

# 【清新粉線】北歐三國 | 哥本哈根+斯德哥爾摩+弗洛姆+奧斯陸+哥德堡 7天6晚遊 (2026)

## 行程介紹

### Day 1

哥本哈根 - 汽車 - 延雪平

### 全天

早上起程前往丹麥首府哥本哈根市區觀光遊覽。童話王國丹麥的首都哥本哈根喚起童年回憶；海邊的美人魚雕像是以安徒生童話故事《海的女兒》為藍本，特別是在2010年上海世博後，幾乎成為了人們心中丹麥的標誌。阿美琳堡王室宮殿前的皇家衛兵也是安徒生童話的主角，幸運好的話可以看到換崗時的儀仗表演！市區步行街內的安徒生雕像、市政廳廣場、新碼頭等。午餐後起程朝北方威尼斯-斯德哥爾摩方向進發。

### 【週日】行程安排：

哥本哈根：小美人魚雕像（外觀，15分鐘）→

阿美琳堡宮（外觀，15分鐘）→ 安徒生雕像（外觀，15分鐘）+市政廳廣場（30分鐘）+新港（30分鐘）→ 延雪平或臨近城市

### 上午

#### 小美人魚雕像 The Little Mermaid

小美人魚銅像由下部的大理石基盤和上方的美人魚銅像構成，是一座世界聞名的銅像，是丹麥的象徵。遠望人身魚尾的美人魚，恬靜嫺雅，悠閒自得；走近看到的卻是一個神情憂鬱、冥思苦想的少女。

#### 阿美琳堡宮 Amalienborg Palace

阿美琳堡宮於十八世紀建造，是王室的主要宮殿。王宮位於八角廣場四周，由四座完全一樣的宮殿組成。幸運的話將有機會看到安徒生童話中的頭頂高帽的皇家衛兵。

#### 安徒生雕像 H.C. Andersen Statue

哥本哈根市政廳旁邊，坐著一位穿西裝長袍和戴著高帽的男士塑像，他就是大名鼎鼎、名字與丹麥分不開的童話作家安徒生。這尊約3米高的銅制塑像，左手拿拐杖，右手握著一本書，還以食指隔開書頁，頭部朝左微微抬高，仰望著“夢的工廠”蒂沃裡遊園，臉上有一種“時不我予”的錯愕神情。這尊塑像坐落在人潮熙攘的大街旁，每天都有不少遊客經過他身邊，抬起頭瞻仰大師的面容，或者把手按在他的膝蓋頭拍照留念。

## 哥本哈根市政廳廣場 Copenhagen City Hall Square

市政廳廣場位於丹麥哥本哈根市中心，是哥本哈根最大的廣場之一，面積達9,800平方米，常用來舉辦各類公共活動，也是哥本哈根著名的旅遊景點。廣場全天免費開放，核心建築市政廳由建築師馬丁·紐阿普設計，建於1905年，建築高度105.6米，融合丹麥傳統與意大利文藝復興風格，其鐘樓高110米，內設顯示全球時間的世界鐘。

下午 交通：乘車從哥本哈根前往延雪平

行駛距離：340千米 行駛時間：3小時50分鐘

晚上

酒店：三至四星酒店; 同級

## Day 2 延雪平 - 汽車 - 斯德哥爾摩

全天

早上起程前往斯德哥爾摩。斯德哥爾摩是位於美娜倫大湖內的瑞典首府，新舊城區混合在一起。舊城遺跡甚多，新城市區容貌整潔，公園翠綠茂盛、商店林立，稱為北歐最美化的城市。午餐後開始斯德哥爾摩市區遊覽：高貴華麗的市政廳，它的“藍廳”是每年諾貝爾獎頒獎禮舉行慶祝之地。而最引人注目的是氣派非凡、金碧輝煌的金廳，共享了1,900萬片鍍金馬賽克建造。隨後遊覽舊國會大廈、十七世紀戰船瓦薩號之遺骸、皇宮、大教堂等。

### 【週一】行程安排：

延雪平→斯德哥爾摩→斯德哥爾摩市政廳（外觀，15分鐘）→  
斯德哥爾摩舊國會大廈（外觀，15分鐘）→瓦薩沉船博物館（外觀，15分鐘）→  
斯德哥爾摩王宮（外觀，15分鐘）→斯德哥爾摩大教堂（外觀，15分鐘）

特別贈送：1小時斯德哥爾摩Citywalk，

由當地中文導遊帶領帶您漫步於彩色童話的老城，石板路，湛藍的海灣，隨便一拍就是一張明信片。

**Citywalk**溫馨提示：對體力有一定的要求，建議穿輕鬆舒適的運動鞋和寬鬆的衣服；所有景點均不入內參觀，如受天氣影響或交通管制、罷工等其他不可抗力因素導致此次活動不能正常進行，活動將臨時取消，敬請諒解。

上午 交通：乘車從延雪平前往斯德哥爾摩

行駛距離：**330**千米 行駛時間：**3**小時**50**分鐘

下午

斯德哥爾摩市政廳 **Stockholm City Hall**

斯德哥爾摩市政廳位於市中心梅拉倫湖畔，始建於**1911**年，是斯德哥爾摩的形象和代表，其中藍廳是評定諾貝爾獎後舉行盛大宴會的地方。整個建築外牆呈磚紅色，臨水而建，塔樓巍然矗立，右側高高聳立的鐘樓頂端是代表丹麥、瑞典、挪威三國的金色三王冠。

瓦薩沉船博物館 **Vasa Museum**

瓦薩沉船博物館是瑞典眾多博物館中一座獨具特色的博物館，它是專為展覽一艘從海底打撈上來的瓦薩號沉船而建立的。這裡保存著世界上唯一保存完好的**17**世紀沉船，呈現了瑞典人造船的技術與藝術，尤其船上的木雕功力至今仍令人激賞。

斯德哥爾摩王宮 **Stockholm Palace**

斯德哥爾摩王宮坐落在老城區的斯塔丹島上，是瑞典國王辦公和舉辦慶典的地方。王宮始建於中世紀，最開始是軍事堡壘，**17**世紀末期經過逐步改造、擴建，成為了今日的王宮。王宮臨水而建，建築呈四方形分佈，白色的外牆大氣典雅。在正門前有兩隻石獅，兩名頭戴一尺多高紅纓軍帽、身穿中世紀軍服的衛兵持槍而立。

斯德哥爾摩大教堂 **Stockholm Cathedral**

是瑞典首都斯德哥爾摩老城區最古老的教堂。教堂位於斯德哥爾摩王宮和大廣場之間。於**1306**年奉獻給聖尼古拉斯，但教堂的建造可能始於**13**世紀。教堂的外觀在**18**世紀進行了大規模的改建，呈現出統一的巴洛克風格。教堂在瑞典的宗教改革中扮演關鍵的作用，是第一個使用瑞典語慶祝彌撒的場所。自**1942**年斯德哥爾摩教區成立以來，它一直作為瑞典教會斯德哥爾摩教區主教的所在地。

晚上

酒店：三至四星酒店; 同級

### Day 3

斯德哥爾摩 - 汽車 - 利勒哈默爾

全天

早上起程前往挪威最大湖泊米約薩湖邊的城市利勒哈默爾，人口僅得**23,000**餘人，但卻是**1994**年冬季奧運的主辦場地。沿途欣賞自然風光，於傍晚時分抵達當晚住宿城市（當天無遊覽行程）。

#### 【週二】行程安排：

斯德哥爾摩 → 利勒哈默爾

全天 交通：乘車從斯德哥爾摩前往利勒哈默爾

行駛距離：**620**千米 行駛時間：**7**小時**30**分鐘

晚上

酒店：三至四星酒店; 同級

### Day 4

利勒哈默爾 - 汽車 - 布利克斯達爾冰川 - 汽車 - 松達爾

全天

早上起程前往挪威的布利克斯達爾冰川(Briksdal Glacier)，為歐洲大陸最大的冰川和受保護的國家公園(Jostedal Glacier National Park)。這個冰川巨人佔地**486**平方米，最深處有**400**公尺深，最高處是海拔**1950**公尺。抵步後可自費選擇電動遊覽車代步，沿途欣賞青蔥翠綠的山谷、隨地而開的野花、清澈的小溪、洶湧的河流和傾瀉而下的瀑布，大約半小時車程便到電動遊覽車終點站。下車稍步行約**10**分鐘，即可近距離觀賞高達**346**米的布利克斯達爾冰川。下午啟程往南走，朝居德旺恩方向進發。

#### 【週三】行程安排：

利勒哈默爾 → 布利克斯達爾冰川（外觀，**1**小時，客人可自費搭乘電動遊覽車入內遊覽）→ 松達爾或臨近城市

上午 交通：乘車從利勒哈默爾前往布利克斯達爾冰川

行駛距離：340千米 行駛時間：5小時

下午

布利克斯達爾冰川 Brikisdal Glacier

布利克斯達爾冰川是約斯特達爾冰川國家公園的一部分。這座壯麗的冰川從1200公尺的高處傾瀉而下，直入狹窄而肥沃的布利克斯達爾山谷——這一景象每年都吸引著來自世界各地的遊客。

下午 交通：乘車從布利克斯達爾冰川前往松達爾

行駛距離：200千米 行駛時間：3小時30分鐘

晚上

酒店：三至四星酒店; 同級

Day 5

松達爾 - 汽車 - 弗洛姆

全天

早上起程前往居德旺恩碼頭，搭乘渡輪抵達對岸，之後驅車前往弗洛姆，團友可選擇搭乘世界上最美麗的鐵路線之一，探索弗洛姆鐵路。這個令人興奮的舒展鐵路吸引了來自世界各地旅客，美麗的峽灣、瀑布、山谷盡入眼簾，隨後驅車前往「自費集體活動」

斯泰格斯坦觀景台，觀景台從公路旁伸出去懸在空中，可以在高處欣賞艾於蘭峽灣的美景。艾於蘭峽灣是號稱「峽灣之王」的松恩峽灣中最原始、最壯觀的分支。這裡群峰竟秀、叢林疊翠、飛瀑萬千、雲霧繚繞、山與水及冰雪巧妙地融合，

形成了一幅氣勢磅礴的風景畫(依當日天氣狀況決定是否可作安排)。遊畢返回弗洛姆自行享用午餐，下午團友可自費搭乘觀光船進入松恩峽灣，感受大自然的鬼斧神工。松恩峽灣是世界最長、最深的峽灣，擁有舉世無雙的奇景。在醉人的景色下瞬間在船上渡過了兩小時，遊畢返回飯店晚餐。

【週四】行程安排：

松達爾 →

斯泰格斯坦觀景台+艾於蘭峽灣（40分鐘，需根據當日天氣狀況及路況決定是否可作安排）→

松恩峽灣（外觀，1小時，客人可自費搭乘遊船進入松恩峽灣或在弗洛姆小鎮自由活動）→

弗洛姆或臨近城市

上午 交通：乘車從松達爾前往弗洛姆

行駛距離：150千米 行駛時間：2小時

上午

### 弗洛姆鐵路 The Flam Railway

弗洛姆至米達爾之間全長20公里的弗洛姆鐵路，沿途風光旖旎，自然風光旖旎，歷史文化景觀迷人，更展現了令人嘆為觀止的工程技術。弗洛姆鐵路被認為是世界上最美的鐵路之旅之一，也是挪威的主要旅遊景點之一。這段旅程將帶您領略挪威西部令人嘆為觀止的壯麗景色。每年，這條令人驚嘆的鐵路都吸引著來自世界各地的遊客。2014年，《孤獨星球》將其評為世界上最美的火車之旅。

### 斯泰格斯坦觀景台 Stegstein Viewpoint

斯泰格斯坦觀景台是艾於蘭山路上的一處造型現代的峽灣觀景台，這裡是通往松恩峽灣的必經之路，觀景台從公路旁伸出去懸在空中，可以在高處欣賞到整個艾於蘭峽灣的美景。

### 艾於蘭峽灣 Aurlandsfjorden

艾於蘭峽灣是挪威松恩-

菲尤拉訥郡的一個峽灣，流經艾於蘭、維克和萊達爾等自治區。艾於蘭峽灣長29公里，是挪威最長的峽灣松恩峽灣的一個分支。艾於蘭峽灣深邃而狹窄，最深達海平面以下962米，而寬度通常不足2公里。在灣口以南大約11公里，有一個分支納柔依峽灣向西延伸。弗洛姆村位於艾於蘭峽灣的最深處。峽灣裡除了少數小型山谷以外，大部分兩邊都是高達1800公尺的陡峭山峰。艾於蘭峽灣的大部分被列入世界遺產計畫「挪威西部峽灣」的納柔依峽灣部分。

### 松恩峽灣 Sognefjorden

松恩峽灣是世界上第二長、挪威第一長的峽灣，這裡氣勢宏偉，景色優美。總長度達205公里。松恩峽灣有許多分支，最深入內陸的分支是魯斯卓峽灣，而南方的分支－納柔伊峽灣與峽灣區北邊的蓋倫格峽灣共同被列為UNESCO西挪威峽灣世界遺產。

晚上

酒店：三至四星酒店; 同級



全天

早上起程前往挪威的首都奧斯陸，參觀為紀念建城900週年而建的市政大樓。每年12月10日（諾貝爾逝世紀日），諾貝爾和平獎便是在這座市政大樓頒獎，與其他在瑞典斯德哥爾摩頒發的四個獎項不同，諾貝爾和平獎頒獎典禮是在挪威首都奧斯陸舉行，由挪威諾貝爾委員會主席頒獎、挪威國王監禮；隨後繼續參觀名聞遐邇的霍拿雕刻公園，欣賞雕刻家偉蘭的驚世傑作：其作品多以描繪人生百態。

#### 【週五】行程安排：

弗洛姆→奧斯陸→奧斯陸市政廳（外觀，30分鐘）→維格蘭雕塑公園（40分鐘）

上午 交通：乘車從弗洛姆前往奧斯陸

行駛距離：315千米 行駛時間：4小時40分鐘

下午

#### 奧斯陸市政廳 Oslo City Hall

奧斯陸市政廳是挪威首都奧斯陸的市議會、市政府的辦公地點，也是藝術工作室和畫廊。奧斯陸市政廳於1931年開始施工，但因二戰爆發而暫停施工。奧斯陸市政廳是諾貝爾和平獎的頒獎典禮舉辦地，也是奧斯陸最著名建築之一。在2005年，奧斯陸市政廳被選為奧斯陸的世紀建築。

#### 維格蘭雕塑公園 Vigeland Park

維格蘭雕塑公園是以挪威著名雕塑大師古斯塔夫•維格蘭的名字命名的。公園有192座雕塑，總計有650個人物雕像，是世界上最大的雕塑主題公園。這些由銅、鐵和花崗石製成的雕像，是維格蘭20多年心血的結晶。從呱呱墜地的嬰兒到天真爛漫、情竇初開的少年，到枯索無味的中年，再到熬度暮年的老人。在這裡你也仿佛看到自己的人生縮影。

晚上

酒店：三至四星酒店; 同級

Day 7

奧斯陸 - 汽車 - 哥德堡 - 汽車 - 哥本哈根

全天

早上起程向南前往瑞典較大的港口哥德堡。哥德堡港口終年不凍，是瑞典和西歐通商的主要港口，

與丹麥北端相望。哥德堡內著名景點：海神波賽東雕像、哥德堡漁市、大教堂等名勝之地區，每年吸引數十萬位國內外觀光旅客。傍晚朝哥本哈根方向進發。

【週六】行程安排：

奧斯陸→哥德堡→海神波賽東雕像（外觀，15分鐘）→哥德堡漁市（30分鐘）→大教堂（外觀，15分鐘）→哥本哈根

上午 交通：乘車從奧斯陸前往哥德堡

行駛距離：300千米 行駛時間：3小時30分鐘

下午 交通：乘車從哥德堡前往哥本哈根

行駛距離：320千米 行駛時間：3小時50分鐘