灣海景所帶來的浪漫與寧靜。

◎**貴志川線 - 和歌山駅 → 貴志駅**：貴志川線是和歌山電鐵唯一的鐵路路線，全長 14.3 公里，連結了和歌山市的 JR 和歌山站和紀之川市的貴志站。此路線以擁有貓站長「小玉」及其後任「二代玉」而聞名，並有多輛彩繪主題觀光列車，如「草莓電車」和「小玉電車博物館號」，吸引了大量國內外觀光客。

◎**和歌山城**：和歌山城是位於日本和歌山縣和歌山市市中心的一座梯郭式平山城，因其坐落於虎伏山上，又被稱為「虎伏城」。它與松山城、姫路城合稱日本三大連立式平山城，是和歌山市的象徵。

**行車距離：大阪關西機場 → ( 車程約 60 分鐘 ) 和歌山站 → ( 車程約 20 分鐘 ) 和歌山城 → 飯店**



(圖片來源: 和歌山旅遊官網)



(圖片來源:和歌山旅遊官網)



(圖片來源: 和歌山旅遊官網)



(圖片來源:和歌山旅遊官網)

**門票安排：貴志川線電車票、和歌山城門票**

## 第 02 天 飯店→【熊野古道-紀伊路段(山中溪駅→山中宿道；山口王子→力侍神社)】→紀三井寺 →和歌山遊艇城→黑潮市場→飯店

早餐：飯店內

午餐：和洋料理

晚餐：和風料理或燒肉料理

住宿：[和歌山市多美迎溫泉飯店](#)或[大和溫泉飯店](#)或[露櫻酒店](#)或同級

今日將展開熊野古道巡禮，沿著【舊熊野街道】前行，這段被稱為「紀伊路」的路段，是平安時代皇族御用的參拜道。沿途您將在森林的懷抱中，尋訪古代貴族的休憩所「子」，並親手蓋下象徵到訪的「押印」。隨後前往充滿異國風情的【和歌山遊艇城】，並在【黑潮市場】欣賞震撼的鮪魚解體秀。

\* **熊野古道【紀伊路健行 | 尋訪歷史的王子印記】**：結合自然歷史的輕健行（步行約 5.7 公里，3 小時）由山中溪駅出發，途經樹齡 60 年的垂枝櫻名所長谷山地藏院（此時雖無花，但綠意盎然），並沿著街道依序造訪山口王子、川邊王子、中村王子直到力侍神社。沿途進行「押印（蓋章）」活動，每一個印章都代表著您與千年前朝聖者的足跡重疊，極具紀念意義。

### 【健行路線】

#### ❶ **山中溪駅：簡單，山中宿道，輕鬆步行，全程約 3.6 公里**

山中溪駅→馬目王子(步行 20 分 1.2km)→地福寺(步行 15 分 600m，林蔭小路)→山中宿道(步行 30 分 800m 往返，古道石徑，須意石塊與樹根)

#### ❷ **山口王子：中等，林間小徑緩上坡，路線簡易，需連續步行時間較長，全程約 6.8 公里，。**

山口王子→川邊王子(步行 50 分 2.6km, 鄉間小路)→中村王子(步行 50 分 2.4km, 古道爬坡路段)→力侍神社(步行 40 分 1.8km, 緩上坡林間小徑)

### ※ 熊野古道・健行注意事項：

★ **【路況與穿著】**：紀伊路（山中溪至力侍神社），預計步行時間約 3-4 小時。路段多為鄉間小徑與部分石板路，難度不高，有緩坡起伏。請務必穿著防滑好走的運動鞋或登山鞋，並建議穿著透氣排汗的衣物。山區氣候多變，建議隨身攜帶輕便雨衣、登山杖、防蚊液、防曬乳。

★ **【安全原則】**：古道位於自然山林中，地面會因晨露或雨後濕滑（尤其青苔處）。領隊將視當日天候狀況（如大雨、雷擊風險）及團員體能，保有調整路線、縮短路程或取消健行改為替代行程之權利，以確保全體旅客之安全為最高原則。

※ **行程小知識：什麼是「紀押印」？**熊野古道「紀伊路」上專屬的朝聖集章點。沿途的歷史遺跡旁設有押印台，讓徒步者能親手蓋章留念。這是一種「儀式感」，每一個印章（如：押印 1、押印 2）都代表您確實走過了這段歷史之路，留下了獨一無二的實體回憶。

（註：因本行程採精華路段健行搭配專車接駁，押印編號呈現跳號為正常現象。）

◎ **紀三井寺【結緣坂上的繡球花 | 俯瞰和歌浦絕景】**：雖名列「日本櫻花百選」，但初夏的紀三井寺別有一番風情。登上著名的「結緣坂」，六月時節階梯兩旁往往盛開著多彩的繡球花（紫陽花）。登上寺院高處，您可以將「和歌浦」的絕美海灣景色盡收眼底，感受海風吹拂的遼闊感。

◎ **和歌山遊艇城【歐風海濱度假島 | 異國風情漫步】**：和歌山遊艇城是一座位於和歌浦的人工島，設有集結主題樂園、市場、溫泉和飯店等設施的複合式度假區。以下是遊艇城內主要景點的資訊。

\* **黑潮市場【名物鮪魚解體秀 | 自由大啖新鮮海鮮】**：和歌山縣的黑潮市場是以觀光為主魚市場，新魚、海鮮燒烤和每日舉行的鮪魚解體秀聞名。市場隸屬於和歌山遊艇城，為關西地區熱門觀光景點。

行車距離：飯店 → ( 車程約 1 小時 ) 紀伊路 → ( 車程約 0.5 小時 ) 紀三井寺

紀三井寺 → ( 車程約 0.5 小時 ) 和歌山遊艇城及黑潮市場 → 飯店



(圖片來源: 和歌山旅遊官網)



(圖片來源: 和歌山旅遊官網)

包含門票：紀三井寺、和歌山遊艇城

下車參觀：黑潮市場

第 03 天 得生寺 → 熊野古道紀伊路(資料館 → 逆川王子 → 湯淺町 / 醬油發源地 → 立石茶屋 → 湯淺車站  
→ 岩代王子 → 千里王子 → 紀州梅干館 → 飯店

早餐：飯店內

午餐：日式定食或西式套餐

晚餐：飯店內和風料理

住宿：白濱白良莊溫泉飯店或白濱大江戶朝樂溫泉或白濱千疊溫泉飯店或同級

今日續前往紀伊路段，從「山之參拜道」轉變為「海之參拜道」的風景推移。晨間造訪【得生寺】與【熊野古道資料館】，先沉澱心靈沉澱。隨後走入時光隧道，漫步於日本醬油的發源地——【湯淺町】。舊街道飄散著釀造發酵的醇厚香氣，彷彿能聞到歷史味道。抵達熊野古道珍貴的亮點——【千里王子】，唯一一座落於沙灘旁的王子神社。在此蓋下押印。續前往【紀州梅干館】，日本產量第一的梅之鄉。  
\* 舊熊野街道【紀伊路探索 | 山海交織的信仰之路】：兩段精華體驗：湯淺町周邊（約 3 公里），感受古老宿場町的氛圍；海邊的千里王子路段（約 5.6 公里），享受海風吹拂的開闊感。

### 【健行路線】

① 得生寺：簡單，林間小徑，大部份路段平坦，路線簡易，全程約 7.7 公里。

熊野古道資料館(步行 5 分 300m) → 逆川王子(步行 1 小時 4.5km，緩上坡古道石徑) → 湯淺町 (步行 30 分 2km 鄉間平路) → 立石茶屋(步行 10 分 500m) → 湯淺車站(步行 5 分 400m)

② 岩代王子 → (步行 1 小時 4km, 沙灘. 森林古道) 千里王子 → 紀州梅干館(步行 45 分 3km, 鄉間小路) (以上全程約 7 公里，步行約 1.1 萬步)

※ 熊野古道・健行注意事項：

★ 【路況與穿著】：本段紀伊路步道，預計步行時間約 4-5 小時。路段多為鄉間小徑與部分石板路，難度不高，有緩坡起伏。請務必穿著防滑好走的運動鞋或登山鞋，並建議穿著透氣排汗的衣物。山區氣候多變，建議隨身攜帶輕便雨衣、登山杖、防蚊液、防曬乳。

※ 蒐集押印：歷史館「紀.押印 10」、逆川王子「紀.押印 11」、立石茶屋的「紀.押印 12」，以及最特別的海邊印記—千里王子的「紀.押印 18」。

◎得生寺&民俗資料館【中將姬傳說 | 古道巡禮的前奏曲】：得生寺是與「中將姬」傳說有深厚淵源的古剎，環境清幽。資料館展示了平安時代詩人藤原定家的日記等珍貴史料，踏上古道前，透過文物與歷史對話，深度瞭解朝聖之路的文化與歷史意義，讓漫步其中的貴賓，深度融合在地文化。

\*湯淺町【醬油發源地散策 | 醇厚迷人的老街香氣】：這裡被選定為「重要傳統的建造物群保存地區」。湯淺是日本醬油的誕生地，走在保留著江戶時代風貌的街道上，黑瓦木造的町家建築鱗次櫛比。您不僅能參觀釀造的老舖，更能感受到空氣中那股經歷百年歲月、獨特且迷人的醬油與味噌香氣。

\*千里王子【古道唯一海景 | 白沙青松與浪潮聲】：有別於深山中的神社，千里王子座落於美麗的海岸線上。這裡是昔日朝聖者眺望大海、洗滌塵埃的地方。您可以站在白色的沙灘上，聽著規律的浪潮聲，感受與山林截然不同的療癒力量。

◎紀州梅干館【日本第一梅之鄉 | 酸甜開胃的在地風味】：和歌山的「南高梅」享譽全日本。我們將造訪位於南部町的梅干觀光工廠，這裡不只販售頂級梅干，更展示了梅子的生長與製作過程。在此您可以品嚐到酸甜適中、口感厚實的紀州梅，是自用或饋贈親友的最佳伴手禮。

行車距離：飯店 → ( 18km 車程約 25 分鐘 ) 得生寺 → ( 7km 車程約 15 分鐘 ) 湯淺車站

湯淺車站 → ( 40km 車程約 1 小時 ) 岩代王子 → ( 4km 車程約 8 分鐘 ) 紀州梅干館

紀州梅干館 → ( 22km 車程約 40 分鐘 ) 飯店



(圖片來源:有田市觀光協會官網)



(圖片來源: 和歌山旅遊官網)

包含門票：熊野古道歷史民俗資料館

下車參觀：舊熊野街、道湯淺町、千里王子

#### 第 04 天 熊野古道~大邊路→白濱海鮮市場→白良浜→白濱溫泉

早餐：飯店內

午餐：和洋料理或海鮮套餐

晚餐：飯店內和風料理

住宿：白濱白良莊溫泉飯店或白濱大江戶朝樂溫泉或白濱千疊溫泉飯店或白濱海舟或同級

今日開啟熊野古道沿海路線「大邊路」的序章。早餐後，專車前往【鬪雞神社】，這裡是昔日源平合戰決定歷史勝負的舞台，也是大邊路的起點，我們將在此蓋下極具意義的第一枚印章。隨後造訪【南方熊楠顯彰館】，走進這位被稱為「日本達文西」的博學家故居，感受他對森林與黏菌生態的熱愛。午餐時刻，帶您前往西日本規模最大的【ToreTore 市場】，在熱鬧的吆喝聲中品嚐大海的恩惠。午後時光則獻給南紀白濱的自然奇觀：從層層疊疊的【千疊敷】，到搭乘電梯直達地底的【三段壁海蝕洞】，最後漫步於潔白如雪的【白良濱】沙灘，在太平洋的波濤與海風中，感受大自然鬼斧神工。

\* **鬪雞神社【大邊路起點 | 決定歷史的一戰】**：這座列名世界遺產的神社，供奉著與熊野三山相同的神祇。平安時代末期，熊野別當（管理者）以「鬥雞」占卜方式，決定支持源氏家族，進而改變日本歷史。

## 【健行路線】

● **大邊路：簡單，林間小徑與沙灘步道，路線輕鬆，全程約 5 公里。**

鬪雞神社→南方熊楠顯彰館(步行 10 分 700m)→千疊敷→三段壁海蝕洞(步行 15 分 1km，海灘步道)  
→白浜沙灘(步行 30 分 1km 海灘步道)

## ※ 熊野古道・健行注意事項：

★ **【路況與穿著】**：本段大邊路（山中溪至力侍神社），預計步行時間約 1.5-2 小時。路段多為輕鬆平坦石板路，輕鬆漫遊。建議穿著防滑好走運動鞋或沙灘鞋，建議穿著透氣排汗的衣物。海岸風大，建議自備風衣或薄外套，隨身攜帶輕便雨具、防曬乳。

※ **蒐集押印**：大邊路的起點，請在此慎重地蓋下「大.押印 1」，象徵我們開啟了另一段沿海朝聖的篇章。

◎ **南方熊楠顯彰館【走進巨人的腦袋 | 生態學與森林守護者】**：南方熊楠是近代日本著名的博物學家與生物學家，他終其一生致力於保護熊野的森林與神社不被破壞。館內展示了他驚人的研究手稿與標本（特別是黏菌與真菌），透過他的視角，我們能更深刻理解熊野古道為何被稱為「自然與信仰的聖地」。

◎ **ToreTore 市場【西日本最大級海鮮天國 | 味覺的狂歡】**：由當地漁業協會經營，這座巨大的市場不僅販售四季新鮮的魚蝦貝類，更有和歌山特產的蜜柑、梅乾與地酒。您可以試吃各種在地美味，感受南紀白濱的熱情與活力。

◎ **白良濱【東方夏威夷 | 潔白細緻的石英沙灘】**：這裡擁有長達 600 公尺的弓形海灘，沙質潔白細緻（含有 90% 的矽酸，觸感滑順）。脫下鞋襪，赤腳踩在溫暖的白沙上，眼前是湛藍的太平洋，彷彿置身於熱帶度假勝地。

## ◎ **白濱海景三絕【鬼斧神工的自然雕刻】**：

- ✧ **[三段壁・海蝕洞]**：深入地下 36 公尺的洞窟，近距離感受巨浪拍打岩壁的震撼聲響，這裡是傳說中熊野水軍的藏船之處。六月進入洞窟，天然的涼意更是消暑首選。
- ✧ **[千疊敷]**：宛如一千張榻榻米堆疊般的岩盤延伸至海中，是海水侵蝕形成的壯麗地質景觀。
- ✧ **[圓月島]**：白濱的象徵，島中央的海蝕洞形似圓月。

**行車距離：飯店 → ( 12km 車程約 25 分鐘 ) 鬪雞神社 → ( 900km 步行 20 分鐘 ) 南方熊楠顯彰館**

**南方熊楠顯彰館 → ( 10km 車程約 20 分鐘 ) 白濱 ToreTore 海鮮市場**

**白濱海鮮市場 → ( 5km 車程約 11 分鐘 ) 白濱溫泉 → ( 2.5km 車程 約 35 分鐘 ) 飯店**





(圖片來源: 和歌山旅遊官網)



(圖片來源: 和歌山旅遊官網)

包含門票：南方熊楠顯彰館門票・三段壁海蝕洞窟

第 05 天 熊野古道～中邊路+大邊路→船泊朝聖之旅 →周參見車站→稻積弁天神社→本州南端潮岬燈塔

早餐：飯店內

午餐：蕎麥麵套餐或日式定食

晚餐：飯店晚餐或日式套餐

住宿：[大江戶南紀串本溫泉飯店](#)或[南紀勝浦飯店](#)或[MERCURE 串本飯店](#)或同級

我們將親身感受熊野古道「山」與「海」截然不同的魅力。我們專車前往【熊野古道館】，隨即踏上中邊路的起點【瀧尻王子】。這裡被視為人界與神域的交界，巨樹參天、苔蘚翠綠，充滿了神聖的靈氣。隨後轉往沿海的「大邊路」，展開一段約 6 公里、充滿生活感的【鄉間輕健行】。接著來到【安居渡船場】，體驗昔日貴族為了前往聖地，搭乘小船渡過日置川的雅緻情懷。午後，探訪海上秘境【稻積弁天社】，並登上本州最南端的【潮岬燈塔】，站在懸崖之上，感受天寬地闊的震撼。

### 【健行路線】

① **中邊路：易，平坦道路與海岸步道，路線輕鬆簡易，全程約 3 公里，步行約 4,000 步。**

熊野古道館→瀧尻王子宮(步行 3 分 150m )中邊路起點→【大邊路 1】(步行 2 小時約 6 公里)  
朝來車站→堀製菓(步行 5 分鐘-280m )→櫟原神社(步行 5 分鐘-290m )→山王橋(步行 30 分鐘-2.4km)  
→大日如來堂(步行 25 分鐘-2km )→庭力フェ「翔花」前方(巴士等候) (步行 20 分鐘-1.5km)

② **大邊路：易，平坦道路與海岸步道，路線輕鬆簡易，全程約 8 公里。**

周參見駅→稻積弁天神社(步行 20 分鐘-900m )→潮岬燈塔(步行 50 分鐘-1.8km )→飯店

※ **熊野古道・健行注意事項：**

★ **【路況與穿著】：**預計本日步行時間約 4 小時。大邊路沿海步道+平坦石板路，輕鬆漫遊。建議穿著防滑好走運動鞋，建議穿著透氣排汗的衣物。海岸風大，建議自備風衣或薄外套，隨身攜帶輕便雨具、防曬乳。

◎ **熊野古道館+瀧尻王子宮【中邊路起點 | 人與神的分界線】：**通往熊野聖山的核心入口 ( 中.押印 4 )。瀧尻王子位於兩條神聖河流的交匯處，自古以來被認為是「亡人之地的入口」，踏過此地即意味著重生。六月時節，境內的古木與岩石覆蓋著美麗的青苔，呈現出幽靜深邃的熊野綠，是感受靈氣最強場所。

\* **大邊路鄉間散策【走進日本原風景 | 甜蜜的在地補給】：**步行路線充滿田園野趣，全程約 4km 。

※ **大邊路線亮點：**從朝來車站出發，途經傳統日式點心老舖「堀製菓」( 不妨買個甜點補充熱量！ )，參拜櫟原神社，並走過漲水時會沒入水中的「山王橋 ( 潛水橋 )」，最後抵達庭園咖啡前方。這是一段能

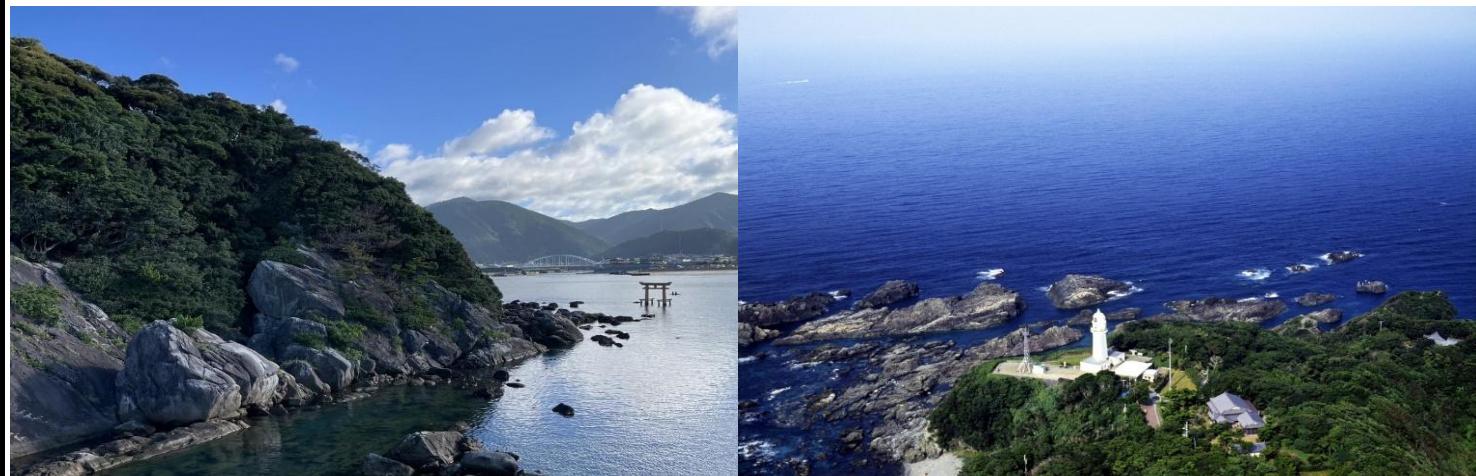
看見日本在地生活縮影的療癒之路。

◎**安居渡船場【穿越日置川 | 唯一的古法渡船體驗】**：大邊路目前唯一僅存、且必須「搭船」才能連接的古道（中.押印 3）。不同於陸路行走，我們將換個視角，坐在小船上隨波逐流，遙想千年前古人渡河時的心境，享受日置川清澈的水流與兩岸的翠綠山景。

\***稻積弁天神社【海上鳥居 | 神祕的蛇島傳說】**：座落於海上的無人島，全島被指定為國家天然紀念物，因此禁止登島，只能遠觀。島上的鳥居孤懸於海面，相傳是神武天皇存放糧食之地，當地人深信島上有白蛇守護，充滿了神祕色彩。

\***潮岬燈塔【本州極南點 | 擁抱太平洋的白色巨塔】**：潮岬，是本州的最南端。聳立於懸崖之上的白色燈塔，建於 1863 年，是潮岬的象征。有觀光塔和草坪廣場，由於地處本州的最南端，180 度的全景便在你面前展露無疑。

行車距離：飯店 → ( 25km 車程約 35 分鐘 ) 熊野古道館 → ( 21km 車程約 25 分鐘 ) 安居渡船碼頭 → ( 18km 車程約 20 分鐘 ) 稻積弁天神社 → ( 41km 車程約 50 分鐘 ) 潮岬燈塔 → ( 8km 車程約 15 分鐘 ) 南紀串本



(圖片來源:和歌山觀光官網)

(圖片來源:和歌山觀光官網)



(圖片來源:和歌山觀光官網)

(圖片來源:和歌山觀光官網)

沿路景點：大邊路鄉間散策、稻積弁天神社、潮岬燈塔

包含門票：渡船費用

第 06 天 橋杭岩→太地町立鯨魚博物館→平安服裝體驗→熊野古道(那智大社、三重塔、青岸渡寺)→飯店

早餐：飯店內

午餐：和洋套餐

晚餐：會席料理或百匯自助餐

住宿：[浦島溫泉酒店區](#)或[龜之井浦島酒店](#)或[南紀勝浦酒店](#)或[TAOYA 溫泉酒店](#)或同級

今日我們將迎來旅程的最高潮，造訪紀伊山地靈場與參拜道的核心地帶。首先來到【橋杭岩】，這是一處由 40 多塊巨石直線排列、宛如橋墩般延伸入海的天然奇景，流傳著弘法大師與天邪鬼鬥法的傳說，是和歌山首屈一指的地質景觀與打卡名勝。接著造訪【太地町立鯨魚博物館】，這是世界規模最大的鯨魚博物館，生動展示了這片海域傳承四百年的捕鯨文化與海洋生態。隨後，我們正式步入「神靈居住之地」，來到【大門坂】。這是一條被百年杉木與青苔覆蓋的石疊古道，也是世界遺產熊野古道中最具有代表性的風景。因此，我們特別安排於大門坂茶屋體驗「平安時代朝聖衣裝租借」，換裝完成後，您將就這樣穿著傳統服飾走到【熊野那智大社】，親身體驗過去皇室貴族參拜的情境。在六月翠綠的森林襯托下，接著參拜莊嚴的【青岸渡寺】並仰望日本落差第一的【那智瀑布】，感受朱紅三重塔與飛瀑共演的日本絕景。行程結束後，隨即專車接送前往飯店，飯店稍作休息。

## 【健行路線】

● **大門坂：中等，以那智瀑布石階較不好走，其他為平坦道路，輕鬆簡易，全程約 3 公里。**

[平安服裝體驗](#)→熊野古道-那智大社(1.5km 步行 30 分)、三重塔(850m 步行 15 分)、青岸渡寺(500m 步行 10 分)→[飯店](#)

※ **熊野古道・健行注意事項：**

★ **【路況與穿著】：**預計本日步行時間約 2 小時。著平安服步行古道，尤以那智大社→那智瀑布此段較潮濕、青苔多，約 250 石階，要小心步行，其他路段皆為平坦好走。建議穿著防滑好走運動鞋，建議穿著透氣排汗的衣物。海岸風大，建議自備風衣或薄外套，隨身攜帶輕便雨具、防曬乳。

\* **熊野古道「大門坂」【平安時代朝聖變裝 | 翠綠杉林中的紅衣身影】：**大門坂的入口有著一個石造鳥居，穿過鳥居，渡過紅色的振ヶ瀨橋，代表我們正式進入了神靈的世界。接著看到兩棵高聳入天的杉樹，他們是「夫婦杉」，分別佇立古道兩旁已超過 800 年，是古道深林的守門員。熊野古道的參拜，始於平安時代，因此大門坂茶屋提供平安時代的衣裝租借，換裝完成後可以就這樣走到熊野那智大社，體驗過去人們參拜的情境，或是與夫婦杉及一小部分古道合照，紅衣綠樹，別有一番風情。

◎ **特別安排體驗：**讓您換上 [平安時代的傳統朝聖服裝](#)，古道濕潤而鮮綠，石階上的青苔與兩旁參天古杉，將您身上鮮豔的衣裝襯托得無比華麗，彷彿穿越回千年前的繪卷之中。

\* **橋杭岩【弘法大師的未完之橋 | 鬼斧神工的海上石柱】：**橋杭岩是位於和歌山縣東牟婁郡串本町的旅遊名勝，吉野熊野國立公園的一部分。是由對著紀伊大島的海岸西南一列大概 850 米長，共約 40 塊大小不一的岩石接連所組成。地質學的解釋認為，橋杭岩是石英斑岩因火成活動侵入泥岩層中，日後因侵蝕差別效應，較為柔軟的泥岩很快就消蝕殆盡，而殘存堅硬的柱狀石英斑岩所致。

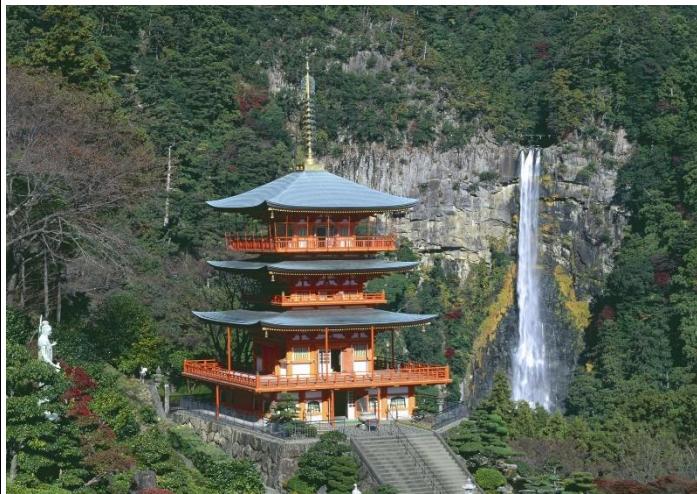
◎ **太地町立鯨魚博物館【世界最大鯨魚博物館 | 近距離生態接觸】：**太地町立鯨魚博物館是世界最大規模的鯨魚博物館。可以近距離看到海豚表演、鯨魚表演、喂食體驗和海洋水族館等海豚和鯨魚。展示了鯨魚的生態和捕鯨相關資料等多達 1000 件的貴重物品。作為捕鯨的發祥地，可以看到約 400 年的歷史。

\* **那智瀑布【日本第一高瀑布 | 延命長壽的飛瀧神】：**日本落差最大 (133 公尺) 的單段瀑布，被視為那智大社的「御神體」(神的化身)。

\* **熊野那智大社&青岸渡寺【熊野信仰中心 | 融合神佛的聖地】：**熊野那智大社，外觀為朱紅色的社殿依山而建，主要供奉熊野夫須美大神，是祈求締結良緣的聖地。而青岸渡寺，象徵著日本獨特的「神佛習

合」文化。這裡是西國三十三所觀音巡禮的第一番札所，歷史極為悠久。

行車距離：飯店 → ( 2km 車程約 5 分鐘 ) 橋杭岩 → ( 23km 車程約 0.5 小時 ) 太地町立鯨魚博物館 → ( 17km 車程約 0.5 小時 ) 熊野那智大社，青岸渡寺，大門坂 → ( 車程約 1 小時 ) 飯店



(圖片來源:和歌山觀光官網)



(圖片來源:和歌山觀光官網)



(圖片來源:和歌山觀光官網)



(圖片來源:和歌山觀光官網)

入內門票：太地町立鯨魚博物館

特別安排：平安時代朝聖裝

第 07 天 體驗南紀勝浦洞穴溫泉→熊野古道-速玉大社、神倉神社、阿須賀神社→伊勢神宮外宮→飯店

早餐：飯店內

午餐：傳統菜飯套餐或鰻魚飯

晚餐：飯店晚餐或自助餐

住宿：[伊勢三交旅館](#)或[伊勢露櫻溫泉酒店](#)或[伊勢珍珠港酒店](#)或[伊勢溫泉酒店](#)同級

早晨體驗南紀勝浦最獨特的【洞窟溫泉忘歸洞】。由太平洋驚濤駭浪侵蝕而成的天然岩洞溫泉，昔日紀州藩主因景色太美而「流連忘返」，故而得名，是南紀白濱地區最具代表性的絕景溫泉。續前往【熊野速玉大社】及其元宮【神倉神社】，世界遺產熊野三山的重要構成，更是傳說中熊野眾神最初降臨之地。我們將挑戰 538 階陡峭石階，登上供奉著巨岩「琴引岩」的能量聖地，感受震撼的靈氣。參訪列入世界遺產的【阿須賀神社】。跨越縣境前往三重縣，參拜日本人一生必去一次的心靈故鄉【伊勢神宮外宮】。這是日本八萬神社的總本社，在千年古杉的環繞下，感受日本神道教最純粹、莊嚴的氛圍。

## 【健行路線】

- **熊野古道**：簡單大部份都為平坦路段，輕鬆步行上，全程約 4 公里(僅神倉神社路線困難，無扶手，石階不規則，538 階，要小心行走)

熊野速玉大社→神倉神社(步行 15 分 1km 石鋪參道)→阿須賀神社(步行 25 分 1.6km，538 陡峭石階) 伊勢神宮外宮 (步行 15 分 1km 石鋪參道)

### ※ 熊野古道・健行注意事項：

★ 【路況與穿著】：預計步行時間約 2-3 小時。路段多為鄉間小徑與部分石板路，難度不高，有緩坡起伏。請務必穿著防滑運動鞋或登山鞋，建議穿著透氣排汗的衣物。山區氣候多變，隨身攜帶輕便雨衣、登山杖、防蚊液、防曬乳。

\* **南紀勝浦洞穴溫泉【聽海濤聲入浴 | 大自然的鬼斧神工】**：位於浦島飯店內的「忘歸洞」，是直接在面海的岩壁上鑿出的天然浴場。您可以一邊浸泡在溫暖的泉水中，一邊看著僅在咫尺的太平洋浪花拍打岩石。早晨的陽光灑落洞口，海風與溫泉熱氣交織，帶來無與倫比的開放感。

\* **熊野速玉大社【速玉大神總本宮 | 千歲神木竹柏】**：熊野三山之一 (中.押印 25)，朱紅色的社殿在綠意中格外顯眼。境內擁有一棵樹齡超過千年的巨大「竹柏」(櫟)，被視為神樹，自古以來朝聖者會將其樹葉作為護身符，祈求旅途平安與良緣。

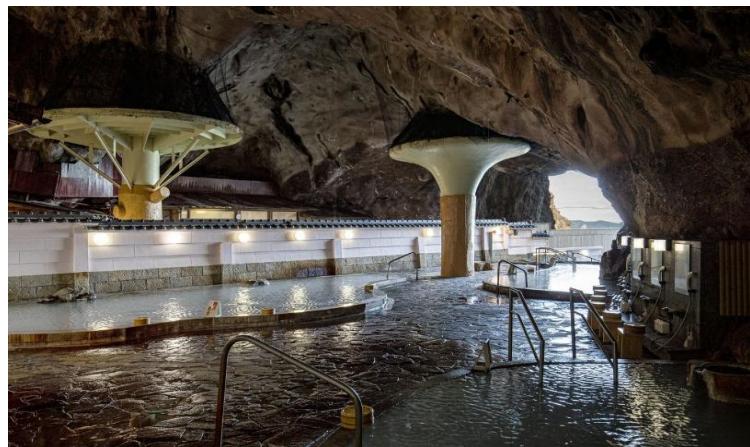
\* **神倉神社【傳說中的巨岩 | 日本最強能量景點】**：這裡是速玉大社的元宮 (中.押印 26)，也是熊野信仰的起源地。經過陡峭石階的考驗後，映入眼簾的是供奉對象巨大的「琴引岩」。這塊彷彿隨時會滾落的巨石鎮座於懸崖之上，展現了令人敬畏的自然力量。此處視野極佳，可俯瞰新宮市全景。

\* **阿須賀神社【蓬萊山下的古社 | 最新登錄世界遺產】**：位於新宮川邊的一座小神社，與知名的熊野速玉大社有著緊密的關聯。它在 2016 年成為世界遺產「紀伊山地的聖地和參拜道」的其中一部份。

\* **伊勢神宮外宮【豐受大神宮 | 衣食住的守護神】**：伊勢神宮分為內宮與外宮，依循古禮應「先參拜外宮，再參拜內宮」。外宮供奉的是掌管食物、產業與衣食住的「豐受大御神」。參拜重點踏入鳥居後，踩在碎石參道上，兩旁是高聳入雲的古杉木，空氣瞬間變得莊嚴肅穆。這裡沒有華麗的裝飾，只有最原始、最純粹的「神明造」建築，讓人自然而然心生敬畏。

※ **入內參拜與安全特別注意事項**：需攀登 538 階 天然石階，坡度極為陡峭且不規則 (幾近 45 度角)。年長者、膝蓋不適者，請切勿勉強攀登。可選擇在鳥居下方遙拜，或於山下休憩等待。

**行車距離**：浦島溫泉飯店 → (17km 車程約 0.5 小時) 熊野速玉大社，神倉神社，阿須賀神社 → (125km 車程約 2.5 小時) 伊勢神宮外宮 → (5km 車程約 10 分鐘) 飯店



(圖片來源：伊勢神宮官網)



(圖片來源：伊勢神宮官網)



(圖片來源：伊勢神宮官網)



(圖片來源：伊勢神宮官網)

包含門票：南紀勝浦溫泉

## 第 08 天 伊勢神宮內宮→厄除町→托福老街【日本最高神殿 | 五十鈴川淨身 | 江戶風情美食散策】

早餐：飯店內

午餐：壽司飯套餐或壽喜燒鍋物料理

晚餐：飯店晚餐或日式定食

住宿：[伊勢三交旅館](#)或[伊勢露櫻溫泉酒店](#)或[伊勢珍珠港酒店](#)或[伊勢溫泉酒店](#)或同級

造訪日本人心靈的故鄉，早晨前往供奉著皇室的祖神「天照大御神」【**伊勢神宮內宮**】。穿越聖俗界線的「宇治橋」，眼前是鬱鬱蔥蔥的神宮之森，翠綠的百年古木遮蔽了初夏的豔陽，空氣中充滿了莊嚴的芬多精。在清澈見底的「五十鈴川」畔，親手掬起冰涼的河水淨化身心，體驗最古老的參拜儀式。參拜結束後，來到神宮鳥居前的【厄除町】與【托福橫丁】。重現了 300 年前江戶至明治時代風貌的熱鬧街道，熙來攘往。傳統料理、和菓子、工藝品、老鋪名店，讓您一次逛足，收入口袋名單，並可品嚐伊勢名物「赤福餅」與口感獨特的「伊勢烏龍麵」，在懷舊的木造建築群中，享受味蕾與視覺的雙重盛宴。

### 【健行路線】

✿ **熊野古道**：易，全程大部份都為平坦路段，輕鬆步行，全程約 6 公里

[伊勢神宮內宮](#)→五十鈴川(步行 2 小時 4km)→厄除町(步行 30 分 500m)→托福街道(步行 15 分 400m)厄除町→[托福橫丁](#)(步行 30 分 300m)

#### ※ 熊野古道・健行注意事項：

★ 【路況與穿著】：預計步行時間約 2-3 小時。路段多為平坦石板路，難度不高。請務必穿著防滑運動鞋或登山鞋，建議穿著透氣排汗的衣物。氣候多變，隨身攜帶輕便雨衣、防蚊液、防曬乳。

\* **伊勢神宮內宮【日本總氏神 | 皇室祖神天照大御神】**：擁有兩千年歷史的「皇大神宮」，是日本八萬神社的頂點。正宮採用最古老的「唯一神明造」建築樣式，茅草屋頂與原木結構，每 20 年會進行一次「式年遷宮」重建，象徵著「常若（永遠年輕）」的精神。這裡供奉著三神器之一的「八咫鏡」。雖然無法親見神體，但走在鋪滿碎石的參道上，聽著腳步聲與風吹過樹梢的聲音，那份難以言喻的平靜與感動，正是伊勢神宮最大的魅力。

\* **厄除町&托福老街【江戶風情重現】**：位於厄除町中心，將伊勢路具有代表性的建築遷移、重組至此。漫步其中，彷彿穿越回百年前的日本。千萬別錯過百年老店\*\*「赤福」(紅豆泥麻糬)，坐在緣側一邊喝茶一邊看著五十鈴川是最大享受。

行車距離：飯店 → (7km 車程約 15 分) [伊勢神宮內宮](#) → (7km 車程約 15 分) 飯店



(圖片來源:伊勢神宮官網)

(圖片來源:伊勢神宮官網)



(圖片來源:伊勢神宮官網)



(圖片來源:伊勢神宮官網)

下車參觀：伊勢神宮內宮、厄除町 & 托福橫丁

第 09 天 熊野古道~伊勢路起點【伊勢路 1】→徐福傳說→松本峠古道【伊勢路 2】→鬼城岩壁

早餐：飯店內

午餐：日式料理

晚餐：飯店晚餐或日式套餐

住宿：三重御濱萬楓酒店 或 熊野市浪飯店 或 熊野市海光飯店或 入鹿溫泉飯店或 入鹿溫泉飯店同級

前往熊野古道【伊勢路】位於紀伊半島東海岸，連接伊勢神宮和熊野三山，全長約 170 公里，主要由北、中、南三段組成。途經馬鹿曲，猿木坂，殿樣井戶，下三瀨等地，之後前往【徐福茶屋】，徐福傳說地。據傳徐福前往海外求取長生不老之藥，就是從此處登陸的。續挑戰伊勢路最美的路段之一【松本峠】及【登り口(大泊側)】，之後前往鬼之城城跡以及鬼城之展望台，【鬼城】，意為鬼怪的城堡，是由奇特的岩石所形成的景觀，以其險峻的懸崖，海蝕洞及惡魔傳說而聞名。登上鬼之見晴台可展望熊野灘，一望無際的美景令人流連忘返。

### 【健行路線】

- **伊勢路 1**：下三瀨(步行 3 小時，6km 鄉間小徑與古道碎石路)
- **伊勢路 2**→松本峠(步行 2-2.5 小時，2km 石階樹根路，較為陡峭，連續上坡約 3,000 步)
- **鬼城步道**→(步行 1 小時 1.2km，觀景步道，部份靠海、岩石道，約 2,000 步)

※ 熊野古道・健行注意事項：

★【路況與穿著】：預計步行時間約 5 小時。路段多為古道林徑與海岸步道。請務必穿著防滑運動鞋或登山鞋，建議穿著透氣排汗的衣物。氣候多變，隨身攜帶輕便雨衣、登山杖、防蚊液、防曬乳。

★【困難度】：中→易，全程大部份為古道林徑與海岸步道，唯伊勢路 2 松本峠連續上坡、腳力負擔較大，請依體能狀況安排，可選擇搭車前往下個景點。

\***伊勢路**：「起點與終點皆為聖地，像這樣的朝聖參拜路線，在世界上是稀有的。朝聖路線一般為目的地為一個聖地，或依序走訪臨近小型聖地。由伊勢神宮至熊野三山的路線，是日本最高規格朝聖路線」，熊野古道伊勢路的一部分，於 2004 年由聯合國教科文組織登錄為「紀伊山地的靈場和參拜道」的世界文化遺產。雖說世界如此之大，被登錄為世界文化遺產而且又超過 100 公里的朝聖參拜路線，另一處在西班牙的聖地牙哥朝聖之路。順帶一提，聖地牙哥康波斯特拉也是與耶路撒冷、羅馬並列的基督教三大聖地之一。

\***舊熊野街道【伊勢路 1】(步行 6 公里 - 約 3 小時，步行約 7900 步)**：此為「伊勢路」的起點精華。

※**馬鹿曲 (Baka Magari) 與猿木坂**：走過這段名字有趣的古道，據說因路途太過蜿蜒複雜，連傻瓜都會走到生氣而得名「馬鹿曲」。沿途為平緩的鄉間小路與石板道，感受昔日旅人長途跋涉的心境。

\***舊熊野街道【伊勢路 2】(步行 2 公里 - 爬升 129m，約 2.5 小時，步行約 3,500 步)**：

※**松本峠**：這段路程雖短，但需攀登石階，是體驗古道「越嶺」滋味的絕佳路線，峠頂有一尊巨大的地藏菩薩，數百年來默默守護著往來的旅人。

\***徐福傳說地【秦始皇的長生夢 | 波田須的歷史謎團】**：相傳秦始皇的御醫徐福，率領童男童女東渡尋找靈藥，最終登陸於此（三重縣波田須町）。當地至今仍保留著徐福傳說的遺跡，並發現了秦代的半兩錢，為這段歷史懸案增添了幾分真實性。

◎**鬼城【世界遺產海岸 | 惡魔居住的岩壁】**：意為鬼怪的城堡，是由奇特的岩石所形成的景觀，以其險峻的懸崖，海蝕洞及惡魔傳說而聞名。鬼城是經過長時間的地震，風化，和海浪侵蝕而形成，是熊野古道伊勢路上最令人嘆為觀止的自然景觀之一。形狀奇特的懸崖和巨石不禁讓人聯想到惡魔，巨大的岩石以一個小岬角為中心，沿著熊野海岸線延伸了近 1.2 公里長，山頂還有戰國時代的城池遺址，另有一條通往熊野古道的健行路線。

行車距離：飯店 → (106km 車程約 2 小時) 伊勢路 → (93km 車程約 1.5 小時) 徐福茶屋  
→ (8km 車程約 15 分) 鬼之城→飯店



(圖片來源：三重觀光官網)



(圖片來源：三重觀光官網)

包含門票：鬼城門票

## 第 10 天 獅子巖→花之窟神社→熊野古道~中邊路(步行 7.5 公里 - 3.5 小時)→舊社地大齋原

早餐：飯店內或日式餐盒

午餐：日式簡餐

晚餐：飯店晚餐或日式套餐

住宿：湯峯溫泉飯店區 或 新宮市區飯店 或同級

早餐後，先造訪世界遺產【獅子巖】，欣賞巨大石獅對著熊野灘咆嘯的英姿。續前往日本書紀中記載著日本最古老的神社【花之窟神社】，在巨岩前感受母神伊邪那美的守護。隨後，踏上通往聖域最後一哩路：【中邊路 1】(步行 7.5 公里 - 3.5 小時)。從「覺悟之門」發心門王子出發，這是一段與世隔絕的療癒之路。當抵達伏拜王子時，遠遠望見終點的那一刻，許多朝聖者不禁感動跪地(伏拜)。最終，抵達全日本 3000 多座熊野神社的總本宮【熊野本宮大社】，領取象徵榮耀的「熊野古道完成證書」。旅程終點，步行前往舊社地【大齋原】，穿越日本最大的鳥居，為這趟朝聖之旅畫下完美的句點。

### 【健行路線】

\* 中邊路：中，全程大部份為古道林徑與碎石步道，請依體能狀況安排，全程約 7.5 公里

中邊路→發心門王子 → 熊野本宮大社 → 大齋原(步行 3.5 小時 7.5km 林間土徑與碎石路)

### ※ 熊野古道・健行注意事項：

★ 【路況與穿著】：預計步行時間約 3.5 小時。路段多為古道林徑與海岸步道。請務必穿著防滑運動鞋或登山鞋，建議穿著快乾長褲(防蚊、防刮)。隨身攜帶防雨外套、登山杖、防蚊液、防曬乳。

\* 舊熊野街道【中邊路 1】(步行 7.5 公里 - 3.5 小時)：這是中邊路精華最終段，沿途蒐集最後的印記。

※發心門王子 ( 中.押印 17 )：被稱為「覺悟之門」，踏入此門即正式進入神域範圍。

※水呑王子 ( 中.押印 18 ) 與伏拜王子 ( 中.押印 19 )：這段路程平緩好走，沿途經過純樸的山村與茶園，在此處的休憩所，偶爾還能嚐到當地居民手作的紫蘇汁或溫泉咖啡。

\* 獅子巖【日本最古老神社 | 黃泉歸來的再生之地】：這裡沒有宏偉的殿堂，因為高 45 公尺的巨大岩壁本身就是神體(伊邪那美命的陵墓)。作為「日本書紀」中記載的最古老神社，這裡被視為連接冥界與現世的聖地，擁有強大的重生與療癒力量。

\* 熊野本宮大社【熊野三山總本宮 | 朝聖者的終極目標】：本宮大社擁有日本傳統的檜皮葺屋頂，在杉木林的環繞下顯得肅穆而神聖。原本的主殿位於河洲上，雖經洪水沖毀，但重建後的社殿依然保留了千年的威儀，協助完成健行的旅客，在此領取「完走證明書」，這是對您體力與毅力的最高肯定。

\* 花之窟神社【日本最古老神社 | 黃泉歸來的再生之地】：這裡沒有宏偉的殿堂，因為高 45 公尺的巨大岩壁本身就是神體(伊邪那美命的陵墓)。作為「日本書紀」中記載的最古老神社，這裡被視為連接冥界與現世的聖地，擁有強大的重生與療癒力量。

\* 大齋原【日本最大鳥居 | 神靈降臨的舊社地】：大齋原的入口有世界上最大的鳥居神社大門(高 33.9 公尺，寬 42 公尺)。這個門戶象徵著神域入口。象徵著世俗界和神域的區分。這個鳥居被稱為 Otorii (大鳥居)。O 的意思就是“大”。它建於 2000 年，由鋼製成。大鳥居重達 172 噸，製作和組裝均耗時約 6 個月。大鳥居在熊野本宮大社春節、Yata-no-Hi Matsuri 火祭、新年假期等特殊場合和節日會亮燈。

行車距離：飯店 → ( 10km 車程約 20 分鐘 ) 獅子巖，花之窟神社 → ( 54km 車程約 1.5 小時 ) 中邊路

熊野本宮大社，大齋原 → ( 34km 車程約 45 分鐘 ) 飯店



(圖片來源：三重觀光官網)



(圖片來源：三重觀光官網)



(圖片來源：三重觀光官網)



(圖片來源：三重觀光官網)

下車參觀：獅子巖、熊野本宮大社、花之窟神社、大齋原

## 第 11 天 熊野川輕舟泛遊→根來寺/龜池公園→AEON MALL→高野山宿坊

早餐：飯店內

午餐：涮涮鍋或釜飯料理或炸豬排料理

晚餐：飯店晚餐或精進素食

住宿：[高野山寺廟體驗](#) 或 [和歌山市區飯店](#) 或同級

今日將體驗「水上朝聖」之旅。早餐後前往熊野川，搭乘復古的【川舟】，循著千年前 平安時代皇室貴族的路徑，從水路仰望熊野的群山與瀑布，感受與陸路截然不同的靈氣。依據天候與花況，將擇一造訪：擁有日本最大木造國寶大塔的【根來寺】，或是前往【龜池公園】，漫步於繡球花盛開的湖畔步道。午後，前往和歌山縣最大的【AEON 永旺夢樂城】，讓您進入深山前盡情採購伴手禮與當季水果。今晚，我們將入住聖地【高野山宿坊】。這不僅是住宿更是修行。

### 【健行路線】

● **根來寺**：易，約 1.5 公里的林間土徑與碎石路全程大部份為平坦古道林徑，本日全日輕鬆走動。

※ **熊野古道・健行注意事項**：

★ **【路況與穿著】**：預計全日步行時間約 1.5 小時 6,000 步。路段多為平坦林徑與步道。請務必穿著防滑運動鞋或休閒鞋，建議穿著防風快乾外套(搭船、山區)、防曬乳。

◎ **熊野川川舟中心【唯一的河川世界遺產 | 貴族視角的朝聖】**：熊野川是極少數被登錄為「世界遺產」的河川。精心安排約 90 分鐘的「川之參拜道」體驗，搭乘輕舟順流而下。船夫將帶您近距離欣賞陸地上

無法看見的奇景，如從絕壁飛流直下的「布引瀑布」與「蛇和田瀑布」。當瀑布水量充沛時，兩岸山巒翠綠欲滴，景色如詩如畫。

\* **根來寺【日本最大木造大塔 | 戰國僧兵的傳奇舞台】(二擇一景點)**：這裡是戰國時代強大武裝集團「根來眾」的基地，歷史底蘊深厚。寺內聳立著高 40 公尺、日本最大的木造多寶塔（國寶）。六月時節，塔身在滿園「新綠（青楓）」的襯托下更顯莊嚴，雖然沒有櫻花的喧鬧，卻多了一份禪意的寧靜。

\* **龜池公園【花季秘境 | 湖畔吊橋散策】(二擇一景點)**：可以一邊欣賞和歌山縣最大的灌溉用蓄水池「龜池」，一邊散步，亦可以漫步在全長 4 公里的步道上，感受豐富的自然氣息。走過橫跨池塘的吊橋，體驗刺激感，4 月中旬，色彩鮮豔的鬱金香花壇盛開，6 月開始繡球花滿開，可以作為生石高原縣立自然公園的一部分，欣賞壯麗的景色

\* **AEON 永旺夢樂城和歌山**：AEON 永旺夢樂城和歌山是和歌山縣內最大的購物中心，佔地面積超過 150,000 平方公尺。從關西機場開車約 40 分鐘，從第二阪和國道的 Hirai lamp 前往也非常方便。絡繹不絕的客人中不僅有眾多在地居民，也有許多從大阪的泉南及阪南地區專程前往的顧客。

◎ **高野山寺廟住宿體驗**：高野山的住宿體驗以「宿坊」為主要特色，讓旅客可以深度融入這片日本佛教聖地的文化氛圍。來到高野山，不僅可以參觀壇上伽藍、奧之院等重要景點，還有機會住進擁有百年以上歷史的寺院宿坊，體驗僧侶的生活日常、素食料理和多樣的宗教儀式活動。

行車距離：飯店 → (14km 車程約 20 分鐘) 熊野川川舟中心 → (140km 車程約 2.5 小時) 根來寺或龜池公園 → (20km 車程約 30 分鐘) AEON 永旺夢樂城和歌山 → (59km 車程約 1.5 小時) 高野山寺廟



(圖片來源：和歌山觀光官網)



(圖片來源：和歌山觀光官網)



(圖片來源：和歌山觀光官網)



(圖片來源：和歌山觀光官網)

門票安排：熊野川川舟中心船票

特別安排：高野山寺廟住宿體驗

早餐：飯店內

午餐：日式涮涮鍋或燒肉料理

晚餐：X

今早將在林中寺廟氛圍中醒來。參訪日本佛教真言宗聖地亦為世界遺產的【高野山】。是弘法大師空海開創的天空聖域，擁有 1200 年歷史。將造訪總本山【金剛峯寺】欣賞日本最大的石庭，並漫步於密教中心【壇上伽藍】，仰望朱紅色的根本大塔。離開高野山後，前往隱藏版的攝影秘境【丸高稻荷神社】。隨後前往關西國際機場，帶著裝滿行李箱的戰利品與心靈滿滿的感動結束熊野古道 12 天深度之旅。

## 【健行路線】

● **高野山：易**，全程大部份為平坦古道林徑，本日全日輕鬆走動，約 1.4km 林間土徑與碎石路  
**高野山→金剛峯寺、壇上伽藍等參拜**

### ※ 熊野古道・健行注意事項：

★ 【路況與穿著】：預計全日步行時間約 1.5 小時 3,000 步。路段多為平坦林徑與步道。請務必穿著防滑運動鞋或休閒鞋，建議穿著保暖外套、長褲、防蚊液、防曬乳、隨身雨具。

\* **高野山【弘法大師的密教聖地 | 天空之城】**：位於海拔約 800 公尺的盆地中，是弘法大師空海於西元 816 年所開創。高野山並非單指一座山，而是群山環繞下的宗教都市。這裡是日本佛教文化的寶庫，空氣中總是瀰漫著線香的氣味與肅穆的氣息，是讓人心靈沉澱的最佳場所。

\* **金剛峯寺【真言宗總本山 | 雲海中的雙龍石庭】**：這是高野山真言宗 3600 多座寺院的總本山。境內的「蟠龍庭」是日本最大的石庭（枯山水庭園）。由 140 塊花崗岩排列成一對雌雄雙龍，在宛如雲海的白砂中翻騰遊動。六月時節，庭園周圍的新綠與白砂青石相互輝映，展現出極致的禪意之美。

\* **壇上伽藍【密教的世界觀 | 朱紅色根本大塔】**：弘法大師最初開創高野山時的核心區域，高達 45 公尺的「根本大塔」是高野山的象徵。鮮豔的朱紅色塔身在藍天與綠樹的襯托下極為醒目，塔內供奉大日如來，立體地展現了曼荼羅（密教宇宙觀）的世界。

\* **丸高稻荷神社【朱紅鳥居隧道 | 橋本市的絕景秘境】**：座落於半山腰的稻荷神社，以 85 座沿著參道連綿而建的鳥居聞名，走進這條紅色的隧道，陽光透過樹梢灑落光斑，彷彿通往神隱少女的世界。登上山頂後視野豁然開朗，可俯瞰紀之川與遠方的高野山脈，景色絕美。

**行車距離：高野山→( 30km 車程約 1 小時 ) 丸高稻荷神社→( 81km 車程約 1.5 小時 ) 大阪關西機場**



(圖片來源：和歌山觀光官網)



(圖片來源：和歌山觀光官網)



圖片來源：和歌山觀光官網



(圖片來源：和歌山觀光官網)

※ 行程順序可能因航班、住宿、門票預定、天候等因素調整，依契約規定以有利於旅客之方式作業，行程內容景點皆會抵達完成，惟順序無法保證完全依照上述網頁說明，貴賓如無法接受者，請勿報名。  
※ 行程順序得因當地觀光條件做適當調整，依契約第 11 條約定，確認團體成行後進行預定相關團體作業，因此行程順序、航班、住宿均以行前說明會資料為準，敬請知悉。

**百合旅行社股份有限公司** 交觀甲 6526 品保 1302

10352 台北市大同區南京西路 22 號 4 樓之 4 <http://www.sholiday.com.tw/> TEL: (02) 2552-4411 FAX: (02) 2550-3003

#### 銀行資料與匯款帳號

戶名：百合旅行社股份有限公司

合作金庫銀行 南京東路分行 代碼：006

帳號：3487-717-102549



LINE官方帳號  
ID: @pwp0012o

2026 年度出發日期：

3/31(二)額滿、5/19(二)、7/21(二)

團費售價：每人新台幣 138,000 元

報名訂金：每人新台幣 50,000 元

單人房差：新台幣 50,000 元(單人入住單人房型) \*單人報名若無配到房，則請補單人房差

### ※ 費用說明

費 用 項 目	說 明
領隊/導遊/司機小費	含
SIM 卡	含
景點標註入內之門票、交通、住宿、餐食	含
礦泉水	含(每日一瓶)
簽證費	免簽證
旅遊契約責任險	含
機場來回接送	不含
護照代辦工本費 NT\$1,700	不含

#### ※ 意外之保額：

- (1) 依法規要求，旅行社責任保險要求投保 250 萬元，百合旅行社自主提高保額為 500 萬元。
- (2) 因應保險公司承保之要件規定，如被保險人如未滿 14 足歲著及滿 70 歲以上者，保額不得超過新台幣 250 萬元。

#### ※ 意外醫療保額：

- (1) 依法規要求，旅行社責任保險要求投保 3 萬元，百合旅行社自主提高保額為 20 萬元。

# 出團前須注意事項

~報名注意事項，很重要!!! 繳定金前請參閱~

## ◎ 【團體旅遊】注意事項：

1. 行程順序可能因航班、住宿、門票預定、天候等因素調整，依契約規定以有利於旅客之方式作業，行程內容景點皆會抵達完成，惟順序無法保證完全依照上述網頁說明，貴賓如無法接受者，請勿報名。
2. 行程順序得因當地觀光條件做適當調整，依契約第 11 條約定，確認團體成行後進行預定相關團體作業，因此行程順序、航班、住宿均以行前說明會資料為準，敬請知悉。
3. 旅客因持有他國護照或個人因素或不可歸責於旅行社之由致使護照、簽證無法取得，如因此產生取消費用，概由旅客自行負責。
4. 旅遊的樂趣在於探索新世界新事物，各國觀光條件也不相同，團體旅遊提供再多的服務，也一定有其主觀的不便之處，請勿以自由行方式要求團體順應個人，以免造成彼此的困擾。

## ◎ 【定金】繳付說明：

1. 團位名額之保留須以完成定金繳付程序為依據。
2. **善意提醒，定金繳付完成即表示旅遊契約產生效力**，本公司將依各協力廠商之規定，為旅客預付此趟旅程的機票、飯店或餐廳等費用。若旅客因故取消報名，本公司將依「國外旅遊定型化契約書」相關條款或估算已實付費用，收取不足之超支費用或退回剩餘定金。定金若以刷卡繳付，退還時亦須刷退，以免產生額外刷卡手續費用。
3. 多數外籍航空公司一經開立機票，旅客需付全額機票款，且不接受名單調整或替換。旅客若因懷孕、生病、意外受傷等因素取消機票，航空公司皆無法退款。

## ◎ 【團體住房】說明：

1. 團費報價是以 TWIN 房型之「雙床雙人房」兩人一室為基礎，計算出每人的團費價格，歡迎您與親友結伴、自組配對參加。
2. 若單人報名或奇數人數報名，單人須酌收全程單人房差額。因各團員旅遊習慣不同，故百合旅行社不會主動協助安排同性別團員共用一室。
3. **單人房差額為單人住宿「單人房型」(Single for Single use)**，並非「雙人房型」供一人使用 (Double for Single use)，故單人房型空間通常較雙人房型小，敬請諒察。
4. 國外許多旅館只接受 12 歲以下的小孩才能加床，且加床大多為摺疊床、沙發床或行軍彈簧床，房間空間有限，加上三人份的行李，勢必影響住宿品質，為確保長天數旅遊之舒適度，故百合旅行社不安排住宿三人房。
5. 為遵守國外消防法規，2~12 歲的小孩皆需以每人佔床計算，2 歲下嬰兒可不佔床。
6. 飯店團體配房作業由飯店統一安排，並非由百合旅行社或領隊安排，故無法指定連通房、同行親友在同樓層或鄰近房間，亦無法保證不在邊間、電梯或馬路旁，旅行社將向飯店提出您的需求，但無法保證飯店一定提供，請見諒。
7. 西式建築房間大小規格不一，若部分標準房型獲飯店善意隨機升等，導致每間房型不同，非百合旅行社所能掌控，亦無差別待遇，敬請旅客諒察。

8. 本行程視飯店、航空公司之確認及當地路況與節慶保有調整之權利，若遇旺季、商展或節慶導致客滿缺房，將會尋找同等級替代飯店及住宿點，敬請包涵。

## ◎【證件】需求說明：

1. 報名時請提供清晰可供辨識之護照影本，並協助填寫客戶基本資料表。定金繳付若欲以匯款方式，請見下方匯款帳戶資料，若欲以刷卡支付，請來電索取刷卡簽帳單。
2. 若旅客無持有護照、或護照效期不足(有效期需六個月以上，以入境台灣之日為基準)、護照過期或污損(包含髒污、封面與內頁分離、局部破裂、蓋有非出入境之印章等)、護照內頁空白頁不足、相貌變更與護照照片不符、姓名變更等，請來電洽詢新辦事宜。
3. 特殊身分者(如：軍警人員、役男)請先申請許可或加蓋「出境許可章」。
4. 多重國籍者，進出中華民國國境須使用同一本護照。在台屬居留身份者，請務必攜帶居留證出入。非本國籍者，可能需自行辦理目的地國家之入境簽證，請於報名時主動告知，以免屆時產生無法入境的問題。未成年人獨自參團須出具監護人同意書。

## ◎其他報名前須知：

1. 出國旅遊視不同目的地國家有程度高低不等的旅遊風險，為考量自身旅遊安全並顧及其它團員的權益，若有慢性或特殊疾病、年滿 70 歲以上、行動不便等狀況，請主動告知，且需有家人或友人同行照顧，本公司將評估是否接受報名；若未告知身體特殊狀況以致無法成行或於旅途中衍生其他問題，旅客需自行負責。
2. 國外餐食口味普遍偏重，常見與國人飲食習慣不同之處，例如：湯品與主菜調味偏鹹、甜點偏甜、葷食多肉少菜、蔬菜生食無烹煮等等，此為當地飲食文化，很難特別為短期的國外旅客另行烹調準備，故請您於報名前自行評估能否調適，並於旅行時調整心態、入境隨俗，感受當地的飲食風味。
3. 國外的素食因宗教、民情不同，通常含有蔥、薑、蒜、奶、蛋，選擇性較低，無法如同在台灣般豐富且多變化，故建議素食貴賓能多多見諒並自行準備素食罐頭或泡麵。
4. 若有餐食上的特殊需求，如不吃牛、羊、禽類、魚、海鮮，或是吃素，或是對任何食物過敏等等，請於報名時明確告知承辦業務人員，本公司會盡力安排，但請理解國外能提供之替換選項有限，不可避免仍會有重複性，敬請見諒。
5. 團體訂房配合使用的為團體早餐，故用餐地點與時間可能會與個人級別的住房貴賓分開，或與其他團體分開，以方便為團體服務，絕非是歧視，且外國人工作及生活步調較慢，早餐的準備與菜色補充需費時準備，敬請包涵。
6. 若有需要自行飛往轉機點與團體會合，或機票自理，請另洽詢報價。
7. 國外多數商店會於星期例假日休息，多數景點亦有固定休館時間，旅程超過一週以上的旅遊天數很難完全避開，此非為旅行社可控制之狀況，報名前敬請知悉。