

PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

主題旅遊

鐵道、健行系列

瑞士



瑞士國家旅遊局
誠意推介



如有關提升乘搭商務客位往返服務，請與本公司查詢。

12天 瑞士健行·鐵道《闖雪峰·踏冰川·萊茵河源頭》

暢遊/

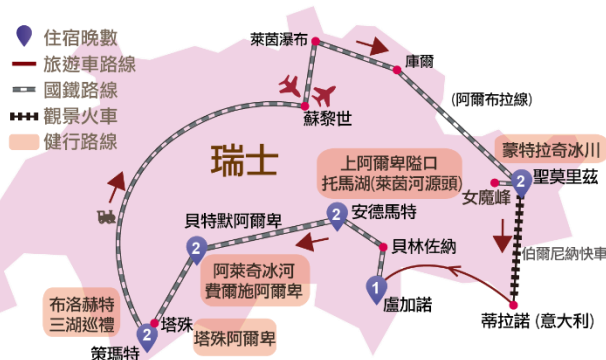
蘇黎世、萊茵瀑布、聖莫里茲、蒙特拉奇冰川、女魔峰、蒂拉諾(意大利)、盧加諾、貝林佐納、安德馬特、上阿爾卑隘口、托馬湖(萊茵河源頭)、貝特默阿爾卑、阿萊奇冰河、費爾施阿爾卑、塔殊、塔殊阿爾卑、策瑪特、布洛赫特(三湖巡禮)



Tour code: EWZA12T

閃亮推介

- ◆ 『健行體驗』打破傳統旅遊模式，用雙腳印證每一段珍貴時刻。
- ◆ 『瑞士旅行通行證頭等車艙』善用完善的瑞士鐵路網絡。
- ◆ 『伯爾尼納快車 Bernina Express』搭乘世界文化遺產鐵道。
- ◆ 『萊茵河源頭』親踏歐洲母親河源頭，上阿爾卑隘口托馬湖。
- ◆ 『與冰川零距離』阿萊奇冰河上健行，踏足阿爾卑斯山最大的冰川。
- ◆ 『徒步到策瑪特』飽覽塔殊瀑布等景色，一路上馬特洪峰就在眼前。
- ◆ 『策瑪特·馬特洪峰~三湖之旅』漫步三湖間細賞大自然的斧神工。
- ◆ 『瑞士交通系統全接觸』體驗全景火車、登山纜車、齒軌火車、高空吊車、不同交通工具，走進非一般旅行團的瑞士秘境。



★頭等車廂包括「瑞士國鐵」部份，並不包括景觀列車、高山鐵道、吊車及纜車，敬請留意★

「賞」話您知

開創瑞士行山團新模式；以輕鬆及靈活的步伐踏進雪嶺雄風、冰川及高山湖泊！本行程適合中級至高級的行山者；需具備一定長途及陡峭爬升行山經驗及有良好的體能耐力。先從 1★的蒙特拉奇冰川熱身；繼而挑戰三段 3-4★的中高級路線，尋找萊茵河源頭、阿萊奇冰河冰川健行及塔殊阿爾卑至策瑪特路線；最後以 2★的三湖巡禮作結。

- ◆ 健行路線級別：1-4★
- ◆ 最長健行時間：約 7-8 小時
- ◆ 最遠健行距離：約 12.6 公里
- ◆ 最高健行海拔：埃基斯峰(2927 m)



容易 ★ x1天	初級 ★★ x1天	中級 ★★★ x1天	高級 ★★★★★ x2天	資深 ★★★★★x0天
路線簡單主要為平路，稍有坡度及石級	大致平坦，有幅度山坡及上落石級	多上下坡或石級，路面凹凸不平，建議使用登山杖，參加者須留意自己的身體狀況以應付此等級的健行	具挑戰性，長及陡峭的爬升，參加者須有良好的體能耐力	高海拔攀登，長途且陡峭的爬升，適合有豐富經驗者

極致享受

- ◆ 乘坐瑞士航空直航來回，尊貴首選。
- ◆ 安排行李直接運送至酒店服務(DOOR TO DOOR)，靈活又尊貴。
- ◆ 乘坐火車旅遊唔一定要揸背囊，仲可以擺大噏，輕鬆首選！
- ◆ 貝特默阿爾卑連續住宿兩晚，不同角度與方式遨遊阿萊奇冰河。
- ◆ 聖莫里茲、安德馬特、策瑪特連續兩晚住宿。



精選美饌

- ◆ 貝林佐納：意大利薄餅及海鮮意粉
- ◆ 貝特默阿爾卑：芝士火鍋
- ◆ 策瑪特：烤芝士、瓦萊州特色黑面羊



【健行瑞士團重要事項】(報名前敬請先行了解)

- ◇ 行程中的健行活動及火車路線，由當地接待單位按實際情況而作出決定。
- ◇ 行山路線會因應天氣、交通、團員之體力等難以估計因素，有需要時會作出即時更改，甚至縮短路線，一切以領隊的當時決定為準；本公司保留最終決定權，團友不得藉此反對。
- ◇ 客人必須衡量個人體格、年齡及健康狀況，如有需要，報團前應要徵詢醫生或專業人士之意見及建議。

🚶 健行 🚠 吊車/纜車 🚂 火車 🚌 巴士 🚇 地下纜車

第 1 天 香港 → 蘇黎世(瑞士)
Hong Kong → Zurich(Switzerland)

是日集合於香港國際機場，由尊賞假期專業領隊陪同下，乘坐瑞士航空直航飛往瑞士~蘇黎世。

第 2 天 蘇黎世 🚂 萊茵瀑布 🚂 庫爾 🚂 阿爾布拉鐵路 🚂 聖莫里茲
Zurich 🚂 Rhine Falls 🚂 Chur 🚂 Albula Line
🚂 St. Moritz

🏞️ 萊茵瀑布：歐洲最大的瀑布之一，水流量巨大，德國大文豪「歌德」就曾形容它有如「海洋的盡頭」。安排乘船暢遊，感受滔滔河水。



🚂 阿爾布拉鐵路：庫爾和聖莫里茲之間的阿爾布拉鐵路，是世界上最美麗的山區路線之一。沿途經過傳說中的魔鬼大橋：蘭德瓦薩拱橋(Landwasser viaduct)。



聖莫里茲：位於海拔1856米的阿爾卑斯山區，四周是雪山環繞的湖泊，是歐洲最著名的度假勝地。

↪ Reine Victoria 或 Crystal 或 Monopol 酒店或同級

早餐	午餐	晚餐
航機上/自理	當地餐廳	酒店餐廳

第 3 天 聖莫里茲 🚂 蒙特拉奇 🚂 蒙特拉奇冰川 🚂 女魔峰車站 🚂 女魔峰 🚂 聖莫里茲
St Moritz 🚂 Morteratsch 🚂 Morteratsch Glacier 🚂 Diavolezza Station 🚂 Diavolezza 🚂 St Moritz

健行路線：蒙特拉奇冰川(1896m)

健行：5 公里 (約 2.5 小時，難度：1★)

🏞️ 蒙特拉奇冰川：位於女魔峰側，連綿7公里，步道上刻著不同年份，標記自1878年以來冰川縮退的概況，從每年平均縮退17.2m；至近年以平均30m速度縮退，讓人充分感受地球暖化下冰河是怎麼樣漸漸消失。



🏞️ 女魔峰：著名的恩加丁(Engadine)山峰，在意大利語中是女魔的意思。傳說很久以前一個美麗的女山神令人類誤入歧途，令這兒的人們從此消失了。女魔峰環繞著幾個海拔三千米的山峰，還有佩爾斯(Pers)和莫爾特拉奇(Morteratsch)冰河，景色令人難忘。

↪ Reine Victoria 或 Crystal 或 Monopol 酒店或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店餐廳	當地餐廳	酒店餐廳

第 4 天

聖莫里茲 +++ 「伯爾尼納快車」 +++ 火車
 蒂拉諾 (意大利) 火車 盧加諾(瑞士)
 St. Moritz ~ 「Bernina Express」 火車 Tirano
 (Italy) 火車 Lugano (Switzerland)

🚂 **伯爾尼納快車**：名列世界文化遺產的觀光鐵路，沿途高度落差高達海拔 1,800 公尺，雪嶺雄峰，冰川美景，蔚為奇觀。在普斯提亞沃谷地的 360 度轉彎拱橋，鬼斧神工的建築技術與景觀，更是令人讚嘆不已。



蒂拉諾：位於意大利靠近瑞士邊境的小鎮，更是伯爾尼納列車的起迄站。

📍 **盧加諾**：坐落於蔚藍幽深的盧加諾湖畔，小鎮保存地中海風情和意式建築，風光怡人。

👉 **De La Paix 或 Bellevue au Lac 或 Admiral 酒店或同級**

早餐	午餐	晚餐
酒店餐廳	當地餐廳	酒店餐廳

第 5 天

盧加諾 火車 貝林佐納 火車 格朗德城堡 火車 安德馬特
 舊城區 火車 魔鬼橋 火車 蘇沃洛夫紀念碑
 安德馬特
 Lugano 火車 Bellizona 火車 Castelgrande 火車
 Andermatt 火車 Old Town 火車 Teufelsbrücke
 火車 Suvorov Monument 火車 Andermatt

📍 **貝林佐納**：有「城堡之都」的美譽。

🏰 **格朗德城堡**：又名「大城堡」，三座城堡中最知名的一座。建於十三世紀，經多次增建及改造，有 800 多年歷史，被列入世界文化遺產。城堡中更設有考古博物館及藝術博物館。
安德馬特：地處在烏里州(Uri)，海拔 1437 米，位於瑞士中部聖哥達山地的中央，同時也是瑞士的歷史中心。聖哥達地區在歐洲被稱為「護城河環繞的城堡」；超過 40 個大大小小的湖泊，歐洲許多主要的河流，如萊茵河、羅納河、羅伊斯河及提契諾河都發源自聖哥達的群山中。

📍 **魔鬼橋**：是瑞士最險峻的路橋，始建於 1230 年，數毀數建。當地傳說若要保住建好的橋，魔鬼將會索要第一個走過新橋者的靈魂作為代價。魔鬼橋因此得名。



📍 **蘇沃洛夫紀念碑**：兩百年前，法國拿破侖軍隊通過這裡險峻的地勢抗擊俄國軍隊。紀念碑為了紀念這場戰爭而建。

👉 **Radisson Blu 酒店或同級**

早餐	午餐	晚餐
酒店餐廳	意大利薄餅及 海鮮意粉	當地餐廳

第 6 天

安德馬特 火車 上阿爾卑隘口 火車 托馬湖 火車 萊茵河源頭
 火車 米歇爾隘口 火車 維米格爾 火車 安德馬特
 Andermatt 火車 Oberalppass 火車 Tuma Lake
 火車 Source of River Rhine 火車 Maighelspass
 火車 Vermigel 火車 Andermatt

健行路線：上阿爾卑隘口(2044m)~托馬湖(萊茵河源頭)(2345m)~米歇爾隘口(2407m)~維米格爾(2042m)
 健行：12.6km，攀升 710 米 下降 780 米，
 最高海拔：2420 米 (約 7-8 小時，難度：4★)

📍 **上阿爾卑隘口**：海拔 2044 米，阿爾卑斯山的一條高山口。

📍 **托馬湖(萊茵河源頭)**：托馬湖被視為萊茵河的源頭，也是一步可以橫跨這條穿越 4 個國家河流唯一的地方。健行的起點位於上阿爾卑山口，穿過山谷向南然後向上攀登 350 米到達這座迷人的高山湖泊。



📍 **米歇爾隘口**：從托馬湖一路走到米歇爾隘口，沿途經過大小湖泊及水流湍急的小河、瀑布，感受水之源的力量。步行至維米格爾，我們將在一間典型山屋喝一杯咖啡！

👉 **Radisson Blu 酒店或同級**

註：為方便保持於行山路線，是日健行之午餐只能提供 Packed Lunch (輕便餐盒)，敬希留意。

早餐	午餐	晚餐
酒店餐廳	輕便餐盒	酒店餐廳

第 7 天

安德馬特 火車 貝特 火車 貝特默阿爾卑 火車
 貝特默爾峰(阿萊奇冰河)~自由活動
 Andermatt 火車 Betten BAB 火車 Bettemeralp
 火車 Viewpoint Bettmerhorn 火車
 Altesch Glacier ~ Free at Leisure

是日乘國鐵前往貝特默阿爾卑，抵達後乘坐纜車登上貝特默爾峰。午餐後可自由散步於無煙城或沿湖邊輕鬆健行。
貝特默阿爾卑：無煙環保村莊，位於海拔 1970 米之上的半山腰，只能通過大型的空中纜車前往，是個風光明媚的山中小鎮，每年幾乎有 300 天陽光普照。

📍 **阿萊奇冰河**：冰河全長 23 公里，面積達 115 平方公里，冰重達 27 億噸，是阿爾卑斯山脈最大的冰河。從少女峰山口一直延伸至阿萊奇，被列為世界自然遺產

👉 **Waldhaus 或 Alpfrieden 酒店或同級**

註：由於貝特默阿爾卑地區酒店供應有限，本社已安排當地接待團體最好的酒店，唯酒店設備簡潔不作豪華論。如因酒店未能提供團體訂房，將安排入住其他城市之 4 星級酒店。

早餐	午餐	晚餐
酒店餐廳	當地餐廳	芝士火鍋

第 8 天

貝特默阿爾卑 貝特 費爾施 費爾施阿爾卑
埃基斯峰 阿萊奇冰河冰川健行#
貝特 貝特默阿爾卑
Bettmeralp Betten Fiesch
Fiescheralp Eggishorn Altesch
Glacier Experience Betten
Bettmeralp

健行路線：埃基斯峰觀景台(2869m)~埃基斯峰(2927 m)~
阿萊奇冰川邊緣(2333m)~阿萊奇冰川(約 2200-2300m)

健行：約 6-7 小時，其中 2-3 小時於冰川上#，難度：4★

埃基斯峰：從觀景台(2,869米)可欣賞到360°的阿萊奇冰
河全景觀壯麗美景。



冰川健行：由專業冰川教練帶領下踏足阿萊奇冰河，零
距離接觸萬年冰雪。冰川上沒有道路，但佈滿小小的冰眼
和窄縫，下面可見清澈湛藍的雪水。費爾施地區有著百多
公里的步行徑，海拔 2927 米的埃基斯峰 Eggishorn 為當
地最知名山峰，體驗從阿萊奇冰河邊緣健行至壯麗冰川。

註：是日將由專業冰川教練帶領下體驗冰川健行。基於安全
理由，參加者必須自備及使用防水行山鞋，護目太陽鏡等裝
備及使用教練提供的安全措施，如連繫繩、冰爪等，並完全
按照教練的指示進行健行，不得擅自離開路線。如受天氣影
響，健行路線有可能會縮短、更改或取消。



#是日健行路線、健行距離和時間及於冰川上健行的長短須
按照當時天氣、路況及團友體力等因素由教練作最終決定，
如屆時健行情況與本行程所述有別，敬請見諒。

Waldhaus 或 Alpfrieden 酒店或同級

註：是日午餐須視乎當日之健行路線作出安排，敬希留意。

早餐 酒店餐廳	午餐 輕便餐盒/當地餐廳	晚餐 酒店餐廳
------------	-----------------	------------

第 9 天

貝特默阿爾卑 貝特 塔殊 塔殊阿爾卑
策瑪特
Bettmeralp Betten Täsch
Täschalp Zermatt

健行路線：塔殊阿爾卑(2214m)~策瑪特(1620m)

健行：9.9 km，攀升 300 米 下降 870 米，

最高海拔：2340 米 (約 4-5 小時，難度：3★)

塔殊阿爾卑：海拔 2214 米的塔殊阿爾卑，擁有壯麗高
山景色，前往策瑪特的路上，能夠盡情飽覽塔殊瀑布等美
麗景色，一路上馬特洪峰就眼前。

策瑪特：位於馬特洪峰腳下，此鎮禁止車輛通行，全鎮交
通以電動車、馬車代步，因此環境清幽，空氣清新。

Christiania 或 National 或 Alpenhof 酒店或同級

早餐 酒店餐廳	午餐 當地餐廳	晚餐 烤芝士
------------	------------	-----------

第 10 天

策瑪特 蘇內加 布洛赫特 三湖巡禮
蘇內加 策瑪特
Zermatt Sunnegga Blauherd
3-Seenweg Sunnegga Zermatt

健行路線：布洛赫特(2588m)~三湖巡禮~蘇內加(2288m)

健行：7km (約 3 小時，難度：2★)

(註：能否拍攝到馬特洪峰倒影須視乎當日天氣。)

三湖巡禮(3-Seenweg)：區內知名的健行路線，具有挑戰
性，每個湖泊都有自己的獨特形狀、顏色和特徵。健行於森
林與繁花小徑，一路享受壯闊的群峰與冰河景致，高山湖泊
及馬特洪峰優雅身影也一覽無遺。



(註：五湖健行路線一般包括 Stellisee, Grindjisee, Leisee,
Grunsee & Moosjisee，由於 Grunsee 與 Moosjisee 所在位置較
偏遠，所需時間及體力較大，本社特別設計「三湖巡禮」路線，可
隔著山谷眺望此兩湖。)

Christiania 或 National 或 Alpenhof 酒店或同級

早餐 酒店餐廳	午餐 當地餐廳	晚餐 瓦萊州特色黑面羊
------------	------------	----------------

第 11/12 天

策瑪特 蘇黎世 香港
Zermatt Zurich Hong Kong

早餐後，自由活動。稍後搭乘國鐵火車前往蘇黎世機場，乘
坐瑞士航空直航飛返香港。航機於第 12 天安抵香港。旅程
至此，完滿結束!

早餐 酒店餐廳	午餐 自理	晚餐 自理/航機上
------------	----------	--------------

註：報名前請參閱本公司或網頁 https://premiumholidays.com/tour_terms/ 內之最新版本的重要責任及細則條款。

上述之膳食安排，如遇節日、裝修或特殊情況，將安排其他膳食替代 | 行程及膳食之先後次序，會按當地實際情況而可能有所改動，如遇特殊情況下關閉或
假期或門票售罄，將會以其他節目代替 | 如遇展覽會或其他特殊情況而未能提供行程表上的城市或酒店住宿，將安排鄰近或週邊城市之同級酒店住宿，客
人不得藉此要求退款或賠償 | 以上圖片及地圖只供參考。 入內參觀 外觀拍照 自費節目 下榻酒店 EWZA12SUM_241101

Premium Holidays 尊貴假期 Premiumholidayshk 電話查詢:2115 9828

如對服務質素有任何意見，歡迎電郵至 suggestion@premiumholidays.com 牌照號碼: 353894

尊貴·專享·超越您所想

旅行團·主題旅遊·郵輪假期·專列火車·商務及獨立組團