



## 2025 金色午夜陽光下的峽灣 · 挪威羅弗敦

隨波羅的海微風啟程，探索斯德哥爾摩的皇室華麗、赫爾辛基的極簡設計與塔林的中世紀浪漫。漫步石板街道，仰望金色圓頂，在古城與海岸間尋找歷史的印記。從宮殿、世界遺產到海上要塞，感受藝術、建築與文化交織的北歐風情，讓這場旅程成為時光中最動人的記憶。

日期：2025 年 7 月 26 日至 08 月 03 日 (可銜接前後行程)。

費用：NTD 136,800 (可另外加價搭乘商務艙或豪經艙，報名時需要一併告知)。

名額：12 席

\* \* 全程至少四星飯店。

\* \* 包含六次早餐、以及六次晚餐，安排以當地特色傳統餐點為主。

\* \* 行程內包含之指定餐點，若選擇不享用，將無法退費或以任何形式補償。

\* \* 攀登雷納最佳瞭望點，來回健行約三個小時。本活動包含兩次健行，適合喜歡健行的旅人。

\* \* 部分飯店有提供游泳池或健身房，請自備泳衣及運動相關服裝。

※ 費用包含來回經濟艙機票、當地交通、門票、飯店住宿和行程指定餐點。自己零用錢約可準備台幣一萬元至一萬五千元左右。帶隊老師不收小費。

※ 活動為半自助行型態，需閱讀相關資料；屆時將協助組織與其他夥伴出發，但無法保證有人陪同飛行。

※ 報名時請繳交有效聯絡方式(可臉書或 LINE)、提供護照影本檔案。

※ 繳交報名資料及訂金七萬為有效報名，餘額出發前兩個月繳清。

※ 行前說明會將以線上舉行辦理，如無法參與請參考電子檔案，或以電子郵件及其他方式詢問。

### 報名方式：

填寫報名表 → 聯絡繳交護照資料 → 確認航班 → 繳交訂金七萬 → 完成初階報名(餘額出發前兩個月繳交完畢)

聯絡請找： 劉原良老師 [terryroc@ms38.hinet.net](mailto:terryroc@ms38.hinet.net) 電話: 0935-125023 或 04-26321168

李岳霖老師 [josephlitw@gmail.com](mailto:josephlitw@gmail.com) 電話：0925-075057

## 第一天

台灣出發前往奧斯陸。

## 第二天 奧斯陸——北歐靜謐與現代交織的心臟

這座城市不同於巴黎的浮華，也沒有倫敦的喧囂。奧斯陸是一首寫給北歐的詩，步調從容，空氣中彷彿帶著海風的鹹味與松木的清香。這裡既承載著維京人的遺產，也擁抱當代設計的極簡優雅，讓歷史與現代在這片土地上柔和流轉，使人不自覺地放慢腳步，細細品味這份寧靜。



抵達後，首先參觀挪威市政廳，這座莊重而不失藝術感的紅磚建築，是諾貝爾和平獎頒獎的殿堂。步入大廳，挑高的空間與巨大的玻璃窗讓陽光灑落在大理石地面上，歷史與現代在此交錯。一面牆上，濃烈色彩的壁畫描繪著挪威的歷史與神話，從維京人的英勇戰鬥到今日民主社會的價值觀，生動刻畫出這片土地的故事。站在每年 12 月 10 日和平獎頒獎的舞台上，不禁讓人深思那些曾在此發表演說的偉大靈魂，他們的信念與理想至今仍在世界上迴響。

沿著市中心漫步，來到奧斯陸主教座堂，這座紅磚砌成的教堂靜靜佇立於廣場中央，鐘樓的沉穩輪廓見證了數百年來的歷史。這裡曾舉行挪威國王的加冕儀式、王室婚禮與國家紀念日的祈禱，無數重要時刻都在此發生。走進教堂，坐在木椅上，聆聽悠揚的管風琴樂聲，會感覺時間在這裡變得柔和，奧斯陸的寧靜氣息將整個身心包裹，讓人沉浸於這片北歐的靜謐之中。

接著，漫步於奧斯陸市區，這裡沒有高樓林立的擁擠，也沒有都市的喧囂，取而代之的是北歐獨特的優雅與秩序。走在卡爾·約翰大道，猶如這座城市的香榭大道，所有精品商店街匯集在此，這條城市的主幹道連接著奧斯陸中央車站與皇宮，沿途是典雅的咖啡館、北歐設計品牌店與獨立書店，每一處細節都體現了北歐風格的簡潔與溫暖。



來到奧斯陸國家劇院，這座擁有金色圓頂的劇院，其華麗的新巴洛克建築、歷史悠久的演出傳統以及戲劇節與文化活動聞名，奧斯陸最重要的文化地標，曾上演挪威最偉大的戲劇家易卜生的經典作品，劇院外牆上雕刻著他的肖像，彷彿低語著挪威文學的輝煌歷史。

最後漫步至奧斯陸皇宮，這座莊重典雅的建築靜靜矗立在城市的綠意之中。沒有過多的華麗裝飾，卻散發著北歐式的簡約與尊貴。皇宮前方的廣場開闊而靜謐，從這裡遠望，卡爾·約翰大道筆直延展，貫穿奧斯陸的城市心臟。這座城市的歷史與未來、靜謐與現代，在這一刻交融成一幅獨特的北歐畫面，為這段旅程留下最溫潤而深刻的記憶。

餐食包含：晚餐

住宿：四星飯店或以上

### 第三天 逐光而行 | 追尋北境仙境



晨光輕柔地灑落在北極圈的海岸線，映照著靜謐而壯麗的北境風光。今天的旅程不設終點，只讓風景決定步調，我們從斯沃爾韋爾 Svolvær 啟程，沿著蜿蜒的 E10 公路前行，這條道路宛如大自然親手勾勒的畫卷，峻峭的山巒、幽藍的海灣與點綴白雪的村落交織出令人屏息的景色。

車窗外，一座座橋樑優雅地跨越海峽，如詩畫般串聯起洛福敦群島的純淨世界。當駛過 Gimsøystraumen 大橋，這座橋彷彿是通往仙境的門扉，倒映在靜謐的海面上，讓人不禁駐足，深吸一口清冷而純粹的北極空氣。

隨著車輪滾過 Flakstad 沙灘，細緻的白沙與狂野的海浪交織，形成一幅動感的自然畫布。這裡的天際線無限延展，彷彿世界的盡頭，沒有城市的喧囂，只有風的低語與海浪的呢喃，陪伴我們一路向光而行，追尋北境最純粹的風景。

餐食包含：早餐 | 晚餐

住宿：四星飯店或以上



### 第四天 雷納的詩篇，拾級而上北境的靈魂之巔

雷納 Reine 被譽為世界上最美的漁村，紅色漁屋靜靜倒映在鏡面般的海水上，宛如一顆被歲月雕琢出的北境寶石。這片寧靜之地，彷彿時間停滯，只留給旅人無限的驚嘆與沉思。峽灣靜謐，群山巍峨，海風輕拂，讓人不禁駐足，沉浸在這片遺世獨立的美景之中。

從雷納出發，順著陡峭的山徑攀登 Reinebringen，被譽為最佳的景觀瞭望點，當然想一覽這個絕佳美景，得先經過一番測驗與體力上的考驗，這段路程雖然挑戰不

小，但每一步都將世界甩在身後，風景隨著高度攀升逐漸展開。最終抵達山頂時，整個雷納峽灣的壯麗全景映入眼簾，深邃的藍色海面與紅色漁屋交錯，如同一幅超現實的畫作。站在這片天地之巔，靜謐與壯闊交織，讓人忍不住屏息，唯恐驚擾這份難以言喻的美。（若天氣不允許將調整健行部分）

午後，來到赫林斯堡

Hamnøy，這裡是挪威最經典的漁村景點，也是無數攝影作品中的夢幻場景。橋上俯瞰，紅色漁屋依偎在蔚藍海面，周圍群山環抱，彷彿時間停滯於最美的瞬間。無需刻意構圖，隨手一拍，便是一張世界級的風景明信片，這裡的每一幀畫面，都是北境最純粹的詩篇。



沿著海岸繼續前行，來到羅弗敦群島的最南端——Å村（讀音O）。這座漁村以簡潔的名稱「Å」聞名，卻承載著厚重的歷史與文化。在羅弗敦漁業博物館，回望百年前的捕魚歲月，感受這片土地與大海緊密交織的生活方式，從乾魚的製作過程到昔日漁民的生活日常，每一處細節都訴說著這片極地群島的生命力。

最後，建議可自行前往嘗試一碗傳統的 Bacalao 鱈魚魚湯作結，濃郁的鹹香與溫潤口感，每一啜飲都是北極冷風吹拂的滋味，峽灣微風的襯托下，更顯溫暖踏實，這一天的旅程，彷彿在風與海之間寫下一首關於北境的詩，留待旅人細細品味。

餐食包含：早餐 | 晚餐

住宿：四星飯店或以上

## 第五天 海與天交會的夢境——漢寧斯瓦

漢寧斯瓦 Henningsvær 被譽為「羅弗敦的威尼斯」，坐落於峽灣間的漁村擁有無數蜿蜒的小巷，街道旁的咖啡館傳來濃郁的咖啡香，畫廊內則展示著當地藝術家的靈感與筆觸，彷彿整座村莊都是一座流動的藝術館。漫步其間，可以感受到北極圈內特有的寧靜與創造力交織，讓旅人沉浸於獨特的海岸氛圍中。



離開村莊，來到世界最美的足球場——

Henningsvær Stadium。這座球場坐落在岩石半島之上，四周被北極的海洋與峽灣包圍，綠色的球場與蒼茫的極地風光形成強烈對比。這裡沒有萬人吶喊，卻依然讓人感受到無與倫比的震撼。站在球場中央，仰望廣

闊的天空，遠處雪山聳立，海浪拍打著岸邊，彷彿將夢想與現實交融於天地之間。

午後登上快艇，展開 Sea Eagle Safari，馳騁於湛藍的峽灣之中，感受北極的原始力量。船速激起的浪花在陽光下閃爍，四周的雪山倒映在海面，映照出壯麗而寧靜的北極景色。天空中，白頭海鷗盤旋而過，翅膀微微張開，優雅而強勁地滑翔於風中。這片純淨之地，在每一次海浪與風的呼吸間，訴說著北極的傳奇，也讓我們深刻體會大自然的壯麗與不可撼動的力量。

餐食包含：早餐 | 晚餐

住宿：四星飯店或以上

## 第六天 從群山之巔，遙望無盡大海



沿著濕潤而堅實的山徑攀登 Offersøykammen，時間約 2-3 小時，這顆羅弗敦的明珠將帶領我們走向北境最壯闊的視野。海風夾雜著淡淡的鹹味，輕輕拂過臉頰，步伐隨著蜿蜒的山徑逐步向上，每一步都讓視野更加開闊。最終，當我們站上山頂，眼前展開的是一幅無可比擬的極地畫卷——遼闊的海面與鋸齒狀的山峰交錯，360 度

的景色純粹而震撼，彷彿將世界的邊界拓展至無垠。這裡，是北歐最極致的孤寂與自由，在這片天地之間，心靈被遼闊與靜謐填滿。（若天氣不允許將調整健行部分）



繼續向前，來到挪威最古老的漁村之一努斯峽灣 Nusfjord，這裡彷彿是時光凝結的北極漁村，一步踏入，即進入了一座露天博物館。木製漁屋沿著海岸排列，傳統捕魚船靜靜泊在碼頭旁，厚重的木棧道與老舊的魚油工坊仍然保留著過去的痕跡，見證著這片土地百年來與海洋共存的故事。我們在這裡漫步，空氣中瀰漫著來自北極海的鹹味與魚乾的香氣，時間彷彿停滯，讓人沉浸在這片寧靜而純樸的世界裡。

傍晚驅車前往斯沃爾韋爾 Svolvær，回到羅弗敦的心臟地帶，這場北境之旅將進入尾聲，沿途的風景仍然令人屏息，每一座山峰、每一片海灣都彷彿在低聲道別，提醒著旅人將這片極地的壯麗深深烙印於記憶之中。

餐食包含：早餐 | 晚餐

住宿：四星飯店或以上

## 第七天 最後的凝望，與北境告別

站在 Tjeldsundbrua Viewpoint，最後一次凝望這片北境大地，這座橋樑靜靜跨越峽灣，如同我們對這片土地的眷戀。遙望過去幾日走過的山巒與海灣，每一座峰頂的俯瞰、每一次與風浪的交會、每一道極光閃耀的瞬間，都已深深烙印在記憶之中，成為此生難忘的北境詩篇。



帶著滿滿的感動，揮別羅弗敦，搭乘航班返回奧斯陸。這片被譽為人間最後淨土的北境，不只是旅程的終點，更像是靈魂的一部分。這一路上的風景，不僅是壯闊的山海交錯，更是一場與自然、時間、以及自我深刻對話的旅程。當飛機緩緩升空，俯瞰最後一眼這片純淨之地，心中明白，北境的遼闊與寧靜，將永遠存留於記憶深處，等待著未來某一天的再相逢。

餐食包含：早餐 | 晚餐

住宿：四星飯店或以上

## 第八天

依班機狀況彈性安排活動。

餐點包含：早餐 ( 若班機時間太早飯店可能無法提供早餐 )

## 第九天

抵達台灣。