



社團法人臺灣省土木技師公會

漫步棲蘭森林~冬山河生態綠洲. 湖泊. 溫泉

太平山最美~翠峰湖國家步道. 見晴懷古步道二日遊

出發日期：假日團：6月06.07日 星期六.日 目前預留一台車 30人.2人房 15間

平日團：6月11-12日 星期四.五 目前預留一台車 30人.2人房 15間

第1天：高雄.台中.台北→雪山隧道→宜蘭→冬山河森林公園-生態綠舟→乘船遊冬山河→午餐→棲蘭森林遊樂區→棲蘭森林巡禮→棲蘭山莊→山莊晚餐→自由活動

07：30 於集合點出發，搭乘豪華遊覽車經國道高速公路沿**雪山隧道**前往宜蘭展開此次愉快的蘭陽之旅。

09：00 抵達宜蘭【**冬山河森林公園-生態綠舟**】~這片森林綠地就要正式啟航。園區內規劃了梯田、菜園、濕地和山林，儼然是宜蘭的小縮影。



建置過程歷經數十載的冬山河森林公園，位於冬山河中上游，和下游的親水公園、傳統藝術中心連結一氣，現在，冬山河森林公園即將以生態綠舟的面貌重新出發，未來您可以在此登高望遠，眺望週邊山景、田園與河岸風光，欣賞火車急駛鐵橋景緻，還可以親觸土地參與農村體驗，或

搭乘船舶認識冬山河畔的自然生態，甚至串連不同的運輸工具，藉由自行車、公車、船隻，前進老街廟宇、社區聚落和田間果園，從此而外，去瞭解人們依河而生、傍河而活的點滴甘苦，然後更加認識珍愛這片豐沃的土地。

爾後搭乘環保船~暢遊生態綠舟內冬山河流域，遊程一趟約 20 分鐘。



11：00 集合離開前往預訂的餐廳享用精美豐盛的午餐。

13：00 餐後前往【**棲蘭國家森林遊樂區**】—距宜蘭市與羅東鎮僅約 40 公里，也是前往太平山和梨山的必經之路，所以吸引了不少的遊客前往，也是您做森林浴最理想的地點。

棲蘭森林遊樂區內有神木園步道及森林浴步道，在神木區裏鳥類及蝶類等動物相不甚豐富，園區內也是野生動物的重要棲息地，棲蘭森林遊樂區是辦理鄉土校外教學和公司團體休閒活動的最愛，園地花木扶疏，數條環拱連的林道，青翠相綿延，形成動人綺想的綠意，彷彿造訪綠的王國；尤其以森林浴場洋溢滿園的芳香，更是滌清塵慮靜修之地。

棲蘭小泰山森林浴步道~由蔣公行館左側出發，從右側返回，森林浴步道沿途大多林木參天，晴天時，陽光從樹林間穿透顯得晶瑩剔透。



步道歷遊時間：蔣公行館——（15 分鐘）楓林坡——（10 分

鐘）橋上亭——（15 分鐘）棲蘭原生植物標本園——（10 分鐘）忘憂亭——（15 分鐘）楓香神

木——（10 分鐘）蔣公行館

15:00 於棲蘭山莊 CHECK IN 安排住房。

18:00 晚餐於山莊內享用精美豐盛的高山風味特色料理。餐後自由活動~~漫步於山莊內享受晚風吹拂，抬頭仰望璀璨星空，靜靜體驗這裡的山林之美及那無限星空飄渺的蒼穹。



第 2 天：

晨喚、早安→太平山森林遊樂區之旅 (翠峰湖環山國家步道) →太平山莊高山風味午餐→見晴懷古步道→鳩之澤溫泉泡湯→宜蘭晚餐→雪山隧道→台北.台中.高雄。

晨喚、早安，於山莊內享用自助早餐。

08:00 CHECK OUT 集合離開，搭乘接駁小車前往【太平山森林遊樂區】，展開清新自然的太平山之旅。

09:00 抵達太平山 (24K+200、海拔 1950 公尺) (車程約 1 小時)

海拔近 2,000 公尺，是過去林場中心，以紅檜、台灣扁柏聞名，昔日與八仙山、阿里山並稱台灣三大林場，園區內原始森林公園是台灣最容易接近的天然原生檜木林，附近並留有若干伐木時期之遺跡。

太平山擁有原始林、人工林、溫泉、溪流、瀑布與高山湖泊等多樣的景觀風貌，以及豐富的動物、鳥類與昆蟲資源，是一處兼具人文與自然資源特色的旅遊勝地。

09:30 【翠峰湖】海拔 1840 公尺，是台灣面積最大的高山湖泊，其生態體系更是別有洞天，驚鴻一瞥翠峰湖，懾魂折魄之美無以言喻，終將永生難以忘懷，翠峰終年清澈未受污染，湖水清澈且宛若明鏡，有「翠湖倒影」的美名，道盡湖光山色的寫照，翠峰湖畔並設步道供遊客遊湖賞景，是一番更具山林體驗的方式。

翠峰湖環山國家步道 (約 2.5 小時)

位於翠峰湖西側之山丘上，步道全長約 3.95 公里，環繞著台灣最大的高山湖泊，步道係循昔日運材軌道路線整建而成，沿途景致層層疊疊，如同桃花源記中「柳暗花明又一村」般令人驚喜，而終點之解說展示站係採資源再利用方式將舊有油庫改建，另設有雙層觀湖平台，可飽覽翠峰湖壯闊之美景。

為保留原始風貌，步道全程採用生態工法，以不破壞原始地表、不干擾底層動物為原則，完成這條兼具懷舊風情與原始生命力的觀湖山徑。

西入口→25 分鐘→晴峰解說站→60 分鐘→白木林觀景平台→20 分鐘→觀日台→15 分鐘→東入口→15 分鐘 (步行公路) →西入口。步道簡易好走.環狀約 2.5 小時。



溫心提醒：1.戶外活動、健行、登山有其潛在危險.參加前請務必充分了解行程內容及自身狀況是否適合參加，最佳的體能狀況、充分的行前準備便是登山安全的基礎。

2.攜帶身分證件、盥洗用品、備換衣物、個人藥品，禦寒衣物。(太平山海拔近 2000 公尺，海拔每上升 100 公尺，溫度下降約 0.6 度，與平地相差約 8~10 度，記得攜帶保暖衣物。) 登山活動無需帶太多現金、信用卡等貴重物品。

3.建議攜帶護膝、登山杖、穿著登山鞋或好走舒適的鞋子。

4.全程步道往返至少需花約 2.5 小時，請自行攜帶飲用水。

5.活動期間請遵守領隊、嚮導之指示，切勿私自行動，以免發生危險。

12：30 於**太平山莊**享用高山風味午餐。

13：30 集合離開太平山前往**~全球最美小路~見晴懷古步道（900 公尺.來回約 1 小時）**

(台灣唯一入選全球最美 28 條小路)~全長 2.25 公里，當年為太平山運輸木材的鐵路，後來這條廢棄的見晴線鐵道被修建為天然步道，見晴步道很平坦十分好走，沿途的路面建設也是以生態工法施做，不去破壞步道的生態，可惜這條步道 2013 年因颱風多次摧毀，去年僅剩前面 600 公尺開放，還好今年已修復了 900 公尺，雖然短暫卻真的十分的優美，見晴懷古步道中的見晴兩個字由來，是因為太平山即使是晴天也會有起霧，當你從山下開車上山，來到見晴這個地方剛好是脫離起霧的範圍的地方，因此這個地方被人稱之為見晴。

14：30 前往**【鳩之澤溫泉】**位於海拔約 500 公尺的仁澤溫泉，在日治時代稱為「旭澤溫泉」或「鳩之澤溫泉」，93 年正式更名為鳩之澤溫泉。周圍山巒青翠，散步於林蔭中，可盡情享受森林芬多精洗禮。

【鳩之澤溫泉森林步道】步道全長 2 公里，是一中低拔、以常綠闊葉林為主的休閒步道，溫和的氣候、充沛的雨量以及河谷地形，孕育出豐富多樣的生態，沿途設有完善的休憩設施，以及詳實的景觀、地形、動植物等解說牌，是一條供悠閒漫步、進行生態觀察的林間步道。

鳩之澤溫泉泡湯：(泡湯費用.敬請自理.請攜帶泳裝.泳帽)

1.檜木桶湯屋（每節 40 分鐘為限）一假日 NT\$400 元

2.露天溫泉 SPA 池（不限時間/自備泳裝泳帽）一全票 NT\$200 元 /半票 NT\$120 元

3.露天裸湯區（不限時間）一假日全票 NT\$200 元/半票 NT\$120 元

17：00 前往預訂的餐廳享用精美豐盛的晚餐。餐後經雪山隧道返回台北，結束愉快的蘭陽風情二日之旅 !!

~~ 敬祝 旅途愉快 ~~



太平洋假期旅行社股份有限公司

台北市中山區長安東路二段 142 號 8 樓之 4

商務部副理：周穗湘 0963-078-111

TEL：02-2751-3132 FAX：02-2751-3135