



# 不超過 6 人拼小團 | 蘇黎世往返 瑞士湖光山色之旅：經典環湖 5 日遊

## 行程介紹

Day 1 蘇黎世 - 汽車 - 盧塞恩 - 汽車 - 龍疆 - 汽車 - 伊瑟爾特瓦爾德 - 汽車 - 伯爾尼

### 全天

當天從蘇黎世出發，前往風光秀麗的盧塞恩，感受湖光山色與老城交融的絕美景致。之後前往童話小鎮龍疆，遊覽龍疆湖及小鎮風光，之後前往因韓劇《愛的迫降》而火遍亞洲的伊瑟爾特瓦爾德，漫步湖畔小鎮，領略瑞士阿爾卑斯山區寧靜純淨的自然風光。結束山水漫遊後前往瑞士首都——伯爾尼，盡享瑞士經典的自然與人文景致。

### 【週二】行程安排：

蘇黎世 → 盧塞恩（1.5 小時）→ 龍疆（60 分鐘）→ 伊瑟爾特瓦爾德（60 分鐘）→ 伯爾尼（1 小時）

上午 交通：從蘇黎世乘車前往盧塞恩

行駛距離：35 英裏 行駛時間：40 分鐘

上午

### 琉森 Lucerne

位於瑞士中部，號稱瑞士最美麗、最理想的旅遊城市，也是最受瑞士人喜愛的度假地點。琉森為歷史文化名城，藝術家們在此得到了不盡的靈感。聽聽獅子紀念碑講述瑞士人忠貞堅毅的那段歷史，以及卡貝爾廊橋和八角型水塔等景點。

上午 交通：從盧塞恩乘車前往龍疆

行駛距離：25 英裏 行駛時間：40 分鐘

上午

### 龍疆小鎮 Lungern

龍疆小鎮是瑞士著名的黃金快線——琉森到因特拉肯段的必經之地。這裡有雪山下的湖光山色，還有一抹獨屬於龍疆的綠色，仿佛上帝親手雕琢的調色板，美到失真。

上午 交通：從龍疆乘車前往伊瑟爾特瓦爾德

行駛距離：20 英裏 行駛時間：30 分鐘

下午

### 伊瑟爾特瓦爾德 Iseltwald

伊瑟爾特瓦爾德是一個小鎮，和因特拉肯分佈在布裡恩茨湖的兩端，被稱為“瑞士最美村莊”，非常適合徒步觀光。小鎮倚山傍水而建，是欣賞湖景的好地方，也被稱作“河畔天然珍珠”。伊瑟爾特瓦爾德寬寬的河面上河水清澈見底，就像一面澄碧如鏡的大鏡子，能映出遠處翠綠的山，碧藍的水，映出小鎮周圍水墨畫般朦朧的一切。

下午 交通：從伊瑟爾特瓦爾德乘車前往伯爾尼

行駛距離：45 英裏 行駛時間：1 小時

下午

伯爾尼 Bern

伯爾尼是個保存得十分完好的中世紀小城，古樸有趣的鐘樓、每走三五步即可見的噴泉、鋪滿鵝卵石街面、紅瓦屋頂的傳統建築，交織成一處美輪美奐的景緻。

晚上

酒店：Best Western Plus Hotel Bern; Swissôtel Kursaal Bern; Hotel Krone; Hotel Ambassador; Hotel & Restaurant STERNEN MURI bei Bern; harry's home Bern-Expo; 同級

Day 2 伯爾尼 - 汽車 - 少女峰地區 - 汽車 - 格林德瓦 - 汽車 - 因特拉肯 - 汽車 - 伯爾尼

---

全天

【週三】行程安排：

伯爾尼→少女峰（需自費上下山纜車票/火車票，4 小時）或菲斯特山（需自費上下山纜車票，3 小時）→格林德瓦（60 分鐘）→因特拉肯（自由活動，1 小時）→伯爾尼

溫馨提示：

1. 在今日行程中，為帶給您更加豐富多元的遊玩體驗，請您在少女峰/菲斯特山景點中，選擇其一進行遊玩。
2. 少女峰纜車票可現場購票，但旺季人多為避免現場排隊，建議自行提前登入官方網站購票。官方購票網址：<https://top-of-travel.jungfrau.ch/en/booking/joch/1/date>，建議選擇於 09:46 從 Grindelwald Terminal 搭乘火車，抵達 Eigergletscher 後換乘火車抵達斯芬克斯觀景台，13:17 火車下山，回到 Grindelwald Terminal。

3. 菲斯特山官方購票網站 <https://top-of-travel.jungfrau.ch/en/booking/first/1/date>

上午 交通：從伯爾尼乘車前往少女峰地區

行駛距離：50 英裏 行駛時間：1 小時 20 分鐘

上午

少女峰 Jungfrau

少女峰位於因特拉肯以南二三十公里處，海拔 4158 米，是阿爾卑斯山脈的較高的山峰之一。山頂常年被冰雪覆蓋，而山下卻綠草茵茵、風景秀麗，是瑞士有名的觀光勝地。少女峰地區已於 2001 年被列為世界自然遺產。搭乘齒輪火車抵達海拔 3454 米的火車站—被稱為“歐洲之巔”的少女峰火車站。

或者

## 菲斯特山 First

海拔 2168 公尺的菲斯特山峰，位於格林德瓦，這裡是主要的滑雪場所，也是瑞士著名的徒步天堂，即便冬日，也有很有遊人選擇徒步攀山位於菲斯特山頂站的全新山頂步道。山頂的瞭望台是最佳俯瞰格林瓦爾德的地方——那些壯美的山峰，韋特峰、施雷克峰、菲舍峰在你的眼前次第展開。菲斯特山也以「好玩」聞名，吸引無數遊客前來體驗登山活動的樂趣。

下午 交通：從少女峰地區乘車前往格林德瓦

行駛距離：20 英裏 行駛時間：40 分鐘

下午

## 格林德瓦 Grindelwald

因為風景異常美麗，格林德瓦被稱為世界最美小鎮之一。這裡有草原，有森林，有高山，還有田園風光真的是個絕美的旅遊目的地。格林德瓦四面環山，整個小鎮被阿爾卑斯山包圍。

下午 交通：從格林德瓦乘車前往因特拉肯

行駛距離：15 英裏 行駛時間：30 分鐘

下午

## 因特拉肯小鎮 Interlaken

小鎮位於阿爾卑斯山脈圖恩湖及布裡恩湖之間，整年氣候溫和，湖光山色，環境優美，也是瑞士人心目中的避暑山莊。荷黑威格繁華商業街是因特拉肯主要的街道，您可以在此自由活動期間體驗當地的風土人情。

下午 交通：從因特拉肯乘車前往伯爾尼

行駛距離：40 英裏 行駛時間：50 分鐘

晚上

酒店：Best Western Plus Hotel Bern; Swissôtel Kursaal Bern; Hotel Krone; Hotel Ambassador; Hotel & Restaurant STERNEN MURI bei Bern; harry's home Bern-Expo; 同級

Day 3 伯爾尼 - 汽車 - 采爾馬特 - 汽車 - 蒙特勒

---

全天

上午從伯爾尼出發乘車前往采爾馬特，采爾馬特是無汽車污染的山間旅遊勝地，僅允許電瓶車和火車接駁，是世界頂級滑雪勝地和擁有成熟線路的登山徒步聖地。身處其中，能看到山中之王馬特洪峰的倩影，瑞士引以為驕傲的象徵，以其一柱擎天之姿，直指天際，其特殊的三角錐造型，更成為阿爾卑斯山的代表，每當朝暉夕映，長年積雪的山體折射出金屬般的光芒，攝魄人心。遊玩結束後乘車前往蒙特勒。

【週四】行程安排：

伯爾尼→塔什→采爾馬特（包含塔什往返采爾馬特火車票，3.5 小時）→馬特洪峰（可自費搭乘景觀火車前往馬特洪峰觀景台）→塔什→蒙特勒

溫馨提示：

1. 出於當地對環境保護要求，采爾馬特任何車輛不可駛入，到達塔什後需搭乘火車前往采爾馬特。

上午 交通：從伯爾尼乘車前往塔什

行駛距離：85 英裏 行駛時間：2 小時 10 分鐘

上午 交通：從塔什乘火車前往采爾馬特

行駛時間：30 分鐘

上午

采爾馬特 Zermatt

位於阿爾卑斯山的群峰之中，有「冰河之城」美稱，是世界著名的無汽車污染的山間旅遊勝地。環境幽雅、空氣清新，可以欣賞到宏偉壯麗的山峰和冰川景色。

馬特洪峰 Matterhorn

馬特洪峰位於瑞士與義大利之間的邊境，連接著瑞士小鎮采爾馬特(Zermatt)和義大利小鎮，是阿爾卑斯山區最為著名的山峰。它有 4 條頗具特色的山脊以及賦予它金字塔形狀的 4 個面。它巍然屹立，並且附近沒有別的山峰，因此它的美麗更引人注目。

下午 交通：從采爾馬特乘火車前往塔什

行駛時間：30 分鐘

午 交通：從塔什乘車前往蒙特勒

行駛距離：90 英裏 行駛時間：2 小時

晚上

酒店：Hotel Mona; Hotel Eden Palace au Lac; Golf Hotel René Capt; Continental Hotel Lausanne ; Agora Swiss Night by Fassbind; Hôtel de la Paix Lausanne; Modern Times Hotel, Vevey, A Tribute Portfolio Hotel; Hotel Lavaux

Day 4

蒙特勒 - 汽車 - 日內瓦 - 汽車 - 莫爾日 - 汽車 - 蒙特勒

---

全天

當天從蒙特勒出發前往日內瓦，漫步日內瓦老城感受歷史氛圍，暢遊日內瓦湖區，依次參觀花鐘與大噴泉等地標，盡覽國際都市的湖光風采。隨後前往莫爾日，如同日內瓦湖畔的明珠。鬱鬱蔥蔥的牧場，傳統的小木屋，雄偉的山峰和壯麗的河流組成了一幅優美的人間勝景。再返回蒙特勒，最後參觀含門票的西庸城堡，領略這座湖畔古堡的獨特建築與歷史底蘊，盡享瑞士湖畔風光

【週五】行程安排：

蒙特勒 → 日內瓦（1.5 小時）→ 日內瓦老城 → 日內瓦湖區 → 日內瓦花鐘 → 日內瓦大噴泉 → 聯合國萬國宮（外觀）→ 莫爾日（1 小時）→ 蒙特勒（1 小時）→ 西庸城堡（包含門票）

上午 交通：從蒙特勒乘車前往日內瓦

行駛距離：60 英裏 行駛時間：1 小時 20 分鐘

上午

### 日內瓦湖 Lake Geneva

日內瓦湖周圍的湖濱小徑讓您可以近距離觀賞歷史悠久的莊園和擁有美麗庭院和花園的迷人住宅。漫步湖岸，您會陶醉於清澈湛藍的湖水以及在清澈水面上滑行的帆船、遊覽船甚至是古董船隻的寧靜。秋季時，日內瓦湖周圍的樹木色彩斑斕，湖面上倒映著紅、橙、黃等色彩，非常迷人。

### 日內瓦花鐘 Flower Clock

花鐘坐落在日內瓦湖畔、英國花園的西邊。鮮花與鐘錶的結合使得它彰顯出了日內瓦“鐘錶之都”的美名，也因此成為了日內瓦的一個象徵。花鐘直徑 5 米，鐘錶的機械結構是設置於地下的，地面上的鐘面和代表 12 小時的阿拉伯數字則由鮮嫩翠綠的芳草或者鮮花覆蓋，並隨著季節變化新的圖案。

上午 交通：從日內瓦乘車前往莫爾日

行駛距離：40 英裏 行駛時間：1 小時

下午

### 莫爾日 Morges

是一座美麗的湖畔城鎮，被譽為日內瓦湖的明珠。奧黛麗赫本曾在鎮西邊的 Tolochenaz 小村度過人生最後的時光，從此莫爾日小鎮便聞名於世。

下午 交通：從莫爾日乘車前往蒙特勒

行駛距離：30 英裏 行駛時間：50 分鐘

下午

### 蒙特勒小鎮 Montreux

蒙特勒依山傍湖，位於日內瓦湖的東岸，是一個田園詩般的小城鎮，被稱為“瑞士的裡維艾拉”，被很多人評為最愛的瑞士城市。城中散佈著教堂和星星點點的民宅，山坡上漫山遍野都種植著用來釀造香醇美酒的葡萄，古樸的風情也令許多歐洲皇家及顯達人士將這裡做為度假勝地。

### 西庸城堡 Chillon Castle

西庸城堡位於阿爾卑斯山腳下充滿魅力的日內瓦湖湖畔，是瑞士具有代表性的古堡。西庸城堡的基石建在湖底，給人一種漂浮在湖面上的感覺，但城堡異常堅固，中世紀的灰白色磚牆配上紅色圓錐頂，與周圍依山傍水的景致融為一體，美麗如畫。這座承載了千年歷史的古堡也給了文人墨客無限靈感，盧梭、雨果，拜倫、大仲馬等都曾在此留下足跡，拜倫揮筆下的《西庸的囚徒》更是讓這座城堡聲名遠揚。

晚上

酒店：Hotel Mona; Hotel Eden Palace au Lac; Golf Hotel René Capt; Continental Hotel Lausanne ; Agora Swiss Night by Fassbind; Hôtel de la Paix Lausanne; Modern Times Hotel, Vevey, A Tribute Portfolio Hotel; Hotel Lavaux

---

全天

如果你來瑞士，一定要體驗黃金列車！這是一條被稱為「世界最美觀景火車」的線路，全程穿越阿爾卑斯山脈，途經琉森、因特拉肯、蒙特勒等絕美景點，車窗外就是電影級風景！我們將搭乘蒙特勒至施皮茨段，坐在車裡彷彿坐進了一幅流動的瑞士風景畫。抵達施皮茨後漫步小鎮，感受寧靜的湖山景致，隨後前往勞特布倫嫩，近距離欣賞壯觀的施陶巴赫瀑布，沉浸在自然瀑布與山間峽谷的壯麗氛圍中。最後前往蘇黎世，結束本次行程。

## 【週六】行程安排：

蒙特勒 → 黃金列車（包含蒙特勒 - 施皮茨單程二等座車票，2 小時）→ 施皮茨（1.5 小時）→ 勞特布倫嫩（1 小時）→ 施陶巴赫瀑布 → 蘇黎世

上午 交通：從蒙特勒乘坐黃金列車前往施皮茨

行駛時間：2 小時

上午

## 施皮茨 spiez

施皮茨小鎮位於圖恩湖南岸的一水灣邊上，這裡被雪山環繞，空氣清新。這裡碧水如鏡，雪峰環抱，空氣清新，尼德宏峰山脈一直延伸到伯恩阿爾卑斯山脈，構成一幅壯麗的全景圖。

下午 交通：從施皮茨乘車前往勞特布倫嫩

行駛距離：20 英裏 行駛時間：30 分鐘

下午

## 勞特布倫嫩 Lauterbrunnen

位於因特拉肯以南的一個小鎮，這裡有多達 70 多個瀑布和小河從山崖上流下來，而小鎮的德語名字正意為“很多的泉水”，可謂是名副其實的瀑布鎮。群山環繞的世外桃源勞特布倫嫩是一個與世隔絕、寧靜樸實的地方，沒有太多人工的污染及商業化建築，在這兒靜賞山水之美，實為人生的一大享受。

## 施陶巴赫瀑布 Staubbach Falls

是勞特布倫嫩小鎮的標誌性景觀，水源主要來自山谷上方融化的冰雪。其名稱的德語直譯意為「塵埃流」，來源於水流撞擊岩石或被風吹動而產生的大量細小霧狀水滴。施陶巴赫瀑布是瑞士最高的自由下落式瀑布，連詩人歌德和伍德·沃斯也曾寫詩讚美它。一股清泉從出水口伸出峭壁外，直線懸空跌落達數百米，令人印象深刻。

下午 交通：從勞特布倫嫩乘車前往蘇黎世

行駛距離：80 英裏 行駛時間：2 小時