

2018 歐洲巴爾幹、伊比利半島健行 18 天

巴爾幹半島--斯洛維尼亞 **Julian Alps Triglavski** 國家公園，克羅埃

西亞 Risnjak、十六湖、Paklenica 國家公園

伊比利半島—西班牙庇里牛斯山



出發日期： 2018/9/3~9/20

費用： 每位 \$180000 元
因應航空票價變動、匯率、原油價格等因素，會於出隊兩個月前最後確認活動費用

費用包含： 山下行前會議、活動小手冊、往返經濟艙機票、兵險、機場稅、當地食宿、交通、領隊小費、保險、簽證費用、行政費用等等。

訂金： 每位 \$20,000 元需於出團 2 個月前繳交

活動等級： A 級適合一般大眾

一次走完三大半島精彩健行路線，均是 Day trip，不背重物、住旅館，輕鬆愉快。庇里牛斯山健行特色 1.行李安排運送到下個旅館，只要背隨身背包。2.住宿傳統的庇里牛斯山區小鎮，置身於山徑、石屋及中古世紀教堂中。3.每天有 2 種路線供選擇，短程約 11-14 公里好走路徑及長程 20 公里有較多上坡路。

日期	行程內容
第一天 9/3 一	桃園/香港 CX531 2000/2155 晚上搭機前往香港轉機。
第二天 9/4 二	香港/法蘭克福/Ljubjana 魯比安納 CX289 0035/0640-JP117 0920/1030 斯洛維尼亞 布列德湖 Bled 轉機前往斯洛維尼亞首都魯比安納，抵達後搭車前往布列德湖(約 1 小時)，下午自由活動於湖畔(可走環湖步道)，宿湖畔旅館。
第三天 9/5 三	Triglavski 國家公園健行—登 Presivec 山 今天爬 Julian Alps 山脈境內 Triglavski 國家公園的山，專車前往斯洛維尼亞第一大湖—波西尼湖 Bohinj(523M)旁 Stara Fuzina，登 Presivec 山(1761M)，此山號稱是波西尼的陽台，沿湖邊陡上牧草地，經過 Vodicev Vrh 山到達 Presivec 山頂，然後沿賞景步道回湖邊，約 7 小時可完成。

第四天 9/6 四	Triglavski 國家公園健行—Soca trail 奧地利、斯洛維尼亞、義大利三國邊界有一條著名的 Alpe Adria Trail，需要 33 天，經由奧國最高峰大鍾山 Grossglockner、斯國 Soca 河谷等地，然後經義大利 Trieste 附近注入地中海。其中 25 公里的 Soca trail 是 Triglavski 國家公園的精華，我們由 Trenta 沿河谷起走，沿路欣賞美景到 Bovec (約 20K 7-8hrs)。
第五天 9/7 五	Bled-波斯托伊納(鐘乳石洞) Prostojna Cave-克羅埃西亞 Rijeka 上午前往波斯托伊納鐘乳石洞，喀斯特地形就是起源於此。進入洞穴後，先是搭乘小火車在山洞中穿行，再步行近 2 公里長、上下一個接一個洞穴探險，石筍、石柱造型怪異，最大洞穴稱音樂廳，可容納數千聽眾。晚宿於克羅埃西亞 Risnjak 公園旁的 Rijeka。
第六天 9/8 六	Rijeka- Risnjak 公園健行--Strarigrad 今天先走 Kupa 河谷，是 Risnjak 國家公園最漂亮的步道。下午有時間再走公園入口 Crni Lug 的 Leski 步道(繞一圈 4.4 公里)。下午開車前往 Paklenica 國家公園旁的 Stargrad 住宿。
第七天 9/9 日	Paklenica 公園健行- Plitvicka 十六湖公園 健行走 Velika Paklenica 到 Mala Paklenica(6 hrs)，下午到 Plitvicka 十六湖公園過夜。
第八天 9/10 一	Plitvicka 十六湖公園健行 今天走普列提維切國家公園(十六湖公園)湖區：此地地貌奇特，景色別緻，是世界自然遺產。進入國家公園，沿著山谷向下行走不一會，便是大瀑布奇觀，走過瀑布又出現碧綠見底的大湖，湖的盡頭是斷岩，湖水從斷岩落下，形成另一群瀑布，下面則出現又一美麗湖面，這斷岩層疊湖計有十六個之多，故俗稱十六湖。行走在此近乎神奇境界，令人不勝陶醉。最後搭船出公園(因門票包含入內與乘船，若天候不佳、維修等因素無法乘船則取消乘船)。
第九天 9/11 二	Plitvicka 十六湖公園健行-Zagreb 札格拉布/巴塞隆納 OU374 1525/1730 上午專車前往克羅埃西亞首都—札格拉布市區觀光。聖母升天大教堂，爬山車上老城，老城廣場上聚集著市政廳、總統府、議會大廈等重要政府建築，以及具美麗馬賽克圖案飾屋頂的聖馬克教堂，通過古石門則走向老城市場。下午前往機場搭機往巴塞隆納。
第十天 9/12 三	巴塞隆納 Barcelona-Biescas. 上午自由活動，下午搭車前往庇里牛斯山區 Biescas 小鎮，準備健行。
第十一天 9/13 四	庇里牛斯山健行 D1 Biescas-Panticosa 今天經 Tendeñera 山脈的岩壁下往北走入谷地，是沿途充滿歷史痕跡的路徑，經過 Santa Elena 教堂及石棚沙坑等防禦工事，夜宿: Hotel Casa Morlans。 距離:20K 上升:750M 或 13K 上升:600M
第十二天 9/14 五	庇里牛斯山健行 D2 Panticosa 今天有 2 個 O 行路線可選擇，短線經樹林走入 Ripera 谷地的草甸區。長線經谷地上到 2000 米高的山口，回程經山中小湖。 距離:20K 上升:1100M 或 14K 上升:500M
第十三天 9/15 六	庇里牛斯山健行 D3 Panticosa-Sallent 今天續北上走谷地的另一半，可選擇輕鬆半日走，下午於 Sallent 閒逛。或上攀到 La Cucuraza 鳥瞰 Panticosa，並穿越谷地到 Sallent。 距離:15K 上升:800M 或 11K 上升:200M
第十四天	庇里牛斯山健行 D4 Sallent

9/16 日	今天健行於 Rio Aguas Limpias(清水河)畔，輕鬆走到野餐區，或上坡到湖群區，或更艱辛的登頂 2654M 的 Musales 山。 距離:19K 上升:900M 或 12K 上升:450M，登頂路線:23K 上升 1350M
第十五天 9/17 一	庇里牛斯山健行 D5 Sallent-Sandinies 今天先往谷地吸走再往南走，到達 Sandiniés 小鎮。也可選擇攻頂二座山頭，賞谷地風光，再下小鎮。 距離:18K 上升:1000M 或 15K 上升:700M
第十六天 9/18 二	庇里牛斯山健行 D6 Sandinies-Piedrafita-Biescas 今天短線是穿越 Betato 森林，上坡到 Ibon de Piedrafita 湖，長線則繞遠路到湖，後下到 Piedrafita 鎮。再由專車接回 Biescas 住宿。 距離:20K 上升:650M 或 14K 上升:400M
第十七天 9/19 三	Biescas-Zaragoza-巴塞隆納-香港 CX318 1320/0720+1 上午專車經 Zaragoza 到巴塞隆納，搭機往香港。
第十八天 9/20 四	香港-桃園 CX530 0850/1045 清晨在香港轉機回桃園，結束 18 天行程。