



日本中部三大國家公園高原賞楓 9 日

@航班參考：(實際搭乘班機需依行前說明會資料為主)

日期	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
10/13	第 01 天	09:10/13:20	松山機場→羽田機場	日本航空	JL-096	3 小時 10 分
10/21	第 09 天	18:20/20:50	羽田機場→松山機場	日本航空	JL-099	3 小時 30 分



<< 高原錦秋楓紅~珍稀席位 >>

百合限定：遇見日本阿爾卑斯山~高原楓紅之美

當秋天的一抹橙紅綠

翩然來到日本中部阿爾卑斯國家公園

呼喚著你我~跟隨著秋的五彩色澤

一起領略大山大水的悠然壯闊

<<中部山岳國家公園>>園內有高聳的群峰、雪白的山坡、清澈的山溪，和豐富多樣的動植物，共同構成雄偉壯麗的阿爾卑斯風光。這些高聳群山全年幾乎都籠罩在白雪之中，但當夏末積雪融化時，踏上健行之旅便能一覽壯觀景致。日本擁有 21 座超過 3000 公尺的高峰，其中 10 座就在此國家公園。登山步道經過精心規劃，登山客可盡情享受高山之旅。



搭乘長野特級列車“梓” 前往美麗壯闊的中部阿爾卑斯山



上高地散步道的起點~大正池
當周圍的穗高山脈及落羽松林倒映在湖面時
美麗的讓人屏息而令人流連忘返



立山室堂平紅葉 10 月 (御庫裏池~藍寶石湖泊海拔 2400M)



黑部立山路線~大觀峰纜車~眺望絕色五段紅葉染

貫穿立山的黑部立山阿爾卑斯路線，利用各種交通工具

橫越標高差距 2400 公的富山縣與長野縣之間

時時刻刻變化的大自然風景讓人讚嘆不已



日本賞楓人氣第一~長野縣白駒池~火焰楓紅



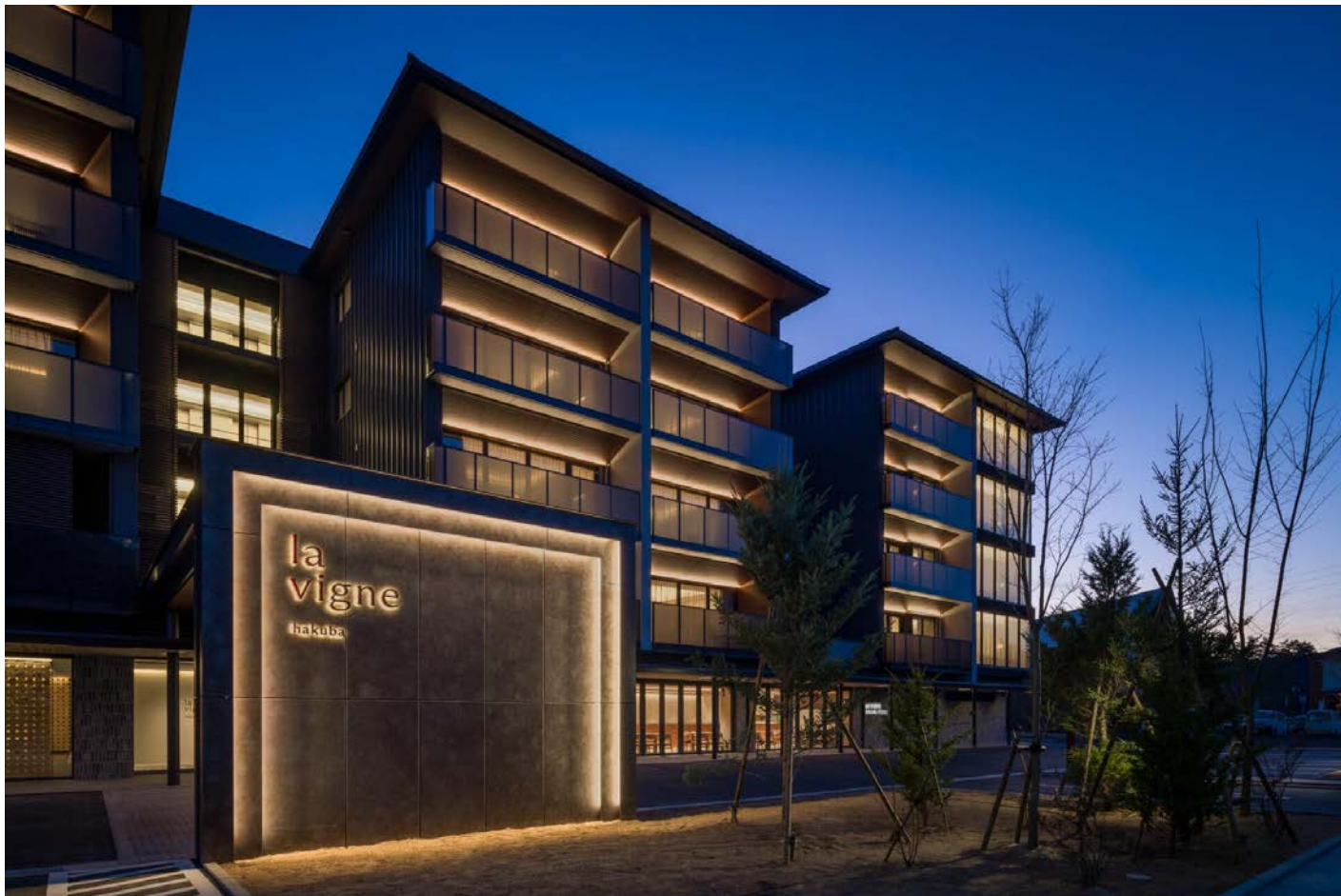
「日本唯一雙層纜車」

「米其林 2 星級景點」~ 新穗高纜車

📖嚴選極上隱宿：星野精緻旅宿_界奧飛驒 (露天溫泉房型~連住兩晚~預約中)



嚴選極上之宿：白馬拉薇尼酒店(2024年新開幕/確定入住)



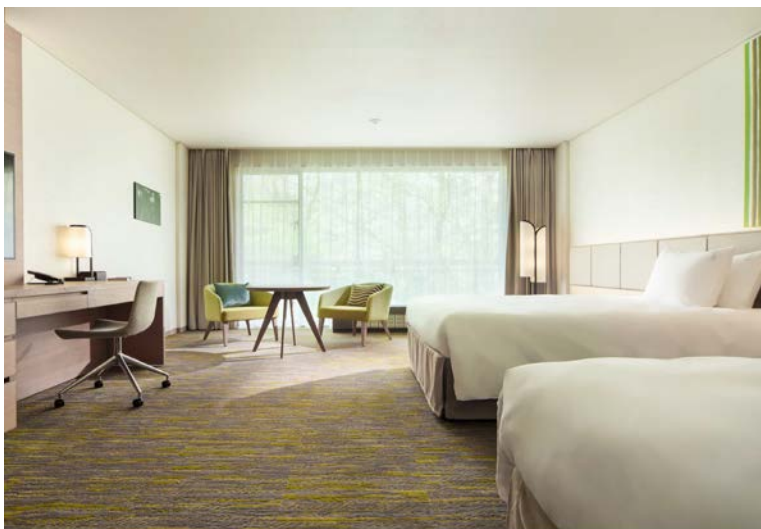
📖嚴選極上之宿：東京立川天空飯店 (豪華和洋房型，確定入住)



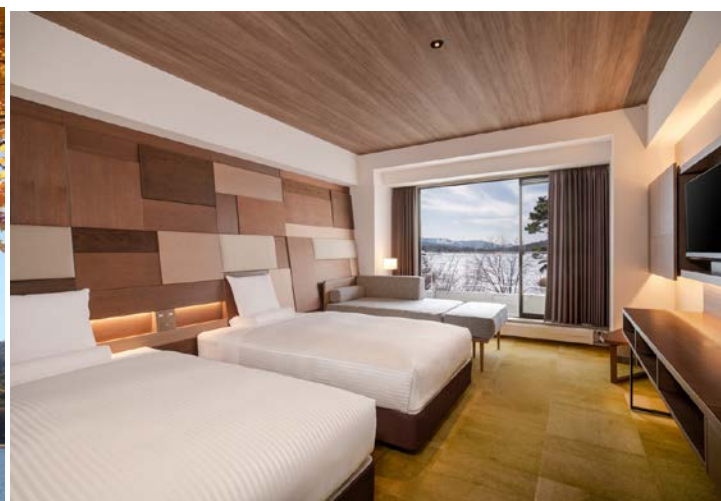
📖嚴選優質之宿：天空樂園~清里高原飯店 (確定入住，2026年6月新房型)



📖 嚴選優質之宿：大町黑四全日空渡假酒店(新館付天然溫泉 / 確定入住)



📖 嚴選優質之宿：蓼科湖景渡假飯店 (確定入住)



第 1 天 10/13(二) 台北 TAIPEI 松山國際機場(JL096) 09:20 出發→

→13:20 抵達東京羽田國際機場→根津美術館見學→飯店

早餐：XXX

午餐：機上套餐

晚餐：飯店精緻日式套餐

住宿：東京立川天空飯店

行車距離：羽田機場→22KM(約 25 分)美術館→36KM(約 1 小時)飯店

今日集合於台北松山國際機場，專人為您辦理搭機手續後搭乘豪華客機飛往日本東京羽田國際機場，抵達▲羽田國際機場之後，隨即搭乘合格新穎豪華巴士，前往日本庭園~八芳園。

◎**根津美術館**：根津美術館坐落於東京繁華地區青山的黃金地段，是日本為數不多的創立於二戰之前的私人美術館之一。館內擁有日本及東洋古代美術品等收藏品約 7,600 件，其中包括 7 件國寶、88 件重要文化財產和 94 件重要美術品。大部份館藏為館名由來的實業家，也是政治家和茶人的初代根津嘉一郎（1860-1940 年）所收藏。根津先生希望將收藏「與眾人共賞」，第二代根津嘉一郎為完成此願望，於 1941 年在私人宅邸內開立了根津美術館。美術館在戰爭時燒毀了展示室和茶室等大部份設施，所幸館藏皆得以保存，建物在戰後重建。

第 2 天 10/14(三) 出發→立川車站 09:30 中央線特級あずさ號→11:12 抵茅野車站

→白駒池環湖一周~火焰楓紅巡禮→女神湖

早餐：飯店美味日式套餐

午餐：蓼科風味美食

晚餐：飯店信州牛會席料理

住宿：蓼科湖畔溫泉飯店(45 平米/豪華雙床房 5 間)

行車距離：立川火車站→(約 1 小時 45 分)茅野車站→26KM(約 45 分)白駒池→33KM(約 50 分)女神湖

◎**中央線特級「あずさ」列車**：主要行駛於松本站 <-> 新宿站的 JR 東日本中央東線的中央線特急「あずさ」(梓 Azusa 號)於 2019 年春天前全面更換成新型的「E353 系列」車輛，從車窗可眺望富士山、八ヶ岳、南阿爾卑斯山等山脈和相模湖等，前往山梨縣長野縣旅行更為方便，車輛外型是以南阿爾卑斯山的雪呈現白色基色，側面上方則是あずさ的形象顏色-淺紫色的線條，普通車的座位是以南阿爾卑斯山和梓川的清澈度為概念，以淡藍色為基調的設計。



第 4 天 10/16(五) 大町溫泉→柵池自然園~絕美濕地濕原景觀健行

→白馬岩岳 Mountain Resort →飯店

早餐：飯店美味自助饗宴

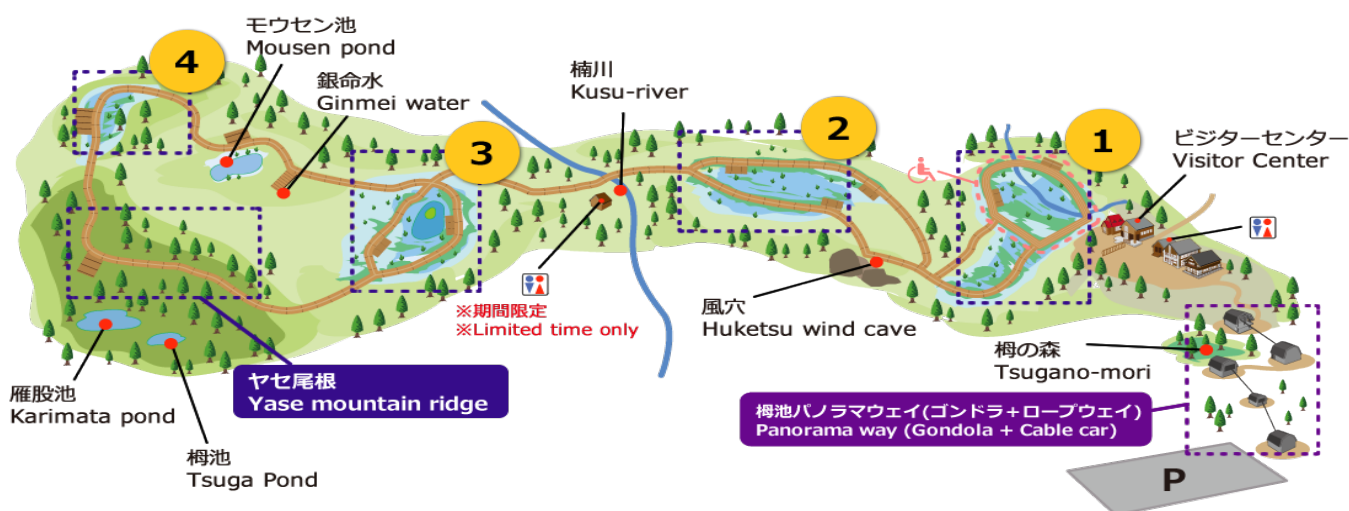
午餐：白馬村特色料理

晚餐：飯店美味自助饗宴

住宿：信濃大町黑四全日空假日飯店 (新館~豪華和洋室~附天然溫泉)

行車距離：飯店→23KM(約 55 分) 柵池自然園→5.3KM(約 10 分)白馬岩岳渡假村→5.3KM(約 10 分)飯店

◎【搭乘纜車~前往柵池自然園】可眺望白馬連峰的柵池自然園是日本為數不多的高海拔濕原。春天的水芭蕉、夏天多種多樣的高山植物、秋天的紅葉，每個季節都會有各種精彩的自然體驗。位於中部山岳國立公園內，平均海拔高度超過 1900 公尺，野外佔地面積超過 100 公頃，園內並有長達 6 公里的步行道。這裡最有名的應屬四季各異的景觀，到了秋天漫山楓葉把整座山頭妝點成了紅橙黃的三色世界。安排搭乘“柵池全景纜車”前往自然園，“柵池全景纜車”是這條纜車的統稱，其實是由“柵池空中纜車”與“柵池索道纜車”組成，也是通往園區的唯一道路。柵池全景纜車的旅程從全長超過



4 公里的“柵池空中纜車”開始，纜車從村莊的中央大停車場附近的柵池高原站（海拔 839 公尺）一直延伸至度假村頂部的柵之森站（海拔 1582 公尺），單程需時 30 分鐘。在纜車車廂內能輕鬆體驗到鳥兒俯瞰滑雪道和連綿山脈的視角。(步道分 4 區/全長 6KM)



◎【白馬岩岳渡假村】位於日本長野縣北安曇郡白馬村的 Hakuba Iwatake Mountain Resort，是一處集自然美景、滑雪樂趣與休閒體驗於一體的山地度假勝地。這裡以其壯麗的白馬山景和豐富的滑雪設施而聞名，吸引了眾多遊客前來探訪。踏入度假村，首先映入眼簾的是那 360 度無死角的美不勝收自然風光。無論是站在山頂眺望，還是漫步於林間小道，都能感受到大自然的鬼斧神工百看不厭。

**第 5 天 10/17(六) 大町→扇澤起點→黑部水壩~壩頂散策→大觀峰紅葉五段染
→室堂站~天空步道散策(須準備雪鞋)→大觀峰→黑部水壩→扇澤
→大町溫泉**

早餐：飯店精緻日式套餐 午餐：室堂自由食代金 ¥ 2500 晚餐：美味飛驒牛壽喜燒
住宿：信濃大町黑四全日空假日飯店 (新館~豪華和洋室~附天然溫泉)

行車距離：大町 08:00~08:30→12 公里(約 20 分)→黑部立山一日遊→飯店

今日行程安排前往◎**黑部立山**，全長將近 90 公里的路程，全程使用各式環保交通工具翻山越嶺，讓您在清淨的空氣中，感受時時刻刻變化的立山風貌。

→**第一站：海拔 1470M：黑部水壩站**，從▲**扇澤站**搭乘【關電隧道無軌電車】經過全長 6.1 公里，東洋第一的山洞隧道到達黑部水壩，開啟美好的黑部立山之旅。

→**第二站：海拔 1455M：黑部湖站**，抵達後**徒步觀賞**日本海拔最高的水壩▲**黑部水壩**(高 186 公尺、長 492 公尺的日本最大級水庫)，其建構之宏偉，令人瞠目結舌；欣賞這座斥資 500 億日圓、歷時 7 年、經過數以萬計的手才完成的大壩，每逢 6 月底至 10 月中旬，水壩會進行觀光用洩洪，此時空氣中的瀾漫的水花會形成彩虹，映襯著兩旁綿延的山麓，構成一幅壯麗絕倫的景緻。

→**第三站：海拔 2316M：大觀峰站**，乘坐【空中纜車】至▲**黑部平**，長達 1.7 公里約搭乘 7 分鐘的立山空中纜車，以無支柱直跨方式，聯結兩大山岳。

→**第四站：海拔 2450M：室堂站**，從室堂站搭乘【隧道無軌電車】，穿越海拔 3000 公尺的立山連峰至大觀峰，於此瞭望山谷美景。抵達室堂後，立山三山的雄山、淨土山、別山將聳立於眼前。室堂平也是立山黑部阿爾卑斯山脈路線觀光的中心地，因眾多慕名而來的遊客或登山客而生機蓬勃。在室堂還可品嚐日本名水之一的立山湧水，此處也是照相留影的最佳之處。

→最後再搭乘相同交通工具，折返回**終點站:扇澤**

📖景點介紹【黑部立山】：黑部立山是由立山連峰和黑部峽谷所連成的旅遊路線，有「日本阿爾卑斯山」美譽，歷經漫長的歲月，並耗費鉅資，終於開通一條藉由電車與纜車接力而起的壯闊觀景路線，來到黑部立山旅遊的賓客可盡情觀賞一連串繁複多樣的天然景致。有人形容此路線就像一條人生的道途，途經地底幽暗無光的隧道，將屆終點時則有集水有成的大壩，最終到達山巔時，迎面而來的是一片狀闊的山湖景緻。九月中旬起，立山黑部就充滿秋的氣息。如火一般的楓彩，和層湧的雲海，變化出浪漫與神秘的季節。立山黑部的楓紅時間，幾乎可以和北海道的紅葉前線畫上等號，同樣在九月下

旬就染紅了整座山頭。同時得天獨厚的地形和氣候，使得賞楓期也比其他地區來得長。特別是 10 月下旬起，立山山頭處開始下起初雪，更造成白雪與紅楓交錯的壯闊景觀，是在立山才能欣賞到的獨特秋景。(※本行程會在海拔 2450 公尺的高山地區停留，請務必攜帶禦寒衣物、雪鞋、手套、圍巾等。)

第 6 天 10/18(日) 大町溫泉→上高地健行 PART1 (大正池~田代池~河童橋約 3.6KM)

~欣賞美麗落羽松林~與寧靜的濕原散步道→平湯大瀑布散策→飯店

早餐：飯店精緻日式套餐 午餐：平湯飛驒鄉土美食 晚餐：飯店高檔會席料理

住宿：星野精緻旅宿~界奧飛驒(付露天溫泉豪華雙床房)

行車距離：大町溫泉→81 公里(約 2 小時)抵達上高地大正池→1000~1300 上高地健行

→1330~1430 中餐 →平湯瀑布→1530 抵達飯店



▲ 神的故鄉·上高地，上高地位於長野縣的梓川上游，標高約 1500 公尺，周圍被日本阿爾卑斯山脈 3000 公尺級的穂高峰巒所包圍，古時日本人稱為「神鄉地」，也就是神所居住的地方，可見此地景致之美宛如人間仙境。

第 8 天 10/20(二) 平湯溫泉→清里萌木の村散策→清泉寮散策~招待美味高原牛奶冰淇淋

→山梨縣~清里東澤大橋楓紅→飯店

早餐：飯店精緻料理 午餐：信州美味西式料理 晚餐：飯店精緻自助晚宴
住宿：天空的樂園~清里高原渡假飯店(2026 年 6 月重新改裝)

行車距離：平湯溫泉→79 公里(約 1 小時 30 分)諏訪湖→49 公里(約 50 分) 萌木の村→3.6 公里(約 10 分) 東澤大橋→1.5 公里(約 3 分)飯店

◎**歐風童話小鎮-清里**:安排搭乘高原人氣小火車「小海線」前往山梨縣的 JR 鐵道第二高車站「清里車站」。位於山梨縣西北部，與長野縣交界處的八之岳山南麓。白色斜屋頂的設計是清里車站的特色，車站前歐式風格的商店林立，各式賣店、餐館與咖啡廳也都是歐風建築，具有異國街道浪漫風情的清里小鎮，深受日本年輕女性的喜愛。

▲**萌木の村**是清里小鎮的小聚落，它集合了飯店、餐廳、花園、音樂博物館與許多小賣店。這裡一開始只有一家喫茶店「ROCK」，在 1978 年飯店 HUT-WALDEN 設立後，陸續開了許多手工藝品店，於 1980 年結成萌木の村，至今約有二十幾家店的規模。每間小木屋都販賣著獨特的手創商品、雜貨或是當地的農牧加工品，沿著小徑散策其中十分舒服。一來到清里，就會發現四處都有木頭製成的馴鹿，這股風潮是從 2001 年冬天開始的，利用砍伐白樺木、燈台樹、榿木等樹木中所產生的廢棄木頭拼湊成一隻隻麋鹿的模樣。

◎**清泉寮**是由清里高原森林和牧草地所環繞的綜合觀光設施，設有自然步道和牧場等各種設施，可讓來訪者體驗清里高原自然美景。清泉寮的歷史相當於清里的開拓史，是清里高原最具代表性的場所。在這裡，也時常舉辦能夠感受各個季節自然壯闊之美的活動或聚會。清泉寮的冰淇淋不論是過去或現在，美味始終如一！

▲**東澤大橋**是位於山梨縣北杜市的美麗景點，以雄偉的八岳為背景，紅色的橋樑格外醒目。是一座橋樑全長 90 米、高 48.9 米的紅色拱橋。春天，新綠萌芽，與八岳雄偉的姿態相互輝映，展現出清爽的景色。夏天，樹木的綠意更加濃郁，陽光灑落，呈現出生機勃勃的景象。秋天，紅葉將山巒染成紅色和黃色，可以欣賞到色彩斑斕的美麗景色。冬天，白雪覆蓋的八岳和被雪覆蓋的紅色橋樑形成美麗的對比，呈現出夢幻般的景色。東澤大橋附近設有觀景台（休息站紅橋），從停車場步行即可到達。

第 9 天 10/21(三) 飯店→淺草老街自由散策~購物趣→景觀餐廳享用美食眺望晴空塔

→18:20(JL099)羽田國際機場→20:50 抵台北松山國際機場

早餐：飯店精緻自助料理 午餐：淺草景觀餐廳~可眺望晴空塔 晚餐：機上美食
住宿：甜蜜的家

行車距離：飯店→178 公里(約 2 小時 40 分)淺草→24 公里(約 35 分)羽田機場

◎【淺草老街購物趣】淺草位於日本東京台東區，是以東京最古老的寺廟淺草寺為中心，涵蓋週邊繁華街區的總稱。不僅是東京，也是日本最熱門的旅遊勝地之一。淺草老街人潮川流不息的復古街道散發著江戶時代的氣息、古老的神社和寺院、精緻美味的日式點心和琳瑯滿目的特色商品，以及充滿著市井小民的生活氣息和暖暖的人情味，每天都吸引著大批來自日本及海外的遊客

結束了 9 天 8 夜美好的中部高原賞楓健行之旅，您是否已將心遺忘在這個繽紛動人的國度？且讓我們一起做做收心操，拾起行囊，帶著旅行的美好回憶，平安返回甜蜜的家。

****報名前注意事項：本行程為賞楓健行行程，會因實際季節氣候因素而微調景點、調整順序、做必要之刪增或變更出發日期，請於報名前確認理解與接受，謝謝！**

出發日期：2026 年 10 月 13 日(週二出發)

團費售價：新台幣\$ 189,000 元

(此售價為經濟艙售價，若有商務艙需求須補差價)

報名訂金：每人新台幣\$89,000 元

單人房差：單人房價差_新台幣元

費用項目	
導遊/司機小費	含
景點門票、交通、住宿	含
來回經濟艙機票(含機場稅)	含
行李服務費 (飯店)	不含
礦泉水	無，日本自來水可生飲
簽證費	台灣護照免簽
護照工本費 NT\$1,700	不含
契約責任險	含
機場來回接送	不含

◎訂金繳付說明：

1. 團位名額之保留須以完成訂金繳付程序為依據。
2. **善意提醒，訂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訂金。訂金若以刷卡繳付，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「兩小床」的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。**因每位貴賓生活方式不同，為了顧及您的旅遊品質，百合旅行社**不會**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，故無法指定一張大床、連通房，也無法指定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。訂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境。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程中衍生其他問題，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. 若有需要自行由高雄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。
8. 因阿聯酋航空電腦訂位系統尚未整合，團體機位如事先線上選位，與其他選位衝突時，將有可能被取消訂位，所以目前「團體尚未開放線上選位，以航空公司安排為主」

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