



(跟著美女領隊去旅遊)



南法 13 天浪漫深度遊

一場穿越光影與時光的藝術盛宴

第 1 天 3/29/2026 美國 ✈ 法國尼斯 (建議預定航班 AF7310 CDG-NCE 14.30pm 抵達)

今日搭乘航班飛往法國蔚藍海岸度假勝地—尼斯。

請各位旅客務必自行訂購機票，並確保於 2026 年 3 月 30 日 下午 14:30 抵達尼斯機場集合。

第 2 天 3/30/2026 巴黎/尼斯

● 【英國人散步大道】英國人散步大道 (Promenade des Anglais) 是尼斯最標誌性的海濱大道，全長約 7 公里，沿著地中海海岸線延伸，連接尼斯機場和天使灣。大道得名於 19 世紀時在此度假的英國貴族，如今是 locals 和遊客休閒漫步、運動健身的熱門去處。

● 【尼斯老城區】位於尼斯市中心，保留了 18 世紀以來的建築風貌，是尼斯歷史與文化的縮影，充滿普羅旺斯與義大利交融的獨特氣息。

● 【薩雷雅廣場集市】位於老城區邊緣，是尼斯最富生活氣息的集市，分早晚兩場，風格迥異
含餐：X、X、X

參考酒店：Servotel Saint-Vincent 或 4 星同級

第 3 天 03/31 尼斯-20KM-摩納哥-10KM-埃茲小鎮-15KM-尼斯

● 【摩納哥親王宮】(外觀，遊覽時間約 0.5 小時) 建於 13 世紀的摩納哥親王宮，位於峭壁邊上，是摩納哥政府所在地，僅限親王外出時，才對外開放。

● 【蒙特卡洛大賭場】(外觀，遊覽時間約 0.5 小時) 採用新巴羅克風格，以精美的裝飾、浪漫的曲線和華麗的細節為特點。賭場的外立面和內部設計中充滿了流暢的弧線和曲線，營造出一種柔美和優雅的感覺。

● 【摩納哥海洋地理博物館】(外觀，遊覽時間約 30 分鐘)，摩納哥市內的海洋博物館，建於 1910 年，是對海洋學極其狂熱的阿爾伯特一世親王所建造的，起初便是作為藝術科技館來設計的。館內收藏了各種美麗奇異的魚類，以及來自各大洲的、各式各樣的、光怪陸離的海洋動物，還有些潛水設備和模型船等。

● 【花宮娜香水工廠】(入內，遊覽時間約 0.5 小時)，花宮娜香水工廠是一個充滿魅力的旅遊目的地，位於法國南部的埃茲小鎮。花宮娜以其傳統的香水製作工藝和豐富的香氛產品而聞名。遊客可以在工廠內參加導覽遊，深入瞭解香水的製作過程，從原料的選擇到精緻的調配，體驗香水製作的藝術。

● 【尼采小徑】(遊覽時間約 0.5 小時)，小鎮裡有一條以哲學家尼采命名的小路，從山下一路蜿蜒至山頂。在 1883 年到 1886 年期間，尼采多次來到埃茲居住，並在這裡完成了代表著作《查拉圖斯特拉之說》的第三部。

含餐：X、X、中餐八菜一湯

參考酒店：Servotel Saint-Vincent 或 4 星同級

第 4 天 04/01 尼斯-15KM-昂蒂布-10KM-坎城-26KM-尼斯

● 【畢卡索博物館】(外觀，遊覽時間約 0.5 小時)，昂蒂布畢卡索美術館坐落在古希臘城市昂蒂布的昔日衛城內。直到 17 世紀初期，格裡瑪律迪家族一直居住在這座城堡內。1925 年，昂蒂布市買下城堡並且將其改建為歷史和考古博物館。直到 1966 年，這裡才更名為畢卡索美術館，成為第一座在一位藝術家在世時就為其建立的美術館，在昂蒂布居住期間，畢卡索完成了許多作品(油畫、素描、壁毯、陶藝)。

● 【昂蒂布老城】(遊覽時間約 1.5 小時)，昂蒂布的老城銘刻著這座城市厚重的歷史，沒有逛過老城就等於沒有來過昂蒂布。老城沒有車水馬龍的大街，也沒有高樓大廈，這裡只有條條都通往大海的蜿蜒街巷。老城裡有很多充滿藝術氣息的小店，也開滿了很多有許多明星也去過的餐廳和咖啡館，清晨時這裡的花市熙熙攘攘，而到了下午則變成手工藝品的市場。

●【坎城老港】（遊覽時間約0.5小時），港口是坎城較熱鬧的地方之一，密密麻麻的私人遊艇在這裡停泊，老港較合適的拍攝時間是傍晚時分，夕陽照射到老港海面，近處是老式的雙桅船和現代的遊艇的鱗次櫛比，亦可遠眺屹立在海邊的城堡山和鐘樓，前景和後景雜糅成一副靜美的圖畫。

●【坎城影節宮】（入內，遊覽時間約0.5小時），建於1982年，是坎城影展的重要會議地點，較受電影界矚目的金棕櫚獎即在此頒發。影節宮可容納3萬人，音響設施卓絕，除了是影展的正式場地外，還包含許多商務會議廳。

含餐：早、X、中式自助餐

參考酒店：Servotel Saint-Vincent 或4星同級

第5天 04/02 尼斯-20km-聖保羅藝術村-169km-艾克斯-90km-阿維尼翁

●【聖保羅·德旺斯小鎮】（遊覽不少於1小時）抵達中世紀藝術秘境，石砌城牆內藏著馬克·夏加爾曾流連的畫廊與教堂，廣場露天咖啡館裡飄著藝術與咖啡的混合香氣，隨手一拍都是普羅旺斯的文藝明信片。

●【艾克斯小鎮】（遊覽不少於1小時）塞尚的故鄉藏著“小巴黎”的優雅——米拉波大道的梧桐樹下，17世紀噴泉與市集煙火交織；卡雷廣場的古老建築旁，能觸摸印象派大師的創作靈感，杏仁甜點的甜香裡滿是普羅旺斯的生活詩意。

●【教皇宮】（入內，遊覽不少於0.5小時），教皇宮殿坐落在阿維尼翁的羅納河畔，是歐洲規模較大的中世紀哥特式建築，正是因為它的存在使阿維尼翁成為了一座教都。它是一座結合了宮殿與軍事要塞為一體的建築，矗立在古城的高處。教皇宮殿分舊殿和新殿兩部分，舊殿樸實無華，屬羅馬建築風格；新殿富麗堂皇，為典型的哥特式建築。

●【斷橋】（入內，遊覽不少於0.5小時），原長度約為900米，但因經常遭受洪水襲擊，危險係數不斷增加，終於在1668年特大洪水後，早期的22個橋拱今日只有4座保存下來，成為了今天的“斷橋”，斷橋未修復成原樣，而是有這樣的美麗存在。橋樑的入口處有“橋樑歷史”的展覽，介紹了全世界列入世界文化遺產的橋樑；目前還有一個關於斷橋3D還原的展覽。

●【阿維尼翁城牆】（遊覽不少於0.5小時）是環繞阿維尼翁老城的古老防禦工事，周長4300米，由羅馬教宗建於14世紀，19世紀進行過重修，牆上雨水沖刷的痕跡凸顯它的滄桑，經過教宗宮、聖貝內澤橋等處。阿維尼翁城牆至今保存完好，並被聯合國教科文組織列為世界遺產。

●【地中海風味晚餐】教皇宮下的地中海風味盛宴——新鮮橄欖油浸潤的蔬果沙拉、慢燉的普羅旺斯魚湯、香草烤鮮魚配迷迭香土豆，每一口都帶著陽光與河流的氣息，讓中世紀的歷史厚重與南法的鮮活滋味在舌尖相遇。

含餐：早、X、地中海風味晚餐

參考酒店：Mercure Avignon Gare TGV 或4星同級

第6天 04/03 阿維尼翁-20km-戈爾德-15km-魯西永-35km-阿維尼翁

●【塞南克修道院】（遊覽約0.5小時）塞南克修道院是有名的西多派修道院，位於普羅旺斯的阿維尼翁東部，修建在拉韋達田野盡頭靜謐的山谷中，也是《山居歲月》一書的故事發生地。許多遊人來此的目的，是為了一睹修道院前的薰衣草花田，這裡也被稱為“全法國美麗的山谷”之一，經常出現在明信片上。直到現在，這座1148年就已修建的樸素建築中，還有正統的西多教士在修行。

●【石頭城觀景台】（遊覽約1小時）法國的Gordes是普羅旺斯地區很美麗的山頂村莊之一，而石頭城觀景台則提供了欣賞這個迷人村莊全景的理想視角。Gordes坐落在呂貝隆山脈的一個山坡上，以其石砌建築、狹窄的街道和壯麗的景觀而聞名，是普羅旺斯較具代表性的風景之一。

●【魯西永】（遊覽約1小時）紅土城，音譯為魯西永城。鎮上建築皆就地取材，使用當地的紅土、紅石為原料建造。當地居民則使用不同的色彩點綴自家的外牆，無論是各種顏色的門、窗，或是視窗邊上的盆栽、牆壁上的裝飾等等，色彩繽紛且風格各異的房屋，使這個小鎮充滿了濃郁的藝術氣息。為了保持和延續紅土城別具一格的特色，各家各戶蓋新房都需要刷上當地紅粉，放眼望去，這座小山城始終是紅紅一片，在綠樹綠草的裝點下，分外妖嬈。

●【薰衣草博物館】（入內，遊覽不少於0.5小時），薰衣草博物館創建於1991年，位於呂貝隆自然公園中心的庫斯特雷。博物館內，你可以透過圖片和影片瞭解薰衣草的歷史、成長及其製成品，亦可以認識到薰衣草香料的生產歷史和各種提煉薰衣草油生產設備。

含餐：早、X、中餐八菜一湯

參考酒店：Mercure Avignon Gare TGV 或4星同級

第 7 天 04/04 阿維尼翁-80km-阿爾勒-15km-卡瑪格濕地-90km-阿維尼翁

- 【阿爾勒競技場】（外觀，遊覽不少於 30 分鐘）阿爾勒古羅馬競技場建立於西元 1 世紀末羅馬帝國統治時期，是一坐可容納 2 萬人的巨型競技場，也是阿爾勒的標誌性建築。
- 【梵古中心】（外觀，遊覽不少於 30 分鐘），梵古療養院是一座有 300 多年歷史的四方形建築，位於阿爾勒市。著名畫家梵古在第一次精神病發作後就被送入到這裡進行療養，他為了逃避療養院的生活更是不惜自殘割下了耳朵，並在這畫下了著名的《阿爾勒療養院的庭院》。
- 【古羅馬廣場】（外觀，遊覽不少於 30 分鐘），城中的古羅馬廣場上經常有特別的街頭表演，種滿懸鈴木的廣場沿街有很多咖啡館，還可以看到一座西元 2 世紀的神廟遺跡。
- 【卡瑪格濕地】（入內，遊覽不少於 1.5 小時），遊客可以近距離觀賞火烈鳥優雅的身姿、卡瑪格馬獨特的“高抬腿”奔跑動作以及卡瑪格公牛的雄壯威武，感受大自然的神奇和動物的魅力。

含餐：早、X、中式自助餐

參考酒店：Mercure Avignon Gare TGV 或 4 星同級

第 8 天 04/05 阿維尼翁-228km-里昂

- 【里昂老城區】（遊覽不少於 1 小時），里昂的老城區位於索恩河的右岸，富維耶山腳下，古時是漁村，15 世紀時成為世界上較大的絲織品產地之一，17 世紀曾是法國的經濟和文化中心。
- 【富維耶聖母院】（外觀，遊覽不少於 30 分鐘），富維耶聖母院聳立於里昂索恩河西岸的山腰上，遠遠望去，白色的聖母教堂、拜占廷風格的古堡塔樓和雉堞，與直直的裝飾尖頂、金色的聖母瑪麗亞塑像交相輝映。教堂建於 1896 年，原址是羅馬人的一個廣場，在普法戰爭時期，里昂人民為祈求戰爭勝利在此修建了聖母教堂。
- 【里昂小酒館 Bouchon 晚餐】落座百年小館，嘗紅酒燉肉、腦髓白乳酪等家常味，品絲綢工人時代的里昂煙火，暖意滿溢。

含餐：早、X、里昂小酒館 Bouchon 晚餐

參考酒店：Novotel Lyon Gerland Musée des Confluences 或 4 星同級

第 9 天 04/06 里昂

- 【里昂市場】（遊覽不少於 1 小時）是法國里昂市中心一座極具活力和歷史意義的美食市場，被譽為“里昂的胃”，是體驗當地美食文化的核心場所之一。
- 【里昂美術館】（入內，遊覽不少於 1 小時）美術館的館藏豐富而多樣，涵蓋了繪畫、雕塑、古代藝術品以及裝飾藝術等多個領域。館內珍藏著從古埃及、希臘到文藝復興時期的傑作，以及 19 世紀和 20 世紀的現代藝術作品。遊客可以欣賞到德拉克羅瓦、莫內、畢卡索等大師的經典之作，每一件作品都體現了藝術家獨特的視角和創作激情。
- 【里昂人壁畫】，索恩河畔一座七層老樓房的牆面上，畫有一幅面積達 800 平方米的 3D 立體壁畫。壁畫描繪了里昂歷史上著名的 24 位歷史人物，包括宗教人士、科學家、藝術家等等，他們有的分散站在畫中的 9 座露臺上，有的靠在房間打開的窗邊，仿佛看到了他們日常生活的狀態。這就是著名的“里昂人壁畫”。
- 【索恩河】全長約 473 公里，發源於法國東部的孚日山脈，最終在里昂與羅納河匯合，屬於羅納河水系。沿岸除里昂外，還流經尚貝里、馬孔等城市，流域以農業（如葡萄種植）和歷史城鎮為特色，但最知名的段落仍集中在里昂市區。

含餐：早、X、中餐八菜一湯

參考酒店：Novotel Lyon Gerland Musée des Confluences 或 4 星同級

第 10 天 04/07 里昂-TGV-巴黎

搭乘 TGV 列車抵達巴黎，參考里昂/巴黎火車時間：10:04/12:08

- 【埃菲爾鐵塔】（外觀，遊覽時間約 0.5 小時），矗立在塞納河南岸法國巴黎的戰神廣場，它是世界著名建築、法國文化象徵之一、巴黎城市地標之一，被法國人愛稱為“鐵娘子”。
- 【塞納河遊船】（入內，遊覽時間約 0.5 小時），欣賞塞納河兩岸法國著名建築，體驗法國浪漫情懷。
- 【鐵塔夜景西餐晚餐】於塞納河畔，與埃菲爾鐵塔咫尺之遙，絕佳的地理位置讓食客在品嚐美味時，還能將鐵塔的璀璨夜景與塞納河的波光粼粼盡收眼底。（推薦 Le Bistro Parisien）

含餐：早、X、夜景西餐晚餐

參考酒店：Hôtel Forest Hill Meudon Velizy 或 4 星同級

第 11 天 04/08 巴黎

● **【盧浮宮】**（入內，遊覽不少於 1.5 小時），（週二閉館）。盧浮宮始建於 1204 年，這座城堡經歷多次擴建，在法國大革命後改為博物館，與倫敦大英博物館、紐約大都會博物館並稱為世界三大博物館。欣賞琳琅滿目的世界藝術珍寶，以及有“盧浮宮三寶”之稱的“蒙娜麗莎”、“維納斯”雕像和“勝利女神”雕像。

● **【杜樂麗花園】**（遊覽不少於 0.5 小時）。1792 年，杜樂麗花園在國王權力被解除後成為新法蘭西共和國的國家花園。1871 年巴黎公社時期，杜樂麗宮被焚毀，此後未再重建，而杜樂麗花園得以保留並繼續向公眾開放。

● **【凱旋門】**（外觀，遊覽時間約 0.5 小時），巴黎凱旋門是巴黎市的四大代表建築之一（埃菲爾鐵塔、凱旋門、盧浮宮和巴黎聖母院），也是目前香榭麗舍大街上最大的一座圓拱門，是為了紀念拿破崙在 1806 年在奧斯特爾茨戰役中獲勝而建的。巴黎市區 12 條大街都以凱旋門為中心，向四周放射，氣勢磅礴。

● **【香榭麗舍大道】**（遊覽時間約 0.5 小時），香榭麗舍大街是巴黎著名的一條街道，全長 1800 米，最寬處約 120 米，為雙向八車道，東起協和廣場，西至戴高樂廣場，是巴黎美麗浪漫的象徵。

● **【協和廣場】**（遊覽時間約 0.5 小時），協和廣場是法國最著名廣場和最美麗的廣場之一。法國大革命時期，路易十六、瑪麗王后在這裡被處決。廣場歷經數次改名，最後改稱為協和廣場。

● **【法式蝸牛餐】**法國人將食用蝸牛視為時尚與身份的象徵，在重大的節日裡，法式焗蝸牛是備受推崇的盤中餐。據統計，法國一年要消耗三億多隻蝸牛，巴黎經營蝸牛餐館和商店有五百多家。法國人對蝸牛的喜愛從這數量上就可見一斑。

含餐：早、X、**法式蝸牛餐**

參考酒店：Hôtel Forest Hill Meudon Velizy 或 4 星同級

第 12 天 04/09 巴黎

● **【奧賽美術館】**（入內，遊覽不少於 1.5 小時），（週一閉館）主要收藏 1848 年至 1914 年間創作的西方藝術作品，涵蓋繪畫、雕塑、傢俱、手工藝品、建築、攝影等眾多藝術範疇，現有藝術收藏 4000 多件，館藏共有近兩萬件藝術品。

● **【聖心教堂】**（入內，遊覽不少於 1 小時），聖心大教堂位於巴黎北部的蒙馬特高地的至高點，這裡供奉著耶穌的聖心。白色的聖心大教堂風格奇特，既像羅馬式，又像拜占庭式，兼取羅曼建築的表現手法，潔白的大圓頂頗具東方情調。教堂前的廣場視野廣闊，可以登上教堂的大圓頂。如果從艾菲爾鐵塔上看到的是輝煌的巴黎，那麼從蒙馬特高地俯視的則是一個真實的巴黎。

● **【愛之牆】**（遊覽不少於 0.5 小時），巴黎市北蒙馬特高地半山腰有一個街頭小公園，看起來是很普通的公眾休憩場所，而愛牆就坐落在這裡。遠遠望去，它藏在一排綠樹後，有幾分渾然天成的浪漫。而當記者慢慢走近，站在它面前時，瞬間感受到了一種難以名狀的震撼。這面面積約有 40 平方米的愛牆，以深藍色為主基調，由 511 塊長方形小瓷磚貼成，瓷磚上用 311 種語言和手寫的筆跡寫滿了同一句話——我愛你。

● **【小丘廣場】**（遊覽不少於 0.5 小時）位於蒙馬特高地中心，是藝術家村的核心區域。廣場上常年聚集著許多畫家，他們在此現場作畫、展示和出售作品，作品風格各異，題材多為巴黎著名景點，價格從幾十歐元到幾百歐元不等。

● **【中式自助】**滿足您的中國胃，在異國他鄉也能感受家的味道，大家樂聚一堂，觥籌交錯，其樂融融，豐富菜式，內含：海鮮冷盤、海鮮鐵板燒、烤肉、日式壽司、亞洲菜肴、法式甜品等。

● **【紅磨坊】**（可自費，遊覽時間約 1.5 小時），巴黎著名的夜總會歌舞表演，不一樣的香都風情

含餐：早、X、**中式自助餐**

參考酒店：Hôtel Forest Hill Meudon Velizy 或 4 星同級

第 13 天 04/10 巴黎/國內（建議預定航班 AF82 CDG-SFO 16.00pm 起飛）

● **【奧斯曼大道】**（遊覽不少於 3 小時），（自由活動）奧斯曼大道從巴黎第八區延伸至第九區，這裡聚集著眾多的各色店鋪，時常能看到街上行走著揹著各種手袋的東方面孔。您可以在附近百貨商場自由購物，享受買買買的樂趣，或者您可以找家咖啡館，盡情享受慵懶的巴黎時光。

● 前往機場返回國內

含餐：早 X