

北冰五国

北欧四国+四峡湾+冰岛南北全景+塔林19天

冰岛6天5晚

挪威8天7晚

爱沙尼亚

芬兰

丹麦

瑞典

TOURISM IN THE NORDIC FIVE COUNTRIES

Journey



ITINERARY

行程路线

全程4飞不走回头路

全程35座以上豪华旅游巴车



甄选酒店

全程网评四星级酒店或同级

冰岛/峡湾特色酒店 · 波罗的海豪华游轮2人舱



SELECTED HOTELS

EXCLUSIVE ARRANGEMENT

独家安排

ICELAND

冰岛6天5晚

西部地区+南部地区：黄金圈+斯奈山半岛
精华景点一网打尽



杰古沙龙冰河湖 · 含水陆两栖船



出海观鲸



蓝湖地热温泉



DC3飞机残骸 · 含摆渡车





海德利桑德红房子



BUDIR黑教堂



斯奈山半岛



草帽山



羽毛峡谷



维克小镇红教堂



黄金圈KERID火山口



哈尔格林姆大教堂
(含登顶)



塞利亚兰瀑布



斯科加瀑布



黄金圈瀑布

NORWAY

挪威深度8天7晚

4大峡湾+2大绝美公路+卑尔根+奥斯陆+斯塔万格

4大峡湾



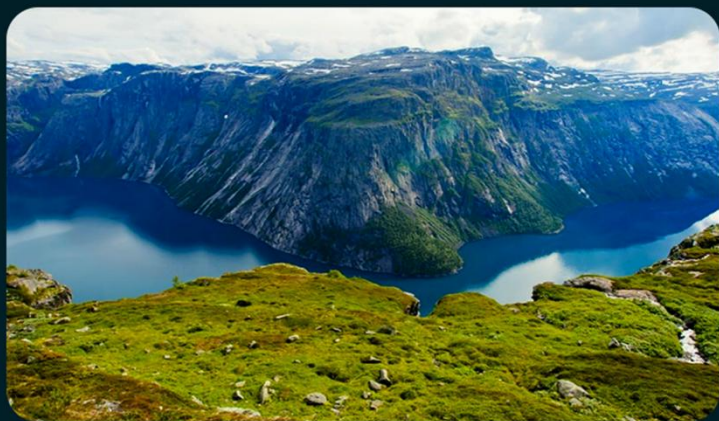
盖朗厄尔峡湾游船

船行世界遗产峡湾，近观七姐妹飞瀑
绝壁雪山倒映碧水间



松恩峡湾小火车

全球最深最长峡湾
列车穿梭幽谷，一路山海如画



哈当厄尔峡湾

田园女王峡湾，沿岸花果遍野
平湖缓山满是温柔北欧诗意



吕瑟峡湾布道石

604米巨型石台凌空伸出
俯瞰幽深蓝湾，壮阔惊心动魄

2大绝美公路



老鹰之路

十二道悬崖发卡弯
登高俯瞰盖朗厄尔全峡湾全景



精灵之路

山妖天梯十一连急弯
飞瀑伴盘山险道，云雾漫山谷仙境



弗里达斯悬崖观景台

摄影打卡地 · 盖朗厄尔峡湾的绝佳观景点 · 河流峡湾中的游轮以及村庄尽收眼底

卑尔根

挪威第二大城市 · 峡湾门户



佛洛伊恩山（含缆车）

俯瞰城市全景及周边峡湾

斯塔万格

挪威第4大城市 · 西海岸的商场和渔港 · 为挪威古城之一



更多北欧极致体验

爱沙尼亚

塔林老城

波罗的海中世纪老城，世界遗产



瑞典

斯德哥尔摩市政厅（入内）

斯德哥尔摩地铁（入内）



芬兰

岩石教堂（入内）

赫尔辛基大教堂



敬请留意：以下每日行程描述均为预估安排，具体以领队及相关服务机构的实际安排为准。

1	全国各地 ➔ 北京		
	参考航班：国航航班 待定		
	住宿：中转酒店		
	9.16 星期三	早餐：无	午餐：无 晚餐：无

团员前往机场办理出行手续。搭乘中国国际航空公司航班直飞北京。抵达后联系中转酒店接送并且休息。

2	北京 ➔ 斯德哥尔摩【飞行约 9.5H，时差-6H】		
	参考航班：CA911 K TH17SEP PEKARN HK26 1355 1720		
	住宿：网评四星酒店或同级		
	9.17 星期四	早餐：无	午餐：无 晚餐：无

全体团员于北京首都机场三号航站楼 6 号门内“中国海关”处集合，领队将带领办理登机、出关手续。搭乘中国国际航空公司航班直飞瑞典首都--斯德哥尔摩。抵达后入住酒店休息。

3	斯德哥尔摩 ➔ 塔林【游轮时间约 17.5H】		
	参考时刻： 17:30-11:00+1		
	住宿：豪华游轮二人内舱		
	9.18 星期五	早餐：酒店早餐	午餐：瑞典肉丸餐 晚餐：游轮自助晚餐

早餐后游览斯德哥尔摩，她濒临波罗的海，梅拉伦湖入海处，始建于 1436 年，是瑞典第一大城市，也是瑞典国家政府、国会以及皇室的官方宫殿所在地，共有 100 多座博物馆、众多大学，是工业发达的高科技城市，也是瑞典的金融中心。市区分布在十几座岛屿由 70 余座桥梁相连，因此享有“北方威尼斯”的美誉。

- 07:30-08:30 酒店早餐
- 09:00-15:30 斯德哥尔摩全天游览
- 12:00-13:00 午餐:瑞典肉丸餐
- 16:30 送往码头
- 18:30 晚餐游轮上

■ **斯德哥尔摩市政厅【入内+专业讲解，游览时间不低于 1 小时】** 始建于 1911 年，历时 12 年完成，北欧的标志性建筑。800 万块红砖砌成的外墙，在高低错落、虚实相谐中保持着北欧传统古典建筑的诗情画意，犹如一艘航行中的大船，宏伟壮丽。市政厅的右侧是一座高 106 米，带有 3 个镀金皇冠的尖塔，代表瑞典、丹麦、挪威三国人民的合作无间。市政厅内有巨大的宴会厅--“蓝厅”，每年 12 月 10 日诺贝尔奖颁发后，瑞典国王和王后会在宴会厅为诺贝尔奖奖金获得者举行隆重盛大的宴会。

■ **斯德哥尔摩地铁【入内游览，游览时间不低于 30 分钟】** 始建于 1950 年，以其艺术装饰闻名，号称世界上最长的艺术长廊，在一百多个地铁站内每座站台、墙壁及大厅的风格设计都无一相同，各有特色，人们能欣赏到不同艺术家的作品，被称之为流动的视觉盛宴，它是斯德哥尔摩旅行必不可少的体验！

■ **峡湾街观景台【游览时间不低于 15 分钟】** 位于悬崖街道边上的天然观景台，可以将老城、市政厅和梅拉伦湖尽收眼底。有栏杆和座椅方便休息观景，也是免费全天开放的。

■ **斯塔万根大街【网红景点，游览时间不低于 20 分钟】** 当地人称之为“海滨大道”有名的富人区，岸边的高级建筑的独特设计，远观贵气雄伟，细看精美的雕刻繁复而优雅，每一幢建筑都在书写它自己的传奇与历史，让人流连忘返，诺贝尔得奖者酒店、皇宫酒店坐落于此，1897 年斯德的世界博览会也在此举行。

■ **斯德哥尔摩老城区+ 斯德哥尔摩皇宫【外观】+斯德哥尔摩大教堂【外观】【游览时间不低于 1 小时】** 始建于 13 世纪，已有 700 多年历史，城内建筑深受北日耳曼式风格影响。漫步老城街道，空气中氤氲着咖啡的香气，北欧风格的餐厅、特色手工艺品店，中世纪的教堂、悠长的鹅卵石小巷，让时间停留。**瑞典王宫、斯德哥尔摩大教堂和诺贝尔博物馆**也聚集于此。 **斯德哥尔摩皇宫**旧城“城市岛”的这座巴洛克风格的建筑，是世界上仍在使用的最大的皇家宫殿，拥有房间 609 间，珍藏着各种金银珠宝、精美的器皿，绝世的壁画和浮雕，最著名的莫过于皇宫大厅的克里斯蒂娜女王白银王座。如今，这里是瑞典国王办公和举行庆典的地方，同时也是斯德哥尔摩的主要旅游景点。正式名称：圣尼古拉教堂，是斯德老城最古老的教堂，也是瑞典砖砌哥特式建筑的重要例证，内展有历代皇家骑士的徽章，还有北欧最大的木雕--圣乔治屠龙的木雕，1489 年雕刻家以华丽、细腻的雕刻技法显示出了木雕艺术的极致，这座雕像把瑞典军队比喻为骑士乔治，狠狠地教训了象征着恶龙的丹麦。

■ **瑞典特色肉丸餐【北欧味道】**既是瑞典的传统美食也是瑞典的国菜，不仅承载着瑞典人的文化记忆和情感寄托，也展示了瑞典饮食文化的独特魅力。随着全球化的进程加速，瑞典肉丸与越橘酱也逐渐走出了北欧地区，成为国际美食舞台上的一颗璀璨明珠。

4	塔林-赫尔辛基【轮渡单程约 2 小时左右】		
	参考轮渡时间：16:30 登船—18:30 抵达（塔林--赫尔辛基，坐席）		
	住宿：网评四星酒店或同级		
	早餐：邮轮早餐	午餐：猪肘餐	晚餐：中式八菜一汤
9.19 星期六			

游轮早餐后抵达爱沙尼亚首都--塔林，她被誉为“欧洲的十字路口”，从 13 世纪的条顿骑士团到后来的汉萨同盟持续的经营建造，使她有着封建堡垒的独特典范，如今她是北欧保存最完好的中世纪城市之一，1997 年塔林老城被列入《世界遗产名录》。同时，她经济、科技发达，有“波罗的海硅谷”之称。晚餐后送入酒店休息。

07:30-08:30 邮轮早餐

11:00 抵达塔林

11:30-12:30 午餐猪肘餐

13:00-15:30 塔林游览

16:00 前往码头

16:30-18:30 搭乘轮渡前往赫尔辛基

19:00-20:00 晚餐：中式八菜一汤

20:00 赫尔辛基入住酒店

■ **亚历山大·涅夫斯基主教座堂**是塔林最大，也是波罗的海地区最大的东正教教堂，建于 1894 年到 1900 年间，当时塔林还处于俄罗斯帝国的统治之下。该教堂是为纪念俄罗斯的亚历山大·涅夫斯基，他 1547 年被东正教追封为圣徒，1942 被斯大林宣布为民族英雄，2008 年他获“最伟大的俄罗斯人”称号。

这座宏伟的五圆顶三圣坛建筑，可容纳 1500 名教民，可举行塔林最强有力的钟声合奏，共有 11 座钟，最大的一座钟 15 吨重。在教堂活动开始之前可以听到整组钟奏出的和声。

■ **托姆比亚城堡** 建于 13---14 世纪，是当地权威的象征，在历史上曾多次易手，每当来自四面八方的占领者，在征服塔林后，都把这座城堡作为权利的象征，并将其旗帜高高升起。

■ **塔林老城【世界遗产】**13 世纪条顿骑士团在这建造城堡，后发展为汉萨同盟的主要中心，此后虽屡遭战火，但许多建筑完好保留，城中仍有许多中世纪教堂、完好的欧洲中世纪城堡，1997 年被列入《世界遗产名录》。

■ **塔林市政厅【外观】**建于 14 世纪早期，是北欧地区唯一的哥德式市政厅，也是整个波罗的海国家最古老的市政厅，楼顶屹立着塔林的象征——守护者托马斯，爬上顶楼，可以俯瞰全城。每年 6 月老城节日（Old Town Days），会持续 4 天，会在此举办音乐会、舞蹈和中世纪主题的狂欢活动。

5	赫尔辛基 ➔ 雷克雅未克		
	参考航班: AY 993 20SEP HELKEF 1550 1630		
	住宿：网评四星酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：中式八菜一汤	晚餐：中式八菜一汤

9.20
星期日

早餐后，游览赫尔辛基市区，随后乘飞机前往冰岛首都雷克雅未克，晚餐后入住酒店休息。

07:00-08:30 酒店早餐

9:00-11:30 游览赫尔辛基市区景点

12:00-12:30 午餐八菜一汤

13:00 前往赫尔辛基机场

15:50-16:30 搭乘航班抵达冰岛首都雷克雅未克

17:30-18:30 游览雷克雅未克市区景点

18:30-19:30 晚餐八菜一汤

■ **乌斯彭斯基大教堂【外观，游览时间不低于 15 分钟】**始建于 1868 年，历时 6 年完工，有“红教堂”之称，是斯堪的纳维亚半岛最大的东正教教堂，13 座显眼的金绿相间圆顶和红砖外墙给人强烈的视觉冲击，是俄罗斯风情渗入芬兰历史的见证，内部装饰是在意大利艺术影响下的东正教拜占庭风格，金碧辉煌又略带粗犷。

■ **赫尔辛基大教堂【外观，游览时间不低于 15 分钟】**矗立于参议院广场中心，教堂所在的高地高出海平面 80 多米，一眼望去，希腊廊柱支撑的乳白色教堂主体和淡绿色青铜圆顶的钟楼十分醒目，宏伟的气势和精美的结构使其成为芬兰建筑史上的经典，也成为赫尔辛基市的地标性建筑。

■ **赫尔辛基大学【外观，游览时间不低于 15 分钟】**是芬兰第一所大学及最高学府，其悠久的历史，丰富的藏书，尖端的设备，齐备的专业以及杰出的成就闻名欧洲。全球广泛使用的 Linux 操作系统于 1991 年 10 月 5 日诞生于此。

■ **赫尔辛基之眼【外观，游览时间不低于 15 分钟】**这个直径为 40 米的摩天轮，以蓝色和白色的外观与周围天空、大海完美融合，成为赫尔辛基的地标建筑和拍照打卡的热门景点，共设有 30 个观景吊舱，将赫尔辛基周围的美景一览无余。

■ **南码头露天市场【游览时间不低于 30 分钟】**每天清晨，商贩云集、小摊林立，出售新鲜瓜果蔬菜、鱼肉及鲜花，还有芬兰刀、挂毯、陶瓷、泥塑和装饰等各种传统工艺品和旅游纪念品，这个色彩斑斓、充满生机的露天自由市场已然是赫尔辛基人气最旺的地方，深受当地居民青睐，也是外国游客会有意外收获的好地方

■ **岩石教堂【网红景点，入内，游览时间不低于 30 分钟】**位于赫尔辛基市中心坦佩利岩石广场，是世界上唯一一座建在岩石中的教堂。1969 年打破了传统教堂建筑理念，在掏空的岩体上设计建造，入口走廊为隧道状，顶部的玻璃屋顶以铜网架支撑，直径 24 米，外部墙壁以铜片镶饰，内壁则完全保持了天然的花岗岩原始的岩石风味、石壁纹理，教堂顶部是一个直径达 24 米的淡蓝色铜制圆形拱顶，仿佛是岩石中破壳而出

的飞碟，充满了科幻与神秘的气息。

■ **颂歌图书馆【网红景点，入内，如遇活动则外观【游览时间不低于 30 分钟】** 全世界造价最昂贵的图书馆之一，项目花费 10 年，耗资 9800 万欧元，如同一艘巨大的邮轮，以玻璃钢铁为骨架，表面覆以大面积的芬兰云杉，所用木材排列起来有 160 公里长。这是一座文学之屋，也是一座技术之屋、音乐之屋和电影之屋。

■ **阿莫斯瑞克斯美术馆【网红景点，外观，【游览时间不低于 30 分钟】** 设计极具创新性，深挖地下 6 米，掏空 13000 立方米的地下岩石，通过 5 个穹顶窗户与地面连接，不仅为美术馆带来独特的自然采光，还构成一道高低起伏的风景区，让人联想起科幻片中的外星球住宅。

■ **哈尔格林姆斯教堂【入内登顶，遇活动需外观,游览时间不低于 15 分钟】** 位于雷克雅未克市中心的山丘上，以文学家哈尔格林姆斯名字命名，该教堂建于 1930 年，靠教会筹集和信徒捐助，历经半个多世纪才完工。其设计新颖，为管风琴结构，主塔高 72 米，可乘坐电梯上顶楼俯瞰首都全貌。教堂前雕像是冰岛独立之父西格松。

■ **彩虹大街光谱【游览时间不低于 30 分钟】** 位于雷克雅未克市中心的彩虹街（Rainbow Street），也就是 Skólavörðustígur 街，是城市中一道多彩且充满活力的风景。这条通往雄伟的哈尔格林姆斯教堂的标志性街道，最初以彩虹色装饰是为了庆祝雷克雅未克骄傲节，如今已成为这座世界上最北部首都多样性、包容和浪漫的象征。

■ **托宁湖生态圈【游览时间不低于 30 分钟】** 紧邻雷克雅未克市政厅，因为地热的缘故、冬天湖面不冻，很多鸭子、海鸥、天鹅等野生动物会在此过冬。

■ **哈帕音乐厅【网红景点，游览外观，游览时间不低于 15 分钟】** 冰岛最新最大的综合音乐厅，由冰岛和丹麦的设计公司联合设计，其灵感来自冰岛冬季夜晚神秘莫测的夜幕极光和火山石的形状，她的玻璃外型好似一个巨大的万花筒，上千块不规则的几何玻璃砖随着天空阴晴和季节更迭而反射出的万千颜色令彩虹都相形见绌。

■ **太阳航海者【游览时间不低于 15 分钟】** 位于雷克雅未克北边的海岸，是不能错过的“艺术品”，也是这座“无烟城市”的重要标志，其形如一只大虫子，又似海盗船骨架，面朝大海代表了维京航海者们勇于冒险的不羁精神。

6 9.21 星期一	雷克雅未克-斯奈山半岛-博尔内斯加 【282km,车程约 4 小时】		
	友情提示：冰岛小镇行车过程中极少有餐厅，午餐敬请自理，谢谢理解！		
	住宿：冰岛小镇特色酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：西式晚餐

早餐后，乘车前往斯奈山半岛游览，斯奈山半岛（冰岛语：Snæfellsnes）位于冰岛西部，北临布雷扎湾和华姆斯峡湾，南濒法赫萨湾，长约 90 公里。斯奈山半岛景色壮丽，常被称为冰岛的缩影，全天游览并晚餐后入住酒店休息。

07:30-08:30 酒店早餐

08:30-11:30 乘车前往斯奈山半岛

11:30-12:30 午餐自理

12:30-16:30 斯奈山半岛游览

16:30-18:00 乘车前往冰岛小镇

18:00-19:00 晚餐:西式晚餐

19:00 入住酒店休息

- **教会山（草帽山，【游览时间不低于 30 分钟】）** 位于 Grundarfjordur 小镇，一般跟团或者少于一周的自由行游客都不会选择这里，但是若你是摄影爱好者，一定不要错过。圆锥型山峰，加上双层瀑布的点缀，在夕阳下美得实在奢侈。
- **海德利桑德红顶教堂【游览时间不低于 15 分钟】** 位于斯奈山半岛最西端的海德利桑德有一座红顶教堂，这座教堂始建于 1903 年，在中文互联网中以酷似验光仪里的小房子而闻名。一座小小的红顶教堂，一条笔直通向它的起伏山道，构成了这个只属于它的特有风景。教堂周围在夏天时，鲁冰花盛开，美如一幅油画，成为了一个颇具人气的摄影地点。冬天这红顶教堂在茫茫雪原之中的遗世独立，体现了另一番完全不同的味道。
- **隆德兰凯尔悬崖【游览时间不低于 30 分钟】** 是一个火山口的残骸，这个火山口被海水侵蚀形成了现在的样子。隆德兰凯尔悬崖从外形上看是一对岩石尖塔，高的 75 米，矮的 61 米。据历史记载，高的悬崖在 1735 年就被攀登者征服，矮的悬崖直到 1938 年才被征服。这片区域的居民从来不会在这里收割干草，因为有传言称这片区域上有精灵生活。两个悬崖陡峭的斜坡上有许多鸟巢，在这可以看到三趾鸥、崖海鸠、海雀和 暴雪鵝。
- **萨迦神话雕像【游览时间不低于 15 分钟】** 斯奈山半岛的南侧，有一个在绝壁上的小渔村叫阿尔纳斯塔皮。前往海边的路上，有一个硕大的石头堆砌的“萨迦神话雕像”。当地人把他当做守护神，被称为“章鱼爷爷”。传说他是巨人和人类的后裔，是斯堪的纳维亚国王的儿子。风雪中，雕像就犹如一位戴着黑色帽子，披着黑色披风的巨人站立在雪原上，背靠斯奈菲尔冰川，面朝北大西洋，守护着脚下这片充满冰与火的土地。
- **Budir 黑教堂【游览时间不低于 15 分钟】** 见证了这座村庄曾经的历史。1701 年，Bent Lauridtsen 在获得主教许可后，预备在布迪尔建造教堂。有关教堂的选址，相传有一老妇提议，选一男人原地转圈直至晕眩，然后向天空发射三支箭，第三支箭的落点就是建教堂的地点。

7	博尔内斯加-黄金圈-冰岛南部小镇 【200km,车程约 3 小时】		
	友情提示: 冰岛小镇行车过程中极少有餐厅，午餐敬请自理，谢谢理解！		
	住宿：冰岛小镇特色酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：羊肉汤餐	晚餐：西式晚餐
9.22 星期二			

早餐后前往冰岛的黄金圈游览，来一探冰岛这座“冰冻星球”，感受大片《星际穿越》场景的真实震撼。“黄金旅游圈”包括：黄金大瀑布、盖策间歇喷泉和国家议会旧址，是冰岛闻名于世界的天然景观，是来冰岛观光的必游之地。之后乘车前往冰岛南部游览，晚餐后入住酒店休息。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:00-09:00 乘车前往黄金圈
- 09:00-12:00 黄金圈游览
- 12:00-13:00 午餐：羊肉汤餐
- 13:00-15:00 乘车前往冰岛南部小镇
- 15:00-18:00 冰岛南部小镇游览
- 18:00-19:00 晚餐:西式晚餐
- 19:00 入住酒店休息

■ **间歇泉【网红景点，【游览时间不低于 30 分钟】】** 是间断喷发的温泉，多发生于火山运动活跃的区域，熔岩使地层水化为水汽，水汽沿裂缝上升，当温度下降到汽化点以下时凝结成为温度很高的水，每间隔一段时间喷发一次，好似“地下的天然锅炉”。

■ **黄金瀑布【游览时间不低于 30 分钟】** 是冰岛最大的断层瀑布，宽约 2500 米，景色壮观，湍急的水流顺势而下，落差达 70 多米，发出震耳欲聋的轰鸣，气势磅礴。阳光下，在蒸腾的水雾中，布满闪着金光的点点水滴，亮艳的彩虹若隐若现，仿佛整个瀑布是用黄金造就。

■ **辛格维利尔国家公园+大裂缝+辛格瓦德拉湖【游览时间不低于 60 分钟】** 辛格维利尔国家公园是世界古老的民主议会会址，如今是冰岛人民举办庆典地方，作为《权力的游戏》的取景地之一，被众多剧迷熟知。2004 年辛格维利尔国家公园被联合国教科文组织列入“世界遗产名录”。**大裂缝**它是欧亚与美洲板块的分界之地，欧亚大陆被高高举起，两大板块的落差十多米。站在这里，双脚可以横跨欧美板块。这个裂缝仍在以每年 2 厘米的速度在分离。**辛格瓦德拉湖**是冰岛最大的天然湖泊，面积有 84 平方公里，是捕捉鳟鱼和红点鲑的胜地。经由奥富萨(Olfusa)河的支流索格(Sog)河往南注入大西洋。

■ **Kerið火山口湖【游览时间不低于 15 分钟】** 位于冰岛西部火山区，约 6500 年前形成，水深 7 至 14 米。多数火山口湖壁陡峭，此湖有一面较缓，可沿壁靠近湖面。湖水清澈透明，矿物质让湖面色彩鲜艳且随光线变幻。

■ **冰岛羊肉汤【地道美食】** 冰岛羊肉世界驰名，由于生活在寒冷地带，所以肉质肥瘦适宜，又常年吃麝香草，炖煮之后异常鲜美，佐以土豆，胡萝卜等蔬菜简单烹饪，喝上一口立刻让冬夜的寒冷消失不见。

■ **黑沙滩【网红景点，【游览时间不低于 15 分钟】】** 是世界十大最美沙滩之一，是火山喷发的熔岩、经海风和海浪侵蚀而成的玄武岩颗粒，黑沙白浪，沙滩旁边还有奇特的天然柱状石群，紧密高耸、鬼斧神工，十分雄伟，成为众多外星电影的取景处。

■ **DC3 飞机残骸【包含摆渡车，游览时间不低于 1 小时】** 1973 年，美国海军飞机因故障被迫降落并被遗弃至此。一片荒芜而广袤的黑沙滩上，残破的粗糙金属机身在黝黑砂石的映衬下更显凄美、神秘与震撼，一幅犹如末日般的风景，完美诠释了冰岛的孤绝异世感，吸引了世界各地的摄影师争相造访。如今，这里已经变成到冰岛打卡拍照最令人激动的目的地之一。

■ **海之门+玄武岩柱群【网红景点，【游览时间不低于 30 分钟】】** Dyrholaey，冰岛语中指的是“岛屿之门”，是一个伸到海中的 120 米高石崖，在几千年前的一场火山喷发中形成，它的南侧和西侧均是峭壁，中间是一个拱形门，小型飞机和船可以穿过，因此得名。夏季有很多的鸟类在此栖息，包括海鹦鸮帕芬(Puffin)。**玄武岩柱群**坐落于冰岛南部的雷尼斯佳尔山脚下。据传说，3 名巨人试图将一艘三桅帆船拉上岸，但没有成功。黎明时分，他们在阳光照射后变成了石柱。

■ **维克小镇红教堂【外观，游览时间不低于 15 分钟】**是冰岛南岸标志性的红顶白墙路德教堂，建于 1932-1934 年。

8	冰岛南部小镇-杰古沙龙湖-冰岛南部小镇 【420km,车程约 5 小时】		
	友情提示: 冰岛小镇行车过程中极少有餐厅，午餐敬请自理，谢谢理解！		
	住宿：冰岛小镇特色酒店或同级		
9.23 星期三	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：西式晚餐

早餐后，开始我们对于冰岛东南部的探索。这里地质多变、风光多样，有高山湖泊、冰川火山、悬崖峭壁、绿地苔原...景色壮丽，变化多端，几乎展现了冰岛所有的地质地貌奇观，被誉为“冰岛缩影”。晚餐后入住酒店休息。

07:30-08:30 酒店早餐
08:30-10:00 乘车前往瓦特纳国家公园
10:00-15:00 瓦特纳国家公园和杰古沙龙冰河湖游览
15:00-18:00 拉车前往冰岛南部小镇
18:00-19:00 晚餐:西式晚餐
19:00 入住酒店休息

- **斯卡夫塔山冰川** (Skaftafellsjökull)坐落于冰岛南岸，是欧洲最大冰川，即瓦特纳冰川(Vatnajökull)的一条分支，公园内包括冰川、雪山和瀑布，美剧《冰与火之歌》和电影《星际穿越》都曾在此取景。
- **斯卡夫塔山冰川+徒步【费用已含，游览时间不低于 3 小时】** (Skaftafellsjökull)坐落于冰岛南岸，是欧洲最大冰川，即瓦特纳冰川(Vatnajökull)的一条分支，公园内包括冰川、雪山和瀑布，美剧《冰与火之歌》和电影《星际穿越》都曾在此取景。专业向导带领**冰川徒步**，满 10 周岁以上参加，穿着舒适的高帮登山鞋，提供外绑冰上徒步工具。
- **杰古沙龙冰河湖【网红景点，包含乘坐游船，游览时间不低于 60 分钟】**是冰岛最大、最著名的冰河湖。湖底深达 200 米，也是冰岛的第二大深湖。冰河湖的湖水湛蓝、清澈，很多形状各异的超大冰块漂浮于湖面。在冰河湖上乘坐水陆两栖船观赏形态各异的浮冰是该地游览的一大特色。著名的好莱坞电影《古墓丽影》、《蝙蝠侠诞生》和两部詹姆斯·邦德系列电影《谁与争锋》、《铁金刚勇战大狂魔》等都曾在此取景拍摄。
- **钻石冰沙滩【网红景点，【游览时间不低于 15 分钟】】** 在杰古沙龙冰河湖的东南入海口，湖水携带着大量冰块，在冰川运动中洋流的推动下，这些千年老冰被推到黑色的沙滩上，与丝滑的海浪、黑色砂石形成梦幻搭配，在阳光照耀下，显得格外的晶莹剔透，形成了独特的钻石冰沙滩景观。
- **羽毛峡谷【网红景点，【游览时间不低于 15 分钟】】** 羽毛峡谷位于冰岛南部，距离著名的小镇维克约 70 公里。这个峡谷长约 2 公里，深约 100 米，是由冰川融水在数千年的时间里不断侵蚀玄武岩而形成的。羽毛峡谷的美丽不仅在于其壮丽的地质结构，还在于其周围的自然景观。峡谷两侧壁立千仞，覆盖着一层翠绿的苔藓和植被，仿佛为峡谷披上了一件绿色的外衣。在阳光的照射下，峡谷内外的景色显得格外瑰丽，仿佛置身于童话世界。为了保护这片自然瑰宝，冰岛政府采取了一系列保护措施，包括限制游客数量和修建保护设施。游客在游览时应自觉遵守相关规定，避免对环境造成破坏，共同保护这片美丽的自然遗产。

9	冰岛南部小镇-雷克雅未克【210km,车程约 3 小时】		
	友情提示：冰岛小镇行车过程中极少有餐厅，午餐敬请自理，谢谢理解！		
	住宿：网评四星酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：中式八菜一汤
9.24 星期四			

早餐后，继续游览冰岛南部的绝世美景，之后乘车返回雷克雅未克游览。晚餐后入住酒店休息。

07:30-08:30 酒店 早餐
08:30-11:30 乘车前往雷克雅未克，沿途游览
11:30-12:30 午餐自理
12:30-16:30 出海观鲸
16:30-17:30 晚餐：中式八菜一汤
17:30-19:00 蓝湖温泉
19:00 入住酒店休息

■ **米达尔斯冰川【车览】** 位于冰岛南部，是冰岛第四大冰川，面积达 695 平方公里。西邻埃亚菲亚德拉冰盖，南接维克黑沙滩，还有飞机残骸散落在附近。冰川下隐藏着著名的活火山卡特拉火山，也因此由于火山灰的覆盖，米达尔斯冰川并不是纯白色或蓝色，呈现出黑白相间的颜色。

■ **塞里雅兰瀑布【游览时间不低于 20 分钟】** 她南临冰岛一号环岛公路，交通便利，位于冰岛西南部的塞里雅兰河上，垂直高度达 60 米，在悬崖底部、瀑布后面有一条可供游人穿过的小径，尤其日出日落时分的璀璨水雾与周围自然美景的完美融合，独特的徒步体验，成为摄影与探险爱好者的天堂。

■ **斯科加瀑布【游览时间不低于 20 分钟】** 又称森林瀑布，是冰岛最大的、最壮丽的瀑布之一，宽 25 米，落差达 60 米，水流奔腾而下、气势磅礴，大量水雾不断产生，双重彩虹会在阳光明媚的日子里出现，是冰岛热门电影的取景地和十大瀑布之一。

■ **出海观鲸【费用已含，游览时间不低于 3 小时】** 这是一个步入鲸鱼和海鸟的王国的难忘冒险之旅。两个多小时的海上行程会把您带到鲸鱼自然栖息地，与鲸鱼亲密接触。这里有我们常见的各类鲸鱼，包括小须鲸，白喙海豚和海港流行驼背鲸。同时，王国另一成员，海鸟也正张开翅膀，在碧蓝的天空下翱翔，与水中的鱼儿交相辉映，它们分别用自己的方式欢迎冒险家的到来，为我们的旅程引航。这里的海鸟有：塘鹅，海雀，鸠，鸬鹚，海鸥，三趾鸥，北极燕鸥等等。沿途风景美不胜收，我们将经过若干个角嘴海雀栖息的群岛----这是摄影创作的绝佳机会！不容错过！为了使行程更加舒适,我们为参观者准备了保暖航海服和雨衣。为安全起见，在 12 岁以下所有儿童全程都必须穿救生衣，航行过程中，我们采取匀速航行，这样动物不会因为我们的突然造访而感到不安，同时，就在船附近几英尺的水面上，我们就可以清楚看到从小海豚到驼背鲸鱼等各种原生态物种。

■ **蓝湖地热温泉【冰火体验，不低于 1.5 小时】** (Blue Lagoon)是世界顶级疗养胜地，也是地球上地下岩浆活动最为频繁的区域之一，这种活动加热了蓝湖，使得水体蒸腾，并含丰富矿物质，如硅和硫，有"天然的美容院"之称。将身体浸泡在 37--40 度的蓝湖水里，闭上双眼，身心完全地放松，充分享受大自然的赐予，所有旅途的劳顿都将一扫而光。

10	雷克雅未克 ➔ 奥斯陆		
	参考航班: SK4788 25SEP KEFOSL 0755 1235		
	住宿：网评四星酒店或同级		
	早餐：酒店早餐/打包早餐	午餐：自理	晚餐：中式八菜一汤
9.25 星期五			

酒店早餐后乘坐内陆航空前往奥斯陆。

04:30-05:00 酒店早餐/打包早餐

05:30 乘车前往雷克雅未克机场

07:55-12:35 搭乘航班前往奥斯陆

13:30-17:00 游览奥斯陆市区景点

17:30-18:00 晚餐:中式八菜一汤

19:00 入住酒店休息

■ **奥斯陆市政厅【外观，游览时间不低于 15 分钟】** 奥斯陆市政厅是每年诺贝尔和平奖的颁奖地，其造型就像两本树立的字典，代表了挪威人的理性和严肃的生活态度。

■ **新蒙克博物馆【入内游览，游览时间不低于 60 分钟】** 为纪念挪威著名画家爱德华·蒙克而建，是世界上最大的单一艺术家博物馆，馆内收藏了超过 4.2 万艺术品和物件，其中蒙克的笔记、绘画、素描和照片就有约 2.8 万件，占据了展览空间的一半以上。蒙克最为世人所熟知的就是他的经典之作《呐喊》，创作背景正是奥斯陆峡湾，馆内不但收藏了《呐喊》的不同版本，还有镇馆之宝——长达 8 米的《太阳》。

- **挪威王宫【外观，游览时间不低于 15 分钟】** 她位于挪威市中心卡尔·约翰大街尽头的高地上，是哈拉王国王的办公地，其建筑风格为新古典主义，外墙采用抹灰砖砌成，展现了独特的艺术魅力。但宫内装饰精美，包括著名挪威艺术家的绘画作品、礼拜堂、舞厅、宝座厅和鸟房等。
- **奥斯陆歌剧院【外观，游览时间不低于 15 分钟】** 她是挪威最大的文化建筑、新地标建筑，历时五年才得以完工，充分诠释了艺术和建筑美学，尤其那白色大理石和花岗岩制成的斜坡状屋顶从奥斯陆湾（Oslofjord）中拔地而起，就像一座乍然出水的冰川，惊艳四方。

11	奥斯陆-利勒哈默尔-挪威小镇【200km,车程约 2.5 小时】		
	住宿：挪威小镇特色酒店		
	早餐：酒店早餐	午餐：中式八菜一汤	晚餐：西式晚餐
9.26 星期六			

早餐后继续奥斯陆游览后拉车前往利勒哈默尔，是一座被群山和挪威最大湖泊米约萨湖环绕的小城，因举办 1994 年冬奥会而闻名。后拉车前往挪威小镇。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:30-10:30 游览奥斯陆市区景点
- 12:00-15:00 拉车前往利勒哈默尔
- 15:00-17:00 游览利勒哈默尔景点
- 17:30-18:00 西式晚餐
- 18:00-19:00 入住酒店休息

- **维格兰雕塑公园【入内游览，游览时间不低于 45 分钟】** 由挪威著名雕刻家古斯塔夫·维格朗在 1906--1943 年间的雕刻作品组成，共有 192 座雕像和 650 个浮雕。这些雕塑作品有石雕，也有铜雕，个个栩栩如生，惟妙惟肖，处处体现了大师的造诣之深，因此奥斯陆也被称为“雕刻之城”。
- **阿克尔码头【网红景点，游览时间不低于 30 分钟】** 这曾是奥斯陆港湾的仓库，后改造成现代建筑与北欧风情相结合的海边步道，时尚餐厅、潮牌店、咖啡屋、电影院聚集在此，大量的露天座位坐满了爱上奥斯陆好天气的人们；每当日落月升，灯火亮起后更加魅力非凡，火树银花、觥筹交错，让奥斯陆的夜也别具风味。
- **斗兽场电影博物馆【外观，游览时间不低于 30 分钟】** 1928 年挪威人仿照古罗马斗兽场的样式建造了这座当时北欧最大的电影院，巨大的穹顶仍是奥斯陆的地标，随着技术的革新，戏院与时俱进、已经成为全世界最大的 THX 电影院，无比震撼的立体环绕音效，让观众能感受真正的“视听盛宴”。
- **米约萨湖长廊【游览时间不低于 45 分钟】**，米约萨湖是挪威最大的湖，湖边的湖畔步道风景优美，适合散步。
- **利勒哈默尔历史城区【游览时间不低于 45 分钟】**，漫步在历史悠久的市中心，欣赏 19 实际的彩色木屋建筑群、鹅卵石街道。

12	挪威小镇-精灵之路-老鹰之路-盖朗厄尔峡湾-挪威峡湾小镇【350km,车程约 5 小时】		
	住宿：峡湾小镇特色酒店		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：西式晚餐

9.27 星期日			
-------------	--	--	--

早餐后乘车前往被列入挪威国家景观公路名录的 63 号公路，游览其中最著名的两段--精灵之路和老鹰之路。后乘车前往挪威最受欢迎的旅游地之一，2005 年与纳柔依峡湾一起被联合国教科文组织列为世界遗产的盖朗厄尔峡湾区域游览。之后乘车前往挪威峡湾小镇，晚餐后入住酒店休息。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:00-09:00 前往老鹰之路和精灵之路
- 09:00-12:00 游览老鹰之路和精灵之路
- 12:00-13:00 午餐自理
- 13:00-16:00 乘车前往盖朗厄尔峡湾
- 16:00-18:00 乘车前往挪威峡湾小镇。
- 18:00-19:00 晚餐:西式晚餐
- 19:00 入住酒店休息

■ **弗里达斯悬崖观景台【游览时间不低于 30 分钟】** 弗里达斯悬崖观景台坐落于 63 号公路附近，距离盖朗厄尔峡湾中心地带大约 4 公里。这里是盖朗厄尔峡湾的绝佳观景点，是世界众多摄影师的必打卡之地。从这里您不仅能看到美丽的河流，还能欣赏到在峡湾中缓慢前行的游轮以及岸边静谧的村庄。观景台旁边有一座突出的悬崖经常被旅行者称为盖朗厄尔石，可与布道台、奇迹石等知名景点媲美。

■ **盖朗厄尔峡湾【含峡湾游船，游览时间不低于 1 小时】** 盖朗厄尔峡湾位于挪威西北部的墨勒-鲁姆斯达尔郡，全长约 15 公里，沿岸环绕着白雪盖顶的宏伟山峰，奔泻而下的瀑布以及苍翠繁茂的植被，山水辉映，满目深蓝。盖朗厄尔峡湾以瀑布众多而著称，有许多瀑布沿着陡峭的岩壁泻入该峡湾，比如“新娘的面纱”和“七姊妹”。峡湾顶端是盖朗厄尔村，到该村仅靠一条沿山坡蜿蜒而下的长 1000 米的道路。

■ **老鹰之路【游览时间不低于 60 分钟】** 老鹰之路是连接盖朗厄尔和埃兹达尔的 63 号景观公路的其中一段，以险峻陡峭著称。此处是俯瞰盖朗厄尔小镇风光，以及克尼弗斯弗劳高山农庄的最佳观景点之一，即便是最具旅游经验的游客也可以从中获得灵感和舒心悦的心情。

■ **精灵之路【游览时间不低于 60 分钟】** 它又称“山妖之路”：位于北部峡湾地区的小镇 Aandalsnes 和 Gronning 之间的一段于 1936 年开通的被崇山峻岭所包围的盘山公路，是挪威最令人印象深刻的旅游景点之一。公路环绕在群山之间，从海拔 1600 米到盖朗厄尔峡湾的海平面，美景时刻刺激着您的神经。山间有一个个观景台，都可以观赏到群山、峡湾、河道和建筑艺术的融合。此段路由 11 个发夹弯组成，每个发夹弯都有自己的名字，以铭刻建造者的技艺。这 11 个发夹弯给驾驶者带来的驾驶乐趣及感官刺激是自驾旅程中不可或缺的。

(PS.峡湾行车过程中极少见到餐厅，午餐敬请自理，谢谢！)

13	挪威峡湾小镇-松恩峡湾-挪威峡湾小镇 【320km,车程约 5 小时】		
	住宿：峡湾小镇特色酒店		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：西式晚餐
9.28 星期一			

早餐后乘车前往松恩峡湾地区最著名的小镇--佛洛姆小镇，今天我们可以欣赏到大自然的鬼斧神工、世界上最长、最深的峡湾美景--松恩峡湾，这里有垂直陡峭的山坡崖壁，平坦的河谷平原上分布着静谧的小镇和农田，一路上的自然风光让人目不暇接。晚餐后入住酒店休息。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:00-09:00 乘车前往松恩峡湾
- 09:00-12:00 松恩峡湾地区游览
- 12:00-13:00 午餐自理
- 13:00-15:30 拉车前往峡湾小镇
- 17:30-18:30 晚餐：西式晚餐
- 18:30 入住酒店休息

■ **弗洛姆小镇+松恩峡湾【游览时间不低于 60 分钟】** 弗洛姆小镇位于艾于兰峡湾的最深处，是个只有几百人的小村庄，每年却有 45 万游客从世界各地慕名而来，小镇也是前往很多知名景点的始发站，可以搭乘海达路德游轮、松恩峡湾直达船和观光火车等。松恩峡湾是挪威最大的峡湾，也是世界上最长、最深的峡湾，全长 240 公里，最深的水域深达 1308 米。两岸都是高山峭壁，岩层坚硬，主要由花岗岩和片麻岩构成。陡峭的崖壁插入地表以下 1200 米，崖壁伸向天空，让人不禁感叹大自然的鬼斧神工，置身于世界上最长最深的峡湾之间，感受大自然馈赠。艾于兰峡湾和纳柔依峡湾为松恩峡湾主要的两个分支，艾于兰起点为弗洛姆小镇，纳柔依峡湾起点为居德旺恩，是松恩峡湾中最迷人的分支，也被评为世界上最美丽的峡湾之一，其中纳柔依峡湾及周边地区在 2005 年被列入了《世界自然遗产名录》。

■ **峡湾观光小火车【费用已含，游览时间不低于 2 小时】** 弗洛姆铁路始建于 1924 年，修建了二十年，被誉为是挪威的工程奇迹。是世界上最美，最陡峭，也是最为知名的高山铁路之一、也是世界著名的旅游铁路和登山铁路，它将海拔 2 米的峡湾小镇弗洛姆和海拔 867 米高的米达尔山相连接，全长 20 公里，浓缩了松恩峡湾的精髓，透过列车车窗，山涧小溪，瀑布，绝壁，奇石应接不暇。

14	挪威峡湾小镇-哈当厄尔峡湾-卑尔根【210km,车程约 4 小时】		
	住宿：网评四星酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：中式八菜一汤
9.29 星期二			

早餐后前往哈当峡湾，哈当厄尔峡湾是挪威四大峡湾中最柔美也是最具田园风光 的峡湾，是挪威的第二大峡湾，也是世界第三长的峡湾，同时也是挪威四大峡湾中最为平缓的峡湾。后前往卑尔根入住酒店休息。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:00-09:00 乘车前往哈当厄尔峡湾
- 09:00-12:00 哈当厄尔峡湾地区游览
- 12:00-13:00 午餐自理
- 13:00-17:30 拉车前往卑尔根
- 17:30-18:30 晚餐：中式八菜一汤
- 18:30 入住酒店休息

- **哈当厄尔峡湾【游览时间不低于 30 分钟】** 是挪威的四大峡湾之一。在四大峡湾中，只有哈当厄尔峡湾的两岸为平缓的山坡，有着如诗如画的田园风光。可以乘游船在峡湾中巡游，感受它的魅力。
- **哈当平原【游览时间不低于 30 分钟】** 这里是北欧最大的山地平原，沿途景致富于变化，即使是夏季也会有积雪景观，是世界上最美丽的山地平原之一。
- **埃德菲尤尔小镇【游览时间不低于 30 分钟】** 挪威埃德菲尤尔小镇在哈当厄尔峡湾的尽头，一个山窝窝。以前雪山将小镇与世隔绝，仅以几百公里长的峡湾与大海、与外界相连，现在这里是挪威峡湾美丽村庄的典型代表。
- **沃尔令斯瀑布【游览时间不低于 15 分钟】** 沃尔令斯大瀑布是挪威最著名的瀑布之一，大多数游客选择从顶端或者底端观赏瀑布。

15	卑尔根-斯塔万格-桑内斯【230km,车程约 5 小时】		
	住宿：网评四星级酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：西式晚餐
9.30 星期三			

早餐后卑尔根游览。随后前往斯塔万格。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:00-12:00 游览卑尔根市区景点
- 12:00-12:30 午餐自理
- 12:30-16:30 拉车前往斯塔万格
- 16:30-17:30 游览斯塔万格市区
- 17:30-18:30 西式晚餐
- 18:30-19:30 入住酒店

- **布吕根旧城区【世界遗产】【游览时间不低于 30 分钟】** 既是汉萨同盟海外商埠的唯一见证，也是北欧木建筑的珍贵遗迹，对研究北欧历史、维京文化有着巨大价值，1979 年被列入世界文化遗产名录。
- **弗洛伊恩山缆车【费用已含】【游览时间不低于 1 小时】** 弗洛伊恩山位于卑尔根东部，我们搭乘卑尔根著名的体验项目--弗洛伊索道，缆车可在几分钟内攀升到海拔 320 米的弗洛伊恩山巅，给您带来前所未有的心跳体验。斯时驻足山顶、目光所及将群山与峡湾怀抱中妩媚秀丽的卑尔根风姿尽收眼底，让人心旷神怡。
- **圣玛利教堂【外观】【游览时间不低于 15 分钟】** 是卑尔根最古老的建筑之一，修建于 1130，约 1180 年左右竣工，是挪威最著名的罗马式教堂。起初，维京人的信仰萨丁神为主的多神信仰，965 年，丹麦国王哈拉尔蓝牙王为巩固统治，受洗、推动宗教变革，教堂才在北欧兴盛起来。
- **卑尔根大教堂【外观】【游览时间不低于 15 分钟】** 建成于 1181 年，在后来漫长的岁月里几经改造，融合了各个年代的风格，如今教堂外墙上装饰有 1665 年英荷战争所用的炮弹，仿佛在诉说着过往的故事。每年 6-8 月周四中午 12 点会举办风琴演奏会，许多音乐爱好者慕名而来。

■ **卑尔根鱼市【游览时间 1 小时】** 靠海吃海，卑尔根鱼市里海鲜种类繁多，龙虾、帝王蟹、鳕鱼以及最负盛名的三文鱼，简直一场视觉盛宴！而且物美价廉、被当地人开玩笑称之为“海鲜的奥特莱斯”。

■ **斯塔万格【游览时间不低于 60 分钟】** 是挪威第四大城市，也是挪威西海岸博肯峡湾中的商港和渔港，人口近 11 万，为挪威古城之一，斯塔万格的文物古迹保存得非常好，是欧洲拥有最多木制建筑的城市，其中最有名的是建于 1150 年 Urnes 木教堂，斯塔万格老城 斯塔万格老城区是由百余套木质房屋组成，这些木屋建于 18 世纪末 19 世纪初，当时主要居住者是渔业和罐头业的工人。斯塔万格罐头博物馆也在这老城区中。这是个风情十足的老城区，蜿蜒的石头小路，街道很窄，木质的房屋房子也不大，白墙、红屋顶是它的基本色调，很适合街拍。

16	桑内斯-布道台-克里斯蒂安桑 【220km,车程约 4 小时】		
	友情提示：峡湾小镇行车过程中极少有餐厅，午餐敬请自理，谢谢理解！		
	住宿：网评四星级酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：自理	晚餐：西式晚餐

早餐后，游览吕瑟峡湾布道台，随后乘车前往桑克里斯蒂安桑，晚餐后入住酒店休息。

07:00-08:00 酒店早餐
08:00-12:00 拉车前往布道台
12:00-13:00 午餐自理
13:00-18:00 布道台游览
18:00-19:00 晚餐：西式晚餐
19:00 入住酒店休息

■ **吕瑟峡湾【游览时间不低于 30 分钟】** 作为挪威著名的四大峡湾之一的吕瑟峡湾，号称最险峻的峡湾，海水在凸兀的峭壁和巍峨的群山之间蜿蜒流淌。两岸巨岩兀立，其中海拔 600 米的断崖布雷凯斯特伦（布道台）是最值得一看的地方。站在巨岩之上，感觉自己犹如漂浮在空中，能强烈地感受到大自然雄劲的活力。

■ **布道石【游览时间不低于 5-6 小时】** 是吕瑟峡湾最著名的旅游景点，是一块凌空 604 米的巨大岩石，从接连的山脊突出 30 多米，相当壮观。每年有几十万游客慕名前往。这块岩石也是俯瞰吕瑟峡湾，领略峡湾之美的最佳地点之一。是一块天然形成的巨石，兀立于吕瑟峡湾海岸，正对着谢拉格山，垂直落差 604 米，顶部为一块 625 平方米的方形岩石，形状类似教堂牧师的讲台，故名。站在顶部，视野开阔，为观赏峡湾的好地方。

(PS.峡湾行车过程中极少见到餐厅，午餐敬请自理，谢谢！)

17	克里斯蒂安桑  希茨海尔斯【轮渡约 2 小时左右】-欧登赛【320km,车程约 4 小时】		
	游轮时刻参考：9:00 登船—11:25 抵达（克里斯蒂安桑-希茨海尔斯）		
	住宿：网评四星级酒店或同级		
	早餐：酒店早餐	午餐：中式八菜一汤	晚餐：中式八菜一汤

早餐后，搭乘轮渡前往希茨海尔斯，可以一览斯卡格拉克海峡的风光，后前往游览丹麦城市欧登塞，欧登塞是丹麦第三大城市，也是丹麦第二大岛菲英岛的首府。是著名的童话作家安徒生的故乡，这里童话气息浓郁，是全世界最幸福的城市之一。游览结束后晚餐，后入住酒店休息。

- 07:30-08:30 酒店早餐
- 09:00-11:25 前往码头乘坐轮渡前往丹麦港口希茨海尔斯
- 12:30-13:00 午餐：中式八菜一汤
- 13:00-16:30 拉车前往丹麦城市欧登塞
- 16:30-18:00 游览欧登塞市区景点
- 18:00-18:30 晚餐:中式八菜一汤
- 18:30-19:30 入住酒店休息

■ **安徒生故居【入内，游览时间不低于 30 分钟】** 安徒生故居博物馆坐落于欧登塞市区的古城区，原是世界有名童话师安徒生的诞生之地及童年故居，是世界上古老的作家博物馆之一。博物馆共有 18 间陈列室，前 12 间按时间顺序介绍了安徒生生平及其各时期作品，展出大量安徒生作品的手稿、来往信件、画稿以及丹麦一些名画家、艺术家创作的有关安徒生生活的油画和雕塑。

■ **安徒生博物馆【入内，游览时间不低于 30 分钟】**，这位丹麦著名的童话作家，他因那些为孩子也为成人而写的童话故事而闻名于世，自 1908 年起，他的出生地就成为现今安徒生博物馆的一部分，博物馆的展出分位多个主题，每一部分都有独立展室。

■ **圣库努德大教堂【外观，游览时间不低于 15 分钟】**，该教堂是丹麦境内唯一一所保留完整的哥特式教堂，亦是安徒生受洗礼的教堂。

18	欧登赛-哥本哈根【160km,车程约 2 小时】-北京		
	参考航班：CA878 K SA03OCT CPHPEK HK26 1905 0955+1		
	住宿：飞机上		
	早餐：酒店早餐	午餐：丹麦特色烤猪肉餐	晚餐：飞机上
10.3 星期六			

早餐后乘车前往哥本哈根游览，她曾被联合国人居署选为“全球最宜居的城市”，并给予“最佳设计城市”的评价。在这里，丹麦标志美人鱼雕像在海边静静沉思，充满童话气质的中世纪古堡、皇宫与现代建筑交辉呼应，使她成为北欧最有魅力的城市之一。后前往机场搭乘国际航班返回北京。

- 07:00-08:00 酒店早餐
- 08:00-10:00 拉车前往丹麦首都城市哥本哈根
- 10:00-12:00 哥本哈根游览
- 12:00-12:30 午餐：丹麦脆皮烤猪肉餐
- 13:00-15:00 继续游览哥本哈根，哥本哈根游览时间不低于 3.5 小时
- 15:00-16:00 乘车前往哥本哈根机场
- 18:00-19:00 晚餐：飞机上
- 19:05 乘坐飞机飞往北京

■ **罗森堡城堡花园【入内，游览时间不低于 30 分钟】**，它是哥本哈根最古老、访问量最大的皇家花园，很适合悠闲漫步。由克里斯蒂安四世始建于 1606 年，花园里著名的对角线林荫大道——“骑士之路”和“女士之路”，很适合拍照。

- 小美人鱼雕像【网红景点】** 原型来自安徒生的《海的女儿》，一百多年来，小美人鱼铜像傲然挺立，若有所思的神情凝望着波罗的海，仿佛在等待远航的王子归来，她对爱情的忠贞和高尚情操，也成为丹麦人民的精神图腾。
- 新港码头【网红景点】** 实际上已经有 330 多年历史，如今码头运河岸边五颜六色的房子，保留着原有风貌，曾吸引无数名人在此居住。每年夏天，那些装修一新的古老航海木船会集会停靠在新港，一艘接着一艘，直到排满新港河道的两岸，蔚为壮观。
- 吉菲昂喷泉** 北欧神话中吉菲昂女神左手扶犁，右手执鞭，驾驭着四条铜牛拼力耕犁，四条铜牛躬身抵角、奋力拉犁，惟妙惟肖。
- 腓特烈教堂【外观】** 又名“大理石教堂” (Marble Church)，是斯堪的纳维亚地区拥有最大圆顶的教堂，直径长达 31 米，下面由 12 根罗马圆柱支撑，这一设计灵感来自梵蒂冈的圣彼得大教堂。如今是哥本哈根年轻人首选的婚礼举办场所。
- 阿美琳堡宫【外观】** 丹麦王室的主要宫殿，是坚实要塞与华丽宫殿的绝妙组合，还有壮观的皇家卫队换岗仪式和节日游行，皇家卫兵头戴熊皮帽，身穿古军装，脚蹬大皮靴，就像安徒生童话里的“洋铁兵”，仿佛一下穿梭回到了 18 世纪。
- 克里斯蒂安十世国王雕像** 他不仅是丹麦的国王，同时也是冰岛王国唯一的国王，二战时期他与德国纳粹不屈周旋的英勇行为获得了国民的爱戴，如今丹麦克朗上铸有他的头像以示纪念
- 安徒生铜像【游览时间不低于 30 分钟】** 安徒生被誉为“现代童话之父”、“世界儿童文学的太阳”，留下 166 篇作品，翻译成 150 种语言广为流传，为世界千万儿童编织了美丽的童年。缅怀大师，哥本哈根市政厅旁矗立着一尊约 3 米高的铜像，吸引络绎不绝的游客与大师合影。
- 哥本哈根自由纪念碑【游览时间不低于 15 分钟】** 哥本哈根自由纪念碑位于丹麦哥本哈根中央火车站前，是一座高 20 米的方尖碑，为纪念 1788 年 6 月 20 日的农民改革而竖立，这些改革废除了农奴制度。这座方尖碑由产自博恩霍尔姆岛奈克索的砂岩制成，底座则由挪威大理石构成。方尖碑底座上的四位女性雕像分别象征着勇敢、公民美德、忠诚和勤劳耕作。

19 10.4 星期日	北京-全国各地		
	住宿：无		
	早餐：飞机餐	午餐：无	晚餐：无

航班于北京当地时间上午 09:55 安抵首都机场，请您保留好往返登机牌连同护照一起交给领队进行使馆销签，便于使馆为您留下良好的出入境记录，方便您再次出国。感谢您此次旅程的支持与配合，在此结束愉快的北欧之旅！

***我社根据航班、签证及前往国家的交通、天气等情况保留对行程修改的权利，最终行程以出团通知为准！**

- 失信提示：**各大航空公司最新规定，国家最高人民法院发布为失信人的，失信人不得乘坐飞机。如游客属失信人，请报名前务必向旅行社说明。如未提前说明，出票前发现为失信人，签证，地接及其他相关损失由失信人全部承担；机票出票后发现为失信人，机票及地接全损，所有产生的相关损失由失信人自行承担，且我社保留相关追诉权利，谢谢合作！！国家法院失信人验证网站为：<http://shixin.court.gov.cn/>
- 销签提示：**当您从欧洲离境时，一定检查海关是否给您的护照盖了清晰的离境章，它是您已经回到中国的唯一凭证。如果没有盖章或者章不清晰无法辨认将会导致使馆要求您面试销签，由此造成不必要的损失，非常抱歉只能由本人承担！请您谅解的同时也请您自己务必仔细留意！

服务包含项目：	
机票	行程中标注的全程国际段及内陆段机票（经济舱）
签证	欧洲国家邀请函及签证费（部分欧洲国家对中国免签或者有条件免签）
服务费	境外司导服务费
酒店	行程中所标注的欧洲当地星级标准酒店及早餐
用餐	早餐：酒店内早餐 午/晚餐：行程中所标注午、晚餐以及当地特色餐 主要以中式餐食为主，用餐标准为 8 菜一汤或自助形式中餐；特色餐为西式三道式或自助式
用车	全程提供专业旅行巴士，专业欧洲司机（车型根据团队人数确定）
导服	全程专业中文领队陪同
门票	行程中所列入内景点首道门票
保险	我社为客人参保的保险为境外旅行人身意外伤害医疗保险（含紧急救援），具体分项详见保单。对于高龄客人《旅游法》有明确规定，超过 70 岁老人参团请务必提供三甲医院开具的《健康证明》且需要签订《免责协议》；各大保险公司对高龄客人有特殊规定，70-80 岁的保额为正常保额的 50%，80-85 岁的保额为正常保额的 25%，85 岁以上无法购买保险，且同一保险公司无法重复购买保险。高龄客人务必自行购买足额保险，并携带好保险单原件。

服务不包含项目：	
单间差	13500 元人民币/人/全程 （不含游轮及火车单间差额费用，具体补差数额请单独咨询） 依照旅游行业现行作业规定，本公司有权依据最终出团人数情况，调整房间分房情况（包括夫妻分开住宿或加床）；如您有特殊需求，请在出团前及时告知我社，如因此产生的一切费用，需您自身承担。
证件相关	护照及其它身份证件的处理费用
酒店相关	酒店内电话、传真、洗熨、收费电视、饮料、行李搬运等私人费用
不可抗力	因不可抗拒的客观原因（如天灾、战争、罢工等）、航空公司航班延误或取消、领馆签证延误、报名人数不足等特殊情况下，我公司有权取消或变更行程，一切超出费用（如在外延期签证费、住、食及交通费、国家航空运价调整等）我公司有权加差价
税费	航空公司、巴士公司、邮轮公司、境外火车公司等交通工具的燃油税，服务税等价格上涨部份，如遇上涨，我司将进行追补差价，请您理解。
其它	1.全程中费用自理的景点所产生的一切费用及其他例如特种门票（夜总会、博览会、缆车等）； 2.旅游者因违约、自身过错、自由活动期间内自身行为或自身疾病引起的人身和财产损失； 3.转机/火车时用餐及产生的其它费用

服务标准：	
1.行程说明：	
①本社有权根据景点节假日休息（关门）调整行程游览先后顺序，但游览内容不会减少，标准不会降低；	
②行程景点实际游览最短时间，以境外实际状况为准；	
③根据国际航班团队搭乘要求，团队通常须提前 3-3.5 小时到达机场办理登机手续，故国际段航班在当地下午 15 点前（含 15 点），晚间 21 点前（含 21 点）起飞的，行程均不含午餐或晚餐；	
④行程中所注明的城市间距离及时间，仅供参考，实际路程及时间以当地交通状况为准	
2.酒店标准：	
①行程中所列酒店星级标准为当地酒店评定标准；	
②北欧习惯吃简单的早餐，酒店提供的早餐通常只有面包、咖啡、茶、果汁等；	
③北欧的四星级酒店大堂都比较小，无商场，电梯每次只能乘坐四到六个人和行李；	
④北欧有些酒店的双人标准房会设置一大一小两张床，方便有小孩的家庭游客；还有些酒店双人房只设置一张大的双人大床，放置双份床上用品，有时是二张单人床拼在一起，用时可拉开；	
⑤由于各种原因如环保、如历史悠久、如欧洲气候较温和等，较多酒店无空调设备或空调设备老旧；	
⑥按照欧洲酒店惯例，每标间可接待两大人带一个 1.2 米以下儿童（不占床），具体费用根据所报团队情况而定；若一个大	
人带一个 1.2 米以下儿童参团，建议住一标间，以免给其他游客休息造成不便；	

3.退税说明：游客未在旅游团指定商店购物造成未能退税及质量问题，旅行社不承担任何责任；

4.退费说明：

- ①如遇天气、战争、罢工、地震等人力不可抗力因素无法游览，我社将按照旅行社协议，退还未游览景点门票费用，但赠送项目费用不退；
- ②游客因个人原因临时自愿放弃游览，酒店住宿、餐、车等费用均不退还；

5.补费说明：

- ①如遇航空公司政策性调整机票价格，请按规定补交差价。机票价格为团队机票，不得改签换人退票；
- ②如果旅游目的地国家政策性调整门票或其他相关价格，请按规定补交差价；

6.团队意见反馈表：我社处理游客意见，以游客交回的《团队意见反馈表》为依据，请您秉着公平、公正、实事求是的原则填写《团队意见反馈表》。

游客须知：

1. 出境须知

- ✓ 旅行证件：请您务必携带有效签证的护照，本人身份证。建议随身携带 2-4 张 2 寸白底彩色免冠照片，以备不时之需；
- ✓ 行李：中国大部分航空公司规定，经济舱客人免费托运行李额度为 20 公斤，托运行李的尺寸要求：长、宽、高三边之和不超过 158 厘米；经济舱客人手提行李额度为 8 公斤，手提行李尺寸要求：长+宽+高为 40+50+25（厘米）。相机、摄像机、相机用电池、常用药品也不应托运。
- ✓ 货币：按我国外汇管理的有关规定，中国公民出境每人允许携带外汇量为 5000 美元现金（或相当于 5000 美元的其他货币），信用卡不限。

2. 安全须知

- ✓ 集体活动为最安全的旅行方式，在旅途中请不要离团单独行动。每到一站一定要记下所住酒店地址、电话、领队、导游房号、旅游车牌号等，以备万一走失可找到团队；
- ✓ 近期欧洲某些地区屡屡发生中国人被盗事件，主要的作案地点在酒店，或冒充酒店工作人员进入客人房间，或在用早餐的时候偷窃，或撬车进行偷窃，证件或贵重物品一定要贴身携带，千万不可放进托运行李内。也不要将其留在酒店或放在旅游大巴上，以免造成不必要的经济损失！

3. 乘车须知

- ✓ 欧洲人环保意识非常强，为了避免空气污染，法律规定司机停车时不允许开空调，希望您能够理解；旅游车上禁止吸烟并尽量不要在车上吃带果皮的食物、冰淇淋等，如一定要食用，请将剩下的果核用纸包好放入垃圾桶，不要随意丢在车上；
- ✓ 欧洲法律规定，司机每行驶两小时后必须休息 20 分钟，每天开车时间不得超过 10 小时，且休息时间在 12 小时以上；

4. 入住酒店须知

- ✓ 北欧常规旅行使用酒店与我国酒店进行比较，普遍酒店大堂比较小，无商场，电梯每次只能乘坐二人及行李。酒店无一次性使用物品（如：牙刷、牙膏、拖鞋），出团时请您自备；
- ✓ 北欧夏天气候比较凉爽，因此，很多酒店夏季不供应冷气，希望您能谅解；
- ✓ 出于行程安排，有些酒店会离市区中心较远，有的需驱车一小时或以上，有些欧洲酒店的双人标准房会设置一大一小两张床，方便有小孩的家庭游客；还有些欧洲酒店的双人房只设置一张大的双人大床，放置双份床上用品，有时是二张单人床拼在一起，用时可拉开。若遇此情况，请尽量与团友共同协商解决；
- ✓ 我社尽量把您和您的家人安排同住，但如果遇到展会等特殊情况，不排除临时调配房间住宿的情况（包括加床和夫妻分开住宿），请您谅解。

5. 观光须知

- ✓ 参加观光游览团体，一定要遵守时间，严守“五分钟”报到的原则，以免时间仓促，心慌意乱，遗忘物品；
- ✓ 参观名胜古迹，请不要动手触摸，有禁止吸烟及拍照的地方不可吸烟、拍照；
- ✓ 很多欧洲国家政府规定：公共场所禁止吸烟！如被查到将会受到当地相关执法部门的重罚，罚额高达 500-2000 欧元不等，请您一定要严格遵守欧洲国家的重要规定，以免造成不必要的经济损失！

6. 购物须知

- ✓ 购物后请索取收据；虽然在发达国家购物，但是也请您取到自己购买的商品后，仔细地检查商品的质量。若回国后才发现质量问题，无论是更换还是退还商品都会手续繁复。具体情况不一，能否实现更换或退还也要视具体情况而定；

7. 退税须知

- ✓ 购物退税是欧洲国家的一项政策。为了保证您的利益，我们向您推荐的商店都是可以退税的。届时，导游会向您介绍并帮助您，希望您在购物时要听取导游的建议；

- ✓ 购物为个人行为，如果由于商店和海关无合同或机场原因（飞机晚点、银行关门、海关检查时间紧迫等）不能及时退税的，我社不负责办理退税业务。

8. 里程积分须知：

- ✓ 由于各使馆销签时需要往返登机牌，而且使馆大部分都不退还往返登机牌，这样将会导致您回来后无法办理里程积分，因此如需要办理里程积分的客人，请您务必携带相应的积分卡，直接在机场柜台办理您的积分手续；根据各航空公司里程积分规定，视不同舱位，积分比例不同，个别航空公司团队票不予计分。

9. 无人机使用须知：

- ✓ 北欧各国针对无人机的使用设立了严格且详尽的管控措施，确保公共安全与秩序不受干扰。在城市上空及机场周边，无人机飞行是绝对禁止的，这是出于对空中交通管理及公众安全的严肃考量。此外，部分风景秀丽的开阔景点同样划定了明确的禁飞区，并设有醒目的禁飞标志及相关规定，旨在保护这些自然环境免受潜在干扰或损害。
- ✓ 因此，对于计划在北欧地区操作无人机的用户而言，严格遵守当地法律法规是至关重要的。务必事先详尽了解并确认飞行区域是否属于非禁飞区，确保所有飞行活动均在法律允许的框架内进行，且符合安全飞行标准。忽视这些规定不仅可能招致高额罚款，情节严重者甚至可能面临法律的严厉制裁，包括监禁等后果。