

# 那米哥國際旅行社股份有限公司 行程表

## 日本規模最大的高層濕原地帶~尾瀨濕原大縱走·日光東照宮·龍王峽·奧日光名瀑·溫泉6日

# 團號：NRT6B241001A

📅 出發日期：2024/10/01

🕒 旅遊天數：6天5夜

📅 報名截止：2024/09/01

\$ 售價：

大人

NT\$59,980

👤 每人訂金：NT\$20,000

★ 行程說明

### 尾瀨國立公園

尾瀨位於群馬、新瀉、櫛木三縣的交界處，面積約有3萬7千多公頃，擁有日本最具代表性的濕原景觀；整座尾瀨濕原以燧岳（2346m）火山噴發形成的堰塞湖「尾瀨沼」（周長約9km）為中心，含蓋了周邊的燧岳、景鶴山、至佛山等山嶽地帶。除了豐富的濕原景觀之外，周邊的山地也有大片伏松叢林和山毛櫸原生林分布，在1960年整個地區被指定為「特別天然紀念物」，原屬於「日光國立公園」一部份的尾瀨更在2007年8月30日正式獨立出來，成為日本的第29座、也是最新的國家公園。

尾瀨是日本規模最大的高層濕原地帶，2005年11月登錄於「拉姆薩爾條約」中，以保護和永續經營溼地為目標。位於海拔1400-1700公尺，高層濕原地帶是由燧岳的熔岩被「只見川」截段後所形成的。高原上綻開許多高山植物，有幌向菅、蔓苔桃、白穗刺子莞、畫眉菅、日光黃菅和觀音蓮等各種各樣的溼地植物，充滿季節感的鮮豔色彩；六月有水芭蕉，七月有綿管草，堪稱大自然的奇妙寶庫。尾瀨散佈著大約 400 多個淺池沼，可以看到尾瀨境內日本南北交會而成的稀有濕地動植物生態。

對於外國觀光客而言，尾瀨是一陌生的旅遊地，但是對日本人來說是他們相當自豪的秘密花園，更是許多熱愛自然生態者的天堂。每年吸引數十萬遊客和登山客造訪，整個尾瀨國立公園裡有許多等級不同、時數不同的健行路線，從入門到進階路線都有，因此就算不是登山高手，也可輕鬆前往。

濕原內鋪設有木頭步道，本行程特別安排尾瀨國立公園內住宿一晚，從西側群馬縣的鳩

待鞍部出發，穿越「尾瀨濕原」抵達龍宮後附近山莊住宿一晚，隔日繼續東行來到湖光山色的「尾瀨沼」，最後從沼山峠搭車離開。讓您穿越整個尾瀨國立公園(尾瀨濕原+尾瀨沼)，深度探訪這個日本最原始、規模最大的高層濕原地帶。

## 日光國立公園

是日本首批指定的國立公園之一。地處奧日光的中心地區，保留了最原汁原味的美麗自然，內有拉姆薩爾公約登錄的濕地、關東地區以北最高峰日光白根山群山、湖沼、溪谷、瀑布等連綿不絕的自然絕景等您探索。不僅如此，這裡還具有大自然賜予的豐富溫泉資源。歡迎您來到大部分市區都被國立公園環繞的日光市體驗大自然的雄奇。其中：

【**戰場原**】是日光國立公園內標高約1,400m本州最大級的高層濕原。男體山噴發所形成的湖長時間濕原化留下的400公頃廣表面積，加上350種自生植物，可見到多種野鳥。總面積中約175公頃被作為“奧日光濕原”受到拉姆薩爾公約保護。5月下旬~6月上旬為三葉海棠(花朵是純白小花，無比可愛。在戰場之原，入口附近的赤沼自然資訊中心和徒步路線周邊可以看到)、6月中旬~8月上旬為綿萵、穗咲下野，9月下旬~10月上旬為草紅葉的時節，推薦觀賞。

【**日光東照宮**】擁有400年以上歷史的世界遺產

在日本代表性世界遺產「日光的神社與寺院」中，最有名的「日光東照宮」為祭祀德川家康的神社，境內有8棟日本國寶，34棟日本重要文化財等55棟建築物，其豪華絢爛，令人目不暇給。從「睡貓」通往德川家康長眠之地「奧宮」的坡道，以及從東照宮往二荒山神社的參拜道，都是相當受歡迎的能量景點。「日光的神社與寺院」也被當地人稱為「二社一寺」，除了日光東照宮之外，還包含了日光二荒山神社(含別宮本宮神社、別宮瀧尾神社)、日光山輪王寺(含大猷院靈廟)。

二社一寺相距不遠，可步行遊覽，推薦您一次走完!

【**足利花卉公園**】是深受日本國內外旅客嚮往的超人氣景點。公園隨著季節變化共設計出八大賞花主題，營造迷人的花之世界和浪漫的賞花氛圍。8個主題分別是「迎春」、「春之花節」、「紫藤花物語」、「彩虹花園」、「藍與白的世界」、「水邊的花仙子們」、「紫色花園」和「光之花庭園」，一年四季都是花草樹木的樂園。

## ★ 特別安排

### 早鳥禮：

◎凡於2024年2月29日前完成報名繳訂，贈送Lamigo健走輕量收納背包一只(市價：NT\$1,980元)

※早鳥禮將待團費全額繳清後，擇日統一寄予報名者。

早鳥禮依現貨數量為主，若此款背包贈送完畢。本公司有權力更改贈送同等值之早鳥禮

貼心加贈

每人一張隨插即用上網卡(每日1G)，超過降速均速128kbps

✈ 航班參考

天數	航空公司	航班	出發地	起飛時間	目的地	抵達時間
1	中華航空	CI104	台灣桃園國際機場	2024/10/01 12:40	東京成田機場	2024/10/01 16:55
6	中華航空	CI105	東京成田機場	2024/10/06 18:20	台灣桃園國際機場	2024/10/06 21:10
天數	航空公司	航班	出發地	起飛時間	目的地	抵達時間
1	長榮航空	BR196	台灣桃園國際機場	2024/10/01 15:20	東京成田機場	2024/10/01 19:40
6	長榮航空	BR195	東京成田機場	2024/10/06 20:40	台灣桃園國際機場	2024/10/06 23:20
天數	航空公司	航班	出發地	起飛時間	目的地	抵達時間
1	國泰航空	CX450	台灣桃園國際機場	2024/10/01 13:00	東京成田機場	2024/10/01 17:20
6	國泰航空	CX451	東京成田機場	2024/10/06 15:40	台灣桃園國際機場	2024/10/06 18:35
天數	航空公司	航班	出發地	起飛時間	目的地	抵達時間
1	星宇航空	JX804	台灣桃園國際機場	2024/10/01 15:00	東京成田機場	2024/10/01 19:00
6	星宇航空	JX803	東京成田機場	2024/10/06 15:35	台灣桃園國際機場	2024/10/06 16:45

📖 每日行程

第1天 桃園機場/東京成田空港→成田市飯店

本日全體集合於桃園國際機場，由本公司專業導遊協辦離境手續之後，搭機飛往日

本第一大首都【東京】。晚間若有時間，建議您可自行前往【成田AEON購物中心】，能夠滿足所有您想要的東西。



早餐：溫暖的家  
午餐：機上套餐  
晚餐：方便逛街每人發日幣2000元自理



成田日航飯店或同級

## 第2天

飯店→国指定特別史跡~大谷寺磨崖佛(崖壁巨大觀音像)→戰場ヶ原濕原健走(赤沼→湯滝，約4公里2小時)→老神溫泉或水上溫泉

【大谷寺】是位於栃木縣宇都宮市的寺院。洞穴裡有堂的「洞窟寺院」，周圍被岩壁包圍。利用了凝灰岩做成的橫洞式住居，採取這種形式的寺廟是很少見的。進入內部的話，岩石中是不可思議的廣闊空間。雕刻於岩壁上的高4米的千手觀音為本尊受人供奉，作為石頭懸崖佛是日本最古老的佛。除了千手觀音之外，釋迦三尊像和藥師三尊像、阿彌陀三尊像4組10尊，雕刻於岩壁之上，作為著重雕刻的美麗身姿的「大谷磨崖佛」被人熟知。自然狀態的岩壁包圍的佛堂裡人手雕刻佛像的神聖，有值得一觀的價值。另外附近的採掘場的痕跡，有為了祈禱第二次世界大戰中戰沒者的慰靈和世界和平而製作，高27米巨大的和平觀音。

(註：如遇大谷寺每週四定休日，則改參觀【大谷資料館】，展示場中展示從江戶中期至昭和34年(1959年)間的開採、運輸道具及開採方法變遷等資料。可參觀地底採石場，佔地高達2萬平方公尺，深30公尺，最深可達60公尺，平均溫度只有攝氏8度，從以前累積下來，大約開挖出1000萬塊岩石，是能容下一整個棒球場的巨大空間。)

位於中禪寺湖和湯元溫泉之間的【戰場之原】，海拔約1400米，每年春夏時，整片沼澤地被綠草野花所覆蓋，落葉松也會轉成閃亮的綠葉，美麗的景緻吸引了各地的攝影發燒友，一群群沿著自然步道行進，獵取心目中的美景。(※5月下旬~6月上旬為三葉海棠(花朵是純白小花，無比可愛。在戰場之原，入口附近的赤沼自然資訊中心和徒步路線周邊可以看到)

那米哥旅行社安排最精華路段，從赤沼停車場下車出發，走戰場之原濕原地木棧道，接近步道盡頭可欣賞美麗的“湯滝”瀑布，終點為“湯ノ湖”，總計4公里(約1.5小時)。

今晚入住老神溫泉鄉或水上溫泉鄉之溫泉飯店，享用豐盛晚餐後，再泡個熱呼呼名湯，舒緩身心。



早餐：飯店內  
午餐：日式御膳料理  
晚餐：飯店內會席料理或自助餐



老神溫泉吟松亭 或 老神溫泉紫翠亭 或 水上溫泉松乃井或同級

### 第3天

飯店→吹割瀑布→尾瀨戶倉搭接駁車前往鳩待峠→尾瀨濕原健走約9.3公里5小時(鳩待峠 - 1小時 - 山ノ鼻 - 40分鐘 - 牛首分岐 - 40分鐘 - 竜宮 - 40分鐘 - 見晴十字路)→住見晴十字路附近的山小屋一晚

來到從17公尺高的地方直落而下的【吹割瀑布】，由凝灰岩與花崗岩經年累月切割而成天然絕景，雄偉氣勢有如尼加拉瓜瀑布，因此俗稱東洋之小尼加拉瓜瀑布。日本瀑布百選，天然記念物。

今日前往【尾瀨國立公園】，健走路線安排從群馬縣的鳩待鞍部出發，抵達【尾瀨之原(濕原)】的見晴十字路附近的山小屋住宿一晚。

尾瀨是日本規模最大的高地濕原，海拔高約 1400～1700米，以尾瀨沼為中心，被周圍的燧岳、至佛山等環抱，2007 年設立尾瀨國立公園。“尾瀨區域”擁有尾瀨原、尾瀨沼等遼闊濕原以及至佛山、燧岳等代表日本的名峰。這裡作為珍稀動植物的寶庫而聞名，可以看到以稀有的濕地植物水芭蕉，還有泥炭層上浮形成的浮島等特殊地形。在周圍的山地上，生長著大片偃松叢林和山毛櫸原生林。我們在初夏造訪，正是尾瀨著名的「水芭蕉」盛況之際，廣大的濕原到處綻放著形似海芋的水芭蕉花，可愛極了；四周群山披上新綠時，滿地的日光黃荳將濕原映得一片金黃。

自平野長藏先生在尾瀨開山，百年以來，此處美麗的自然生態得到了良好的保存，尾瀨已成為日本自然保護的象徵。尾瀨那隨著季節更迭而變化萬千的自然風貌，以及圍繞著她的一切美好事物，都是那樣引人入勝，讓人流連忘返。

今晚入住尾瀨國立公園內山小屋一晚，享受濕原內無光害星光。

註：尾瀨國立公園於5月1日全面開放方可進入

註：尾瀨國立公園一律禁止車輛進入及垃圾的殘留並且無大型餐廳只有休息小屋。



因此今日的午餐是由飯店準備餐盒在車上發給貴賓後再帶入。

註：山小屋注意事項—山小屋恕無法提供個室，睡6~8人通鋪。



早餐：飯店內  
午餐：日式御膳餐盒(尾瀨公園內)  
晚餐：山小屋內料理



彌四郎小屋 或 原の小屋 或 桧枝  
岐小屋 或 尾瀨小屋 或 龍宮小屋  
(註：通鋪為主)或同級

#### 第4天

山小屋→尾瀨沼健走約12.3公里5小時(山小屋 - 2小時 - 沼尻 - 75分鐘 - 尾瀨沼山莊 - 25分鐘 - 長蔵小屋 - 80分鐘 - 沼山峠休憩所)→鬼怒川溫泉飯店或塩原溫泉飯店

本日健走重點：前往探訪【**尾瀨沼**】湖光山色。尾瀨國立公園以尾瀨沼為中心的，被周圍的燧岳、景鶴山、至佛山等環抱的山嶽地帶總稱。本日走到尾瀨沼雖然路程較長，但地勢平坦易於行走，而水色湛藍的尾瀨沼，在此可以完整看到燧之岳在水上的倒影，也是另一番滋味，還能欣賞沿途變化萬千的景象。美麗的群花象徵著尾瀨的大自然，她容納著周邊的山巒、湖泊、河流、森林，以及棲息其中的動物，是那樣豐饒而美妙。最後要抵達沼山峠搭接駁車前往御池站換坐本團巴士離開，結束美麗的尾瀨國立公園兩天一夜縱走之旅。

今晚入住鬼怒川溫泉鄉，泡個熱呼呼溫泉，舒緩尾瀨大縱走的疲勞，再享用日本精緻美食。鬼怒川溫泉根據日本傳言記載曾有受傷動物因泡該區溫泉受傷居然不藥愈，經口耳相傳後人們也爭相慕名前來，居然許多疾病也不藥而癒，建議這次旅遊一定要泡的溫泉。



早餐：飯店內  
午餐：日式御膳餐盒(尾瀨公園內)  
晚餐：飯店內



鬼怒川御苑溫泉酒店 或 鬼怒川觀光ホテル 或 大江戸温泉物語 ホテル ニュー塩原或同級

#### 第5天

飯店→鬼怒川龍王峽谷→世界遺產~日光東照宮→春之花祭~足利花卉公園→(車1.5小時)東京市區飯店

前往日本櫛木縣最具知名景點的鬼怒川，來到大自然鬼斧神工的特殊地貌【**龍王峽**】，特殊地質與地形加上鬼怒川的蜿蜒曲折與支流的匯流，經年累月的沖刷切割整個峽谷氣勢磅礴美不勝收，加上巨型瀑布臨天而降洶湧水氣更顯龍王峽的君王氣度，夏季置身其間如沐春風舒適無比，加上山林之間負離子充斥優遊其中更是讓身體完全放鬆彷彿為您洗塵般，瞬間忘記了旅程的辛苦。

參觀日本最具名氣德川家康的長眠之地【**日光東照宮**】，日光東照宮四周高大杉木林立，循序向上慢慢參觀各個殿宇氣象萬千雕樑畫棟煞是好看，連階梯的石材都是採用一整塊石材打造而成，果然是日本最具知名一定必看的第一名宮，其中還有東照宮人氣景點有日本明雕刻師的作品『眠貓』更是不可不看。

被評選為「世界十大絕美夢幻景點」的栃木縣【**足利花卉公園**】，公園內有如花的樂園，四季分別有寒紅梅、櫻花、鬱金香、玫瑰、杜鵑花等各種花卉綻放，為你帶來 8 種不同季節風情。將在 4-6 月舉辦花祭，包括 4 月中旬舉辦「紫藤花物語」及 5 月中旬到 6 月中旬舉辦「春之玫瑰花祭」。

今晚入宿東京市區大飯店，飯店旁有很多美食餐廳和購物商店，今晚你可自由逛街享用美食。



早餐：飯店內  
午餐：日式御膳料理  
晚餐：方便逛街敬請自理



品川王子大飯店 或 池袋太陽城王子 或 東京灣有明華盛頓 或 東京巨蛋飯店或同級

第6天

東京→等等力溪谷→台場購物廣場→成田空港/桃園機場

【**等等力溪谷**】是由多摩川支流的谷澤川，侵蝕武藏野台地南端所形成的溪谷，其長約1公里，包含緊鄰的等等力不動尊均為觀光勝地，春季時梅花、櫻花綻放，夏季沁涼新綠披覆，秋季時銀杏、楓葉染紅，冬季若遇寒流可能白雪覆蓋，四季的變換，美不勝收。位於溪谷入口處附近的「高爾夫橋」是橫跨於谷澤川的紅色鋼橋，之所以命名「高爾夫橋」是因為在昭和初期，東急電鐵於溪谷不遠處建造了一座約8公頃大的高爾夫球場；而這座醒目的紅橋和溪谷四季更迭景致相互輝映，是到訪遊客爭相拍照的熱門景點。而溪谷中的「不動之瀑布」，自古以來即是知名的瀧行修

練之地，吸引許多全國各地求道之人來此修行。另外，據說「等等力」的地名其實也與不動之瀑布息息相關，因為從前溪谷中繚繞著瀑布落下的轟隆聲，而等等力這個地名即是從日語的轟隆聲所演變而來。

**【台場購物廣場】**又稱水上城市彩虹城，每個區域均有獨自不同特色，除了不定期舉辦的展示會外，更結合了不同的主題樂園遊樂設施、美食廣場、購物廣場..等，開幕到如今，從初期的乏人問津到現在人氣的匯集，現已成為年輕人相約的所在地，其所散發出魅力，深深吸引了無數人，足以讓人流連忘返。**※台場新開幕**

**《DiverCityToykoPlaza》**，結合了各種世界知名品牌之外，包含各種大規模的娛樂設施與多樣性的話題複合設施。

之後前往機場搭機返國，本次旅程終告結束，在此感謝您的選擇參加，並且期待摺再相會，敬祝您旅途愉快，萬事如意，謝謝！

**PS1.因日本為熱門旅遊國家，團體機位取得不易，有時如使用午班機回，建議您早上睡到自然醒，優閒吃完早餐並整理行囊前往機場。**

**PS2.本行程將依當地實際狀況由當團導遊做小幅度的順序調整，但保證行程會全部走完，不便之處，尚祈鑒諒。**

**PS3.行程表中列明之住宿順序僅為先行提供給貴賓參考之用，請依當團行前說明會公佈之正確資料為準。**



早餐：飯店內  
午餐：每人發日幣1500元逛街自理餐食  
晚餐：機上套餐

#### 其他說明

##### 團票說明

※以上皆已含機場服務稅、燃油附加費、導遊司機小費

※小孩不佔床**(2歲以上~未滿12歲)**每位**減3,000元**

※單人房加價**12000元**

※每團最低出團人數20人以上，需團去團回

##### **【付款方式】**



※La new門市僅受理刷信用卡報名

※現金繳費匯款一律洽那米哥旅行社報名(02)2501-5288

匯款戶名：那米哥國際旅行社股份有限公司

匯款銀行：玉山銀行 汐止分行

匯款帳號：1230-940-001966 (銀行代號：808)

### 【費用包含】

- 1.團體來回經濟艙機票乙張。
- 2.住宿及全程表列餐食。
- 3.行程所列之旅遊交通費用、景點門票。
- 4.桃園機場服務稅、燃油附加費。
- 5.導遊、司機小費 ( 六 日共1800元/人 ) 。
- 6.投保500萬旅遊業綜合**責任險**+20萬意外傷害醫療險。
- 7.本公司貼心加碼為每位旅客 ( 15足歲(含)以上~75足歲(含) ) 投保500萬**旅行平安保險**+20萬傷害醫療險。(其他年齡旅客本公司將依保險公司規定該年齡之投保限額投保此險)

### 備註：

- 1.旅行業**責任保險**：依規定14歲以下(未滿)、70歲以上(滿)，最高投保金額NT\$250萬元+20萬元。
- 2.旅行業**平安保險**：依規定15歲以下(未滿)最高投保金額200萬元+20萬元、75歲以上(滿)-80歲，最高投保金額NT\$300萬元+20萬元；80歲以上，最高投保金額100萬+10萬；85歲以上，最高投保金額60萬+6萬元。

### 【費用不包含】

- 1.個人護照費用。
- 2.行程表上未表明之各項開支，自選建議行程交通及應付費用。
- 3.純係私人之消費：如行李超重費、飲料酒類、洗衣、電話、電報及私人交通費。

出團備註

### 【注意事項】

- 1.所有參加者皆需簽訂“國外旅遊定型化契約”，參加資格始成立。
- 2.本行程交通、住宿、觀光點盡量忠於原行程，若遇特殊狀況:如船、交通阻塞、觀光點休假及其他不可抗拒之現象，或因飛機起降的時間有所更動，為配合觀光點營業時

間，行程有時會有所變動，所以本公司保有變更行程之權利，但絕對以最順暢之行程作為安排。

3.行程、班機時間、降落城市及住宿飯店，均以行前說明會資料為主。

4.若單人報名，必需接受旅行社安排與他人同住一室〔同性一室〕或補單人房價差。

5.本次健走旅遊行程，將委託那米哥旅行社辦理，La new門市僅代為受理報名及收費事宜。已報名但擬取消報名者，經同意後可讓與第三人或辦理退費〔退費時需先扣除手續費及贈品費用，再依國外旅遊定型化契約賠償標準計算〕，行程轉讓、辦理退費一律洽那米哥旅行社協助辦理。

6.本公司保留修正或終止本活動之權利。

#### 【護照效期與簽證須知】

1.本行程適用對象均為持中華民國護照之旅客(至出國當日護照效期需六個月以上)，若貴賓擁有雙重國籍或持他國護照，請先自行查明出入境(台灣入出國及移民署全球資訊網、日本交流協會台灣事務所)之相關規定，報名時並請主動告知您的服務人員。

台灣入出國及移民署全球資訊網

日本交流協會台灣事務所

#### 【特殊需求溫馨叮嚀】

1.因各國風俗民情各異(日本人的素食大多可食用蔥、薑、蒜、蛋、奶等食材)，與台灣人素食習慣完全不同，參加日本團體旅遊，小小叮嚀~素食客人可先自行準備素食罐頭或泡麵等，以備不時之需，團體的午晚餐外用餐廳或飯店內的早晚餐，日本提供全素客人的菜色會多數以生菜、漬物、水果等佐以白飯或麵類主食，感謝您的諒解。

2.團體日前所提供之歷年平均氣溫表，因目前全球氣候異常，無法正確顯示出您所要前往旅遊地區的氣候狀況，請旅客於團體出發前可上網查詢日本天氣圖，祝您旅途愉快!

#### 【團體住房權益小叮嚀】

1.如遇旺季期間，本公司保有飯店變更地區之權力，不便深感抱歉!

2.由於日本的團體房無法指定房型，所以有大床或三人房或相通房的需求，本公司會盡全力跟飯店爭取，但無法保證。如飯店無法提供特殊房型，將以一般的雙人房(兩張單人床)，而三人房則提供雙人房加床(行軍床比正常的床再小一點)，若遇飯店房型無法加床則會以當時飯店所提供之房型(一間雙人房及一間單人房)，敬請鑒諒。

天氣

請點選[天氣參考網址](#)

【本行程之各項內容及價格因季節、氣候等其他因素而有所變動，請依出發前說明會資料為主，不另行通知】

印表日期：2024/07/27

那米哥國際旅行社股份有限公司 統一編號：29077506 <https://>

觀光局註冊編號：交觀甲字第7135號 品保協會編號：品保北字第1729號

服務信箱：[service.lamigo@mail.lamigo.com.tw](mailto:service.lamigo@mail.lamigo.com.tw)