

挪威罗弗敦群岛+冰岛 16 日路线

【北欧追梦·星际迷航】



行程特色：

※造访“山猫之脚”罗弗敦群岛

※深入蓝色冰洞，探秘“外星”世界

※历险来无影去无踪的冰川

※追寻“极光”女神的脚步

行程目录

D1	沈阳-北京
D2	北京-赫尔辛基-奥斯陆
D3	奥斯陆-罗弗敦群岛
D4	罗弗敦群岛
D5	罗弗敦群岛
D6	罗弗敦群岛
D7	罗弗敦群岛-奥斯陆-雷克雅未克
D8	雷克雅未克
D9	维克 冰岛
D10	雷克雅未克-瓦特纳冰川国家公园
D11	瓦特纳冰川国家公园
D12	雷克雅未克
D13	雷克雅未克-斯蒂基斯霍尔米
D14	雷克雅未克
D15	雷克雅未克-赫尔辛基-北京
D16	北京-沈阳

DAY1

沈阳-北京





沈阳桃仙国际机场

Shenyang Taoxian International Airport



沈阳桃仙国际机场是国家一级干线机场，国家八大航空枢纽之一，东北地区航空运输枢纽。桃仙国际机场位于辽宁省中部，距沈阳市中心 20 公里。同时为辽宁中部沈阳、抚顺、本溪、鞍山、铁岭、辽阳等大中城市的共用机场。

📞 联系方式

024 8939 2000

📍 地址

辽宁省沈阳市东陵区桃仙镇机场路

🌐 主页

<http://tx.lnairport.com/>

✈

北京首都国际机场

Beijing Capital International Airport



北京首都国际机场（Beijing Capital International Airport，ICAO 机场代码：ZBAA；IATA 机场代码：PEK），简称“首都机场”，位于北京市朝阳区，是朝阳区位于顺义区的的外飞地，是中国地理位置最重要、规模最大、设备最齐全、运输生产最繁忙的大型国际航空港，也是中华

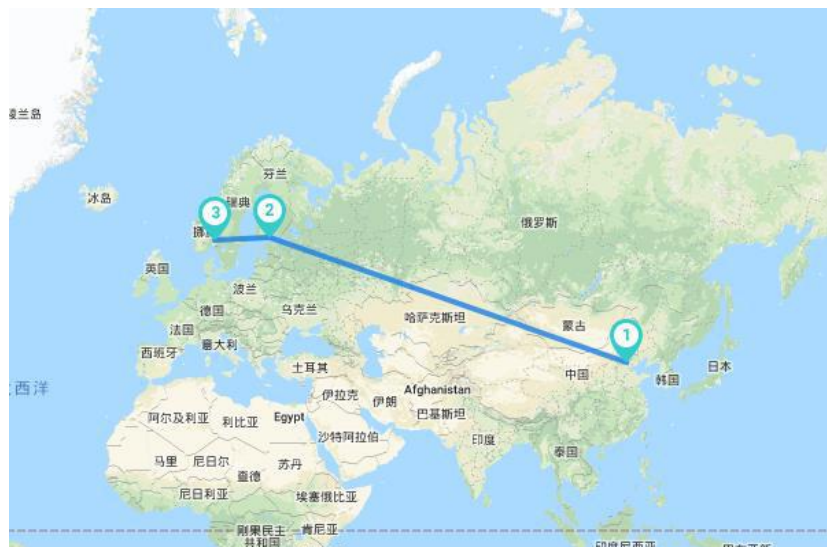
人民共和国的国门。北京首都国际机场共有 3 个航站楼，是中国的空中门户和对外交流的重要窗口。

 地址

北京市顺义区机场西路

DAY2

北京-赫尔辛基-奥斯陆





北京首都国际机场

Beijing Capital International Airport

北京首都国际机场（Beijing Capital International Airport，ICAO 机场代码：ZBAA；IATA 机场代码：PEK），简称“首都机场”，位于北京市朝阳区，是朝阳区位于顺义区的的外飞地，是中国地理位置最重要、规模最大、设备最齐全、运输生产最繁忙的大型国际航空港，也是中华人民共和国的国门。北京首都国际机场共有 3 个航站楼，是中国的空中门户和对外交流的重要窗口。



地址

北京市顺义区机场西路



赫尔辛基国际机场



📍 地址

赫尔辛基国际机场

千

奥斯陆加勒穆恩机场

Oslo Airport, Gardermoen



挪威最大的国际机场，位于奥斯陆北部约 48 公里处。

小贴士:

在机场可从售票机购买 Flytoget 或 NSB 铁路火车的车票。所有售票机都可选择英语及挪威语的界面。要注意两家公司的售票机集中在一处，购买前要看清楚售票机卖的是哪种车票。在机场可从售票机购买 Flytoget 或 NSB 铁路火车的车票。所有售票机都可选择英语及挪威语的界面。要注意两家公司的售票机集中在一处，购买前要看清楚售票机卖的是哪种车票。

开放时间

10 月至次年 2 月

联系方式

+47 64 81 20 00

地址

Edvard Munchs veg 2061 Gardermoen, Norway

 到达方式

Flytoget 机场快线：从机场通往市区最快的方式，约 19 分钟到达中央火车站(Oslo S)，同时也是价格最昂贵的方式：单程票正价为 170 挪威克朗，学生及 16-20 岁的青年可享受优惠价格 85 挪威克朗。

NSB 铁路火车：NSB 为挪威国家铁路公司的缩写。由机场到达中央火车站需时约半小时。单程票为 90 挪威克朗。时间表及更多资讯可浏览网站。总的来说，最合理的往返机场和市区的方式为 NSB 铁路火车，价格几乎最低，而且需时也较短。

大巴 Flybussen：可往返于市区和机场之间，中途有多个停车站，到达奥斯陆巴士总站(Oslo bussterminal，就在 Oslo S 附近)需时约 43 分钟。成人单程票为 150 挪威克朗，30 岁及以下的学生可享受优惠价格 80 挪威克朗。

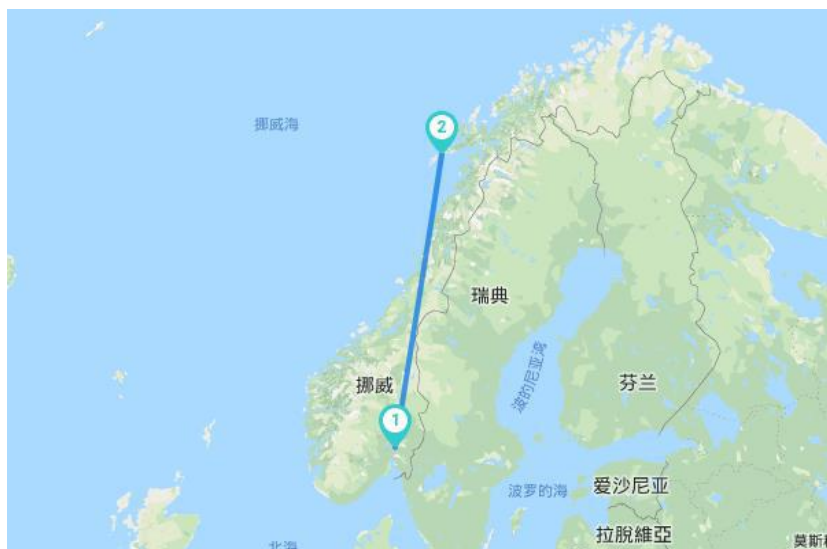
出租车：费用相当昂贵，不建议乘坐。以 Oslo Taxi(一间本地的出租车公司)为例，在平日白天(6:00-17:00)从机场到市中心需支付 695 挪威克朗，其他时刻需另加 200 挪威克朗。

 主页

<http://www.osl.no/>

DAY3

奥斯陆-罗弗敦群岛



早餐后前往机场搭乘内陆段航班前往挪威北部港口城市斯沃尔维尔。抵达后午餐，随后前往酒店入住并自由活动，晚餐后前往周边追逐极光。

“罗弗敦”在挪威语中是“山猫之脚”，就像是一把随意撒在海中的小岛，锯齿状的山峰不算巍峨却形状秀美。您在罗弗敦群岛将会有机会看到不同强度的极光，虽然肉眼看到的没有相机捕捉到的颜色鲜艳，但极光的灵动和神秘是一张图片所无法表达的。



奥斯陆加勒穆恩机场

Oslo Airport, Gardermoen

挪威最大的国际机场，位于奥斯陆北部约 48 公里处。

小贴士：

在机场可从售票机购买 Flytoget 或 NSB 铁路火车的车票。所有售票机都可选择英语及挪威语的界面。要注意两家公司的售票机集中在一处，购买前要看清楚售票机卖的是哪种车票。在机场可从售票机购买 Flytoget 或 NSB 铁路火车的车票。所有售票机都可选择英语及挪威语的界面。要注意两家公司的售票机集中在一处，购买前要看清楚售票机卖的是哪种车票。

开放时间

10 月至次年 2 月

联系方式

+47 64 81 20 00

地址

Edvard Munchs veg 2061 Gardermoen, Norway

到达方式

Flytoget 机场快线：从机场通往市区最快的方式，约 19 分钟到达中央火车站(Oslo S)，同时也是价格最昂贵的方式：单程票正价为 170 挪威克朗，学生及 16-20 岁的青年可享受优惠价格 85 挪威克朗。

NSB 铁路火车：NSB 为挪威国家铁路公司的缩写。由机场到达中央火车站需时约半小时。单程票为 90 挪威克朗。时间表及更多资讯可浏览网站。总的来说，最合理的往返机场和市区的方式为 NSB 铁路火车，价格几乎最低，而且需时也较短。

大巴 Flybussen：可往返于市区和机场之间，中途有多个停车站，到达奥斯陆巴士总站(Oslo bussterminal，就在 Oslo S 附近)需时约 43 分钟。成人单程票为 150 挪威克朗，30 岁及以下的学生可享受优惠价格 80 挪威克朗。

出租车：费用相当昂贵，不建议乘坐。以 Oslo Taxi(一间本地的出租车公司)为例，在平日白天(6:00-17:00)从机场到市中心需支付 695 挪威克朗，其他时刻需另加 200 挪威克朗。

主页

<http://www.osl.no/>



Evenes 机场

Harstad/Narvik Airport, Evenes (EVE)



📍 地址

8536 Evenes, Norway



罗弗敦群岛

Lofoten



壮观的罗弗敦群岛是由上古的冰川雕琢而成的。Vestfjorden 峡湾把它和挪威大陆隔离了开来，把它孤零零留在了辽阔的海上。尽管如此，从远处看上去，群岛仍然像一条似有似无的链子，永远连在一起。因此，当地人又叫它“罗弗敦围墙”。



奥斯陆 - 博德 - 斯沃尔维尔行程：早餐后前往码头，搭乘快艇出海拍摄白尾海雕。我们的船长是白尾海雕的“朋友”，在他的带领下，我们将有机会拍摄到白尾海雕捕鱼的难得场景。

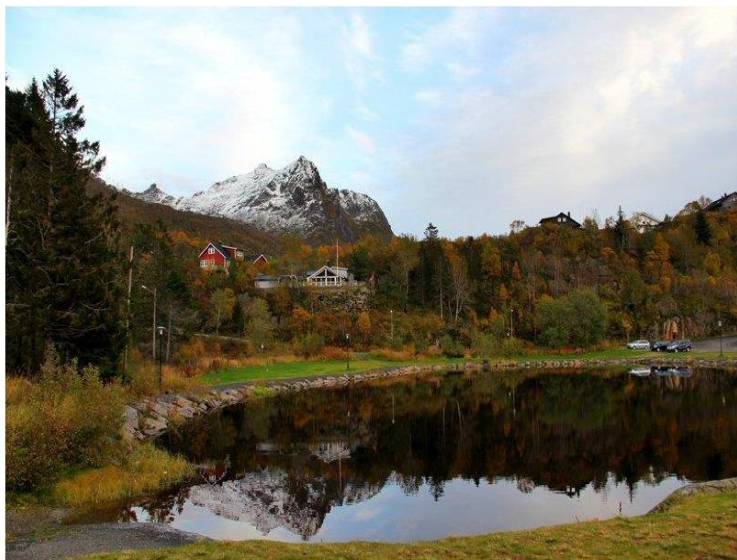
岛上的天气变化莫测，上午可能狂风肆虐，中午却又可能转为风和日丽，您将切身体会到北极圈内环境的多变。

下午前往亨宁斯维尔，这里坐落在罗弗敦群岛一小块海岬的末端上，由木制古建筑群和现代混凝土砖块组成的中心小镇素有罗弗敦的威尼斯之称，它的景致独具魅力，还拥有群岛上最大最繁忙的港口，是您展开探索之旅的最佳起点。



斯沃尔韦尔

Svolvær



这里也许不及罗佛敦群岛其他镇子漂亮,但他有最便利的现代设施和最好的夜生活场所

¥ 门票价格

无

🕒 开放时间

全天

📍 地址

挪威斯沃尔韦尔



亨宁斯韦尔

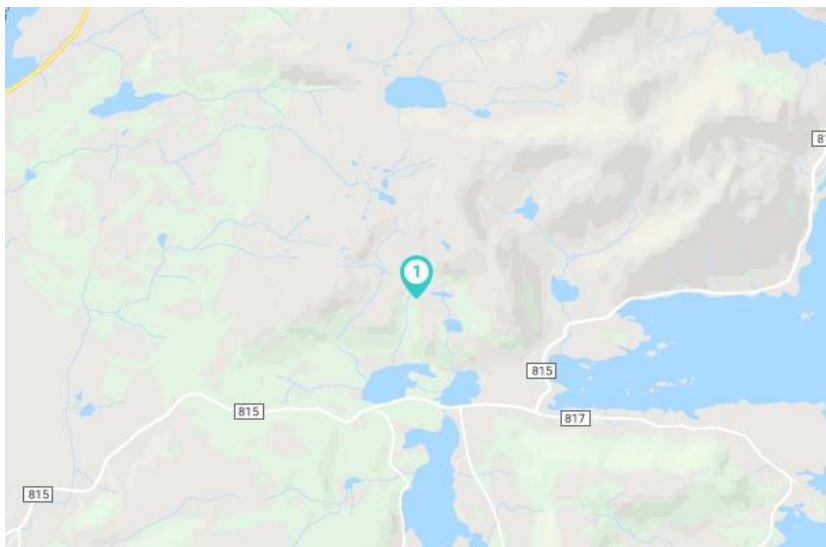
Henningsvar



无论从地图上看还是到现场身临其境，都是一座有着海上瑶台般仙境感的美丽小镇。

DAY5

罗弗敦群岛



斯沃尔维尔-莱克内斯

行程：今天我们将离开这座迷人的小镇出发前往莱克内斯，沿途拍摄壮丽的罗弗敦群岛风光，如您刚好热爱冬天、冰雪、海洋和山峦，那么罗弗敦的冬天将在那一小片土地上给予你想要的一切。这里的地形像一片海中拔起的雪峰，连绵的峭壁如同海上筑起的一道墙，墙内散落的则是当地人居住的小小渔村，不入俗世，远离尘嚣。游览后前往莱克内斯入住酒店调整休息过后，如果天气允许，可前往 Utakleiv 沙滩静候极光。



莱克内斯

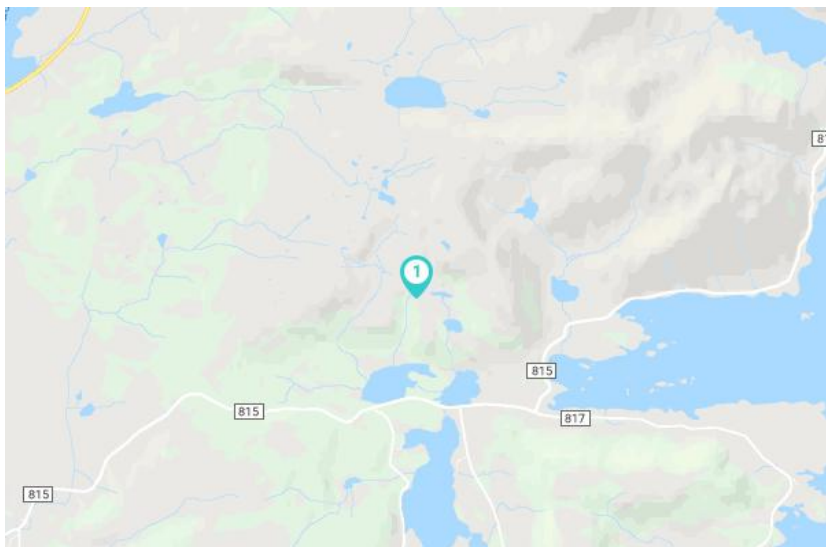
Leknes



Lofoten 的南方中心，西南三岛最大的城市（其实也就是两千人的小镇），还有个飞机场，同时也是公共交通枢纽，非自驾玩家适合住这里。有个大超市，甚至还有 Best Western 连锁酒店，不过风景实在平平。

DAY6

罗弗敦群岛



莱克内斯-雷纳-莱克内斯

行程：如有兴趣，清晨我们将一同守候北极圈内的日出，随着太阳慢慢升起，光线由浅粉到黄继而又转成金红色，雪山和房子都好像被镀上了一层璀璨的金色，感染着每双有幸目睹这一壮丽景致的眼睛。

早餐后乘车前往雷纳 Reine 的渔村以及 Hamnøy、Moskenes、Ramsberg 等各个村落。这里排列着规模庞大的晒鱼架，每年的捕鱼季（二月底至四月底），渔民会依照古老的传统，将新鲜捕获的鲑鱼晾晒在架子上，场面极其壮观。

如天气晴好，幸运的话冬日温柔的光线和夜晚漫天舞蹈的极夜精灵，会让一切更加迷人。游览结束后乘车返回莱克内斯。



雷讷

Reine



雷讷是挪威莫斯克内斯的行政中心，风景优美。

地址

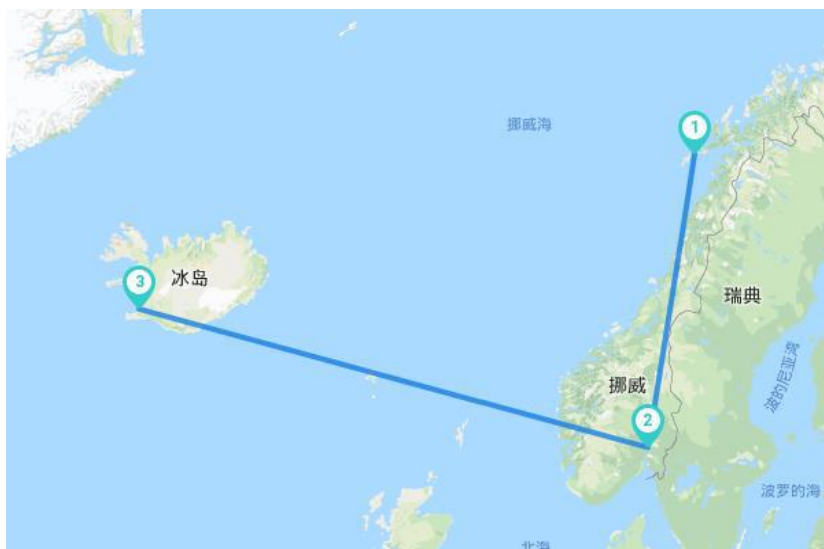
Reine, Norway

到达方式

<http://www.lofoten.info/en/bus>

DAY7

罗弗敦群岛-奥斯陆-雷克雅未克



莱克内斯-博德-奥斯陆-雷克雅未克行程：早餐后乘车前往机场，搭乘航班经博德及奥斯陆转机前往冰岛首都雷克雅未克。
抵达后入住酒店，稍事休息或自由活动。



Evenes 机场

Harstad/Narvik Airport, Evenes (EVE)

地址

8536 Evenes, Norway



奥斯陆加勒穆恩机场

Oslo Airport, Gardermoen

挪威最大的国际机场，位于奥斯陆北部约 48 公里处。

小贴士：

在机场可从售票机购买 Flytoget 或 NSB 铁路火车的车票。所有售票机都可选择英语及挪威语的界面。要注意两家公司的售票机集中在一处，购买前要看清楚售票机卖的是哪种车票。在机场可从售票机购买 Flytoget 或 NSB 铁路火车的车票。所有售票机都可选择英语及挪威语的界面。要注意两家公司的售票机集中在一处，购买前要看清楚售票机卖的是哪种车票。

开放时间

10 月至次年 2 月

联系方式

+47 64 81 20 00

地址

Edvard Munchs veg 2061 Gardermoen, Norway

到达方式

Flytoget 机场快线：从机场通往市区最快的方式，约 19 分钟到达中央火车站(Oslo S)，同时也是价格最昂贵的方式：单程票正价为 170 挪威克朗，学生及 16-20 岁的青年可享受优惠价格 85 挪威克朗。

NSB 铁路火车：NSB 为挪威国家铁路公司的缩写。由机场到达中央火车站需时约半小时。单程票为 90 挪威克朗。时间表及更多资讯可浏览网站。总的来说，最合理的往返机场和市区的方式为 NSB 铁路火车，价格几乎最低，而且需时也较短。

大巴 Flybussen：可往返于市区和机场之间，中途有多个停车站，到达奥斯陆巴士总站(Oslo bussterminal，就在 Oslo S 附近)需时约 43 分钟。成人单程票为 150 挪威克朗，30 岁及以下的学生可享受优惠价格 80 挪威克朗。

出租车：费用相当昂贵，不建议乘坐。以 Oslo Taxi(一间本地的出租车公司)为例，在平日白天(6:00-17:00)从机场到市中心需支付 695 挪威克朗，其他时刻需另加 200 挪威克朗。

主页

<http://www.osl.no/>



雷克雅未克国际机场

Reykjavík Airport



雷克雅未克国际机场（冰岛语：Reykjavíkurlugvöllur），机场代码 REK；位于冰岛首都雷克雅未克市中心，从机场步行 5 分钟即可到达雷克雅未克市区。机场只提供冰岛国内的航班，也有部分冰岛到格陵兰和法罗群岛的小规模国际航班。规模次于同城的凯夫拉维克国际机场（IATA 代码：KEF）。机场是冰岛航空公司和冰岛鹰航空公司的总部基地。

小贴士：

机场到市区距离 50 公里

 联系方式

+354 570 3000

 地址

Reykjavíkurlugvöllur Þorragata 10 101 Reykjavík 冰岛

 到达方式

飞机

 主页

<http://www.isavia.is/English/>

DAY8

雷克雅未克



雷克雅未克-黄金圈-维克

行程：驱车前往“黄金圈”，游览大间歇泉、议会旧址和黄金瀑布。盖锡尔（Geysir）间歇泉每隔约 20 分钟喷发一次，每次喷发约持续 1-2 分钟，水柱可高达 20 米，十分壮观。

辛格瓦德拉湖（Thingvallavatn）是冰岛上最大的天然湖泊，930 冰岛议会在该湖北岸的辛格韦德利成立，故又称为议会湖。黄金瀑布（Gullfoss）是冰岛的第二大瀑布，如天气晴好，瀑布的水雾在阳光照射下现出彩虹，色彩斑斓，因此被称为黄金瀑布。

游览结束后驱车前往维克，入住酒店并晚餐。晚餐后如天气晴好，可前往周边等待极光。



大间歇泉

Great Geysir



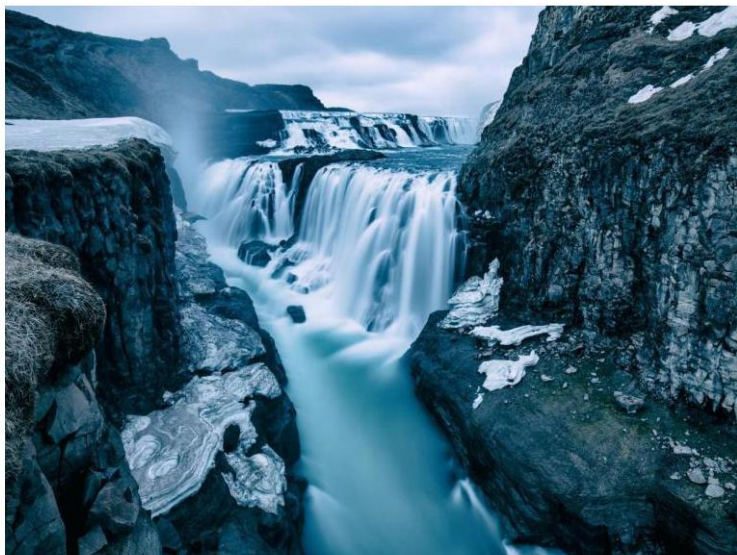
地址

Great Geysir, Suðurland, Ísland



黄金瀑布

Gullfoss



黄金瀑布(Gullfoss)是冰岛最壮观的瀑布之一，总高度 32 米，最长下降 21 米，是冰岛最受欢迎的旅游景点之一，属于雷克雅未克周边黄金三角线的一部分。

小贴士：

黄金瀑布非常壮观，水汽也很大，因此出行前应做好防水和保暖措施，防止淋湿。

 联系方式

+354-4866500

 地址

Gullfoss Parking, Gullfossi

 主页

<http://gullfoss.is/>



辛格韦德利国家公园

Þingvellir National Park



辛格韦德利国家公园(Pingvellir National Park)是世界文化遗产，世界上最早的议会在此召开。

小贴士：

游客中心的厕所收费 200 克朗，开放时间 9:00-20:00

游客中心联系电话(354) 4822660, 邮箱 thingvellir@thingvellir.is

¥ 门票价格

免费

🕒 开放时间

游客中心开放时间：6 月至 8 月 9:00-18:00，9 月至 5 月 9:00-17:00

公园里的教堂(Pingvallakirkja)开放时间 5 月中旬-9 月初

9:00-17:00，其它时段开放时间请联

 联系方式

354-4823613

 地址

Selfoss 801,Þingvallavegur

 到达方式

从雷克雅未克市沿一号环岛公路向北途经 Mosfellsbær 小镇，在第一个出口右拐进入 36 号公路

 主页

<http://www.thingvellir.is>

DAY9

维克 冰岛



维克行程：维克有着太多吸引人前往的因素，如世界末日般的黑沙滩，玄武岩火山岩壁雷尼斯加尔山，冰岛国鸟海鹦的栖息地以及坠毁于黑沙滩的DC 飞机残骸，都是冰岛之所以迷人的原因。

如有兴趣，日出前我们可驱车前往黑沙滩拍摄日出。

玄武岩石柱、象鼻山和钢琴岩石柱沙滩，在日出的光线下都是绝美的景色。

下午前往著名 DC3 坠机点，参观飞机残骸。晚上如天气晴好，可前往黑沙滩蹲守极光。



维克镇

Vik Church



维克小镇山顶的红顶教堂，天气好时，可以从这里俯瞰小镇，美极了。路上遇到的一对俄国新人在那里举行了婚礼，赠送了一对刻有新人名字和结合时间的高脚杯，美不胜收。

 **地址**

维克



维克黑沙滩

Reynisfjara



世界十大最美沙滩之一。

黑沙滩位于冰岛南部，一个只有 300 常住居民的小镇维克(Vík)边上，分东西两侧，西侧是 Dyrhólaey 自然保护区，东侧是 Reynis 岩和黑色海滩，沙滩两侧各与编号 215 和 218 的公路相连，是冰岛最著名的自然景观和旅行目的地之一。

据当地人介绍，冰岛的火山活动频繁，黑沙滩的“沙”其实是颗粒状的火山熔岩。

毗邻风景如画、安宁和睦的维克小镇，与风琴岩峭壁相伴。黑沙为火山喷发后，高温岩浆遇海水迅速冷却，形成的颗粒细小的熔岩颗粒。从黑沙滩远眺，北大西洋一望无际。黑沙与白浪在阳光下形成强烈反差，“笔架山”礁石与其隔海相望，交相呼应，呈现举世闻名的海滨美景。

黑沙滩的形成与火山作用有关，远古时候的一次海底火山爆发，海底的泥层都翻出地面，与海边的泥土糅合在一起，从此就分也分不清，加上海水和风力长年累月的作用，迫使熔岩与泥土化整为零，终于变成今天绵绵不绝的黑沙滩。

黑沙滩的确是纯黑色的沙地，有点粗糙，但近海的地方沙还是非常细。黑色的海和沙，加上乌云密布，说是魔鬼的领地一点也不过分。游客初到这里会感觉黑漆漆的一片，乍一眼望去，连海水也是黑的，其实不然，因为海滩是黑色的，黑沙衬的海水也黑了。仔细看海水还是蓝色的，沙上的椰树和一些绿色植物同这片黑色形成了鲜明的对比。经常会有一些海龟爬到海滩上，能在乌黑乌黑的沙滩上看到蠕动的白色海龟也会让人激动很久。

开放时间

全年

地址

Reynisfjara, Vik, Island

到达方式

维克市步行



玄武岩石柱

Reynisfjara Beach



常与北爱尔兰的“巨人之路”相比较，每节石柱直径都在 10-20 厘米之间，高度在 1 米左右，大自然的魅力使得这些石柱犹如被人工雕琢的几何形状。

地址

Reynisfjara Beach)



飞机残骸

Plane Wreck



黑沙滩的飞机残骸，1973 年 11 月 24 号，一架美国海军飞机 (C-47) 被逼降落于冰岛南部 Sólheimasandur's，机组人员全部生还，但残骸却一直留在了这里。

🕒 开放时间

全年

📍 地址

Path to Wrecked DC-3 Plane on Sólheimasandur,冰岛

📍 到达方式

自驾

DAY10 雷克雅未克-瓦特纳冰川国家公园



维克-斯卡夫塔冰川-冰河湖行程：

早餐后乘车前往瓦特纳冰川中的斯卡夫塔冰川，冰川占地

4800 平方公里，整个地区是在水与火不断对抗的作用下形成的，周围是黑色沙漠与冰川河。

瓦特纳冰川的冰舌顺山体而下，一条条庞然大物犹如怪物吐出的舌头，让人感叹自身何其渺小。

日落前著名的冰河湖，由瓦特纳冰川流下来的巨大冰块聚集于此，场面甚是壮观，这里还是电影《星际迷航》的主要拍摄地。

晚餐后如天气晴好，我们将在冰川附近蹲守极光。



斯维纳山冰川

Svínafellsjökull Glacier



skaftafell 自然保护区包括冰川、雪山和瀑布，现在是瓦特纳冰川国家公园的一部分。



地址

瓦特纳冰川国家公园



Skaftafell

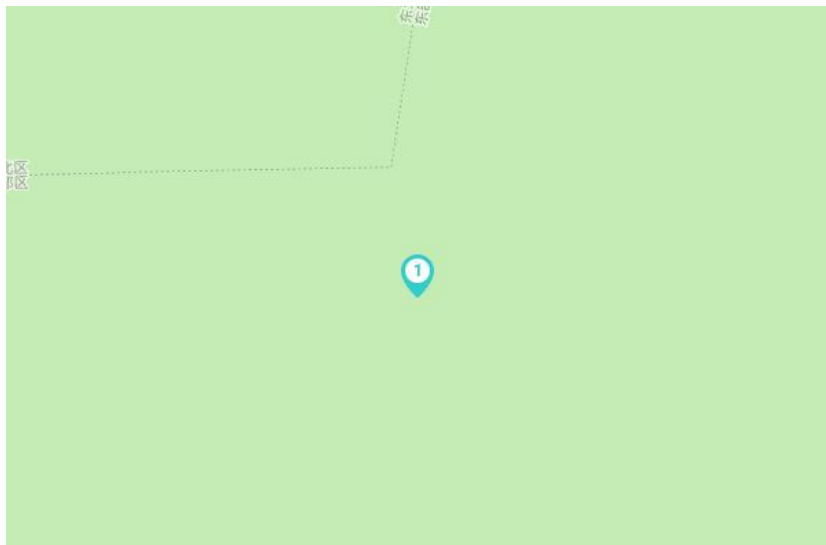
Skaftafell



skaftafell 自然保护区包括冰川、雪山和瀑布，现在是瓦特纳冰川国家公园的一部分。

 地址

Skaftafell information centre



瓦特纳冰川-冰川蓝洞

行程：早餐后搭乘特种大脚车前往瓦特纳冰川深部, 穿上冰爪攀登冰川，探访神秘的蓝色冰洞。（注：徒步时间往返约 2 小时，根据天气不同可能有所变化）

在这里你将有机会亲临好莱坞科幻巨作《星际穿越》中的冰雪星球“曼恩”，或是奇幻美剧《冰与火之歌：权利的游戏》的墙外世界。如天气晴好，晚餐后可跟随向导前往山顶拍摄极光。

Tips

1. 冰川蓝洞游览对地质、气候及天气条件要求较高，且周边地质条件复杂。由于冰川一直处在移动、坍塌、重新形成的动态条件下，因此大部分冰川蓝洞都不稳定。行程中如遇恶劣天气或蓝

洞条件不佳，在保证游客安全第一的条件下，我社可能对行程进行调整，请您知晓并理解；

2. 冰川徒步具有一定危险性，且对身体素质及体能要求较高，请您根据自身身体条件量力而行。



冰洞

Ice Cave



位于瓦特纳冰川国家公园的冰洞并不是一个能游客自行到达或者深入的地方，冰洞来无影去无踪，时而有新冰洞形成、被发现，时而有已知的冰洞塌方、消失。必须更随专业导游才能安全前往。

DAY12

雷克雅未克



斯卡夫冰川-雷克雅未克

行程：早餐后，乘车返回雷克雅未克。

沿途前往塞里雅兰瀑布、斯科加瀑布。

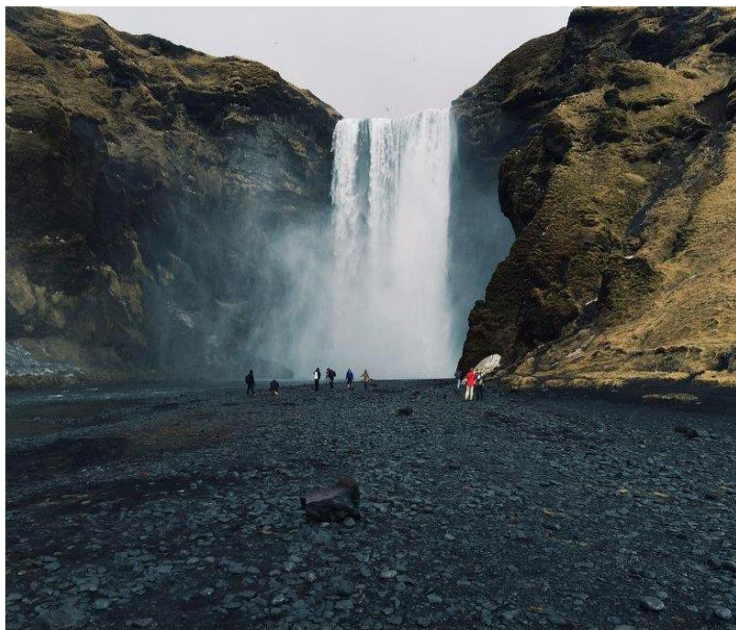
塞里雅兰瀑布发源于艾雅法拉冰川火山，2010 年该火山喷发，导致全欧航线瘫痪。斯科加瀑布又名彩虹瀑布、森林瀑布。其形成是万年来海陆变迁的结果，海岸线的后退，留下了这处古老的海崖，冰岛高地与平原的分解在此甚为分明。

下午抵达市区，前往参观市区三大地标：维京海盗船、哈帕音乐厅（外观）和雷克雅未克大教堂（外观）。面朝大海的海盗船骨架雕塑——太阳航行者，是维京航海者不羁的精神象征。哈帕音乐厅位于冰岛首都雷克雅未克的海陆交界处，是冰岛最新、最大的综合音乐厅，夜间几何玻璃幕墙绚丽夺人。



斯科加瀑布

Skógafoss



树林瀑布(Skógafoss)在冰岛南部，高 60 米，是冰岛最大的瀑布之一。



到达方式

沿着 1 号公路向东行驶，30km 公里后，到达 Skógafoss 瀑布。



塞里雅兮瀑布

Seljalandsfoss



塞里雅兰瀑布(Seljalandsfoss)是冰岛西南部一座垂直高度 60 米的瀑布，为冰岛最漂亮的瀑布之一。坐落于思科阿缶丝瀑布和塞尔福斯之间，斯科加尔以西约 30 公里处的塞里雅兰河上，为爱尔兰最上镜的瀑布，曾多次出现在书籍和杂志中。在瀑布后面，悬崖底部有一条可供游人穿过的小径。瀑布南临冰岛一号环岛公路，交通便利。

 地址

Seljalandsfoss

到达方式

自驾从雷克雅未克沿一号公路向东南行驶至塞里雅兰河，过桥后左拐进入 249 号道路，不远即是。距离雷克雅未克大约 1.5 小时车程。



太阳航海者

Sólfar



这是一艘梦想之船，承载了希望、进步与自由而航向太阳的梦想船，象征了未知的世界与领土。作者是冰岛雕塑家阿尔纳森(Jón Gunnar Árnason, 1931–1989)。

门票价格

无

开放时间

全天

📍 地址

Sólfar, Sculpture & Shore
Walk, Reykjavík, Höfuðborgarsvæðið, Ísland



哈帕音乐厅

Harpa



哈帕音乐厅和会议中心位于冰岛首都雷克雅未克的海陆交界处，是冰岛最新最大的综合音乐厅、会议中心，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。建筑的玻璃外型好比一个巨大的万花筒，上千块不规则的几何玻璃砖随着天空的颜色和季节的变化反射出令彩虹都相形见绌的万千颜色。这座顶尖的现代化建筑是雷克雅未克欣赏音乐和举办重要会议的场所。在这里，你可以听到冰岛交响乐团的演奏，观赏冰岛戏剧和各种音乐流派演出。这里最大的音乐厅可容纳 1800 人，此外还设置有两个排练厅、休息厅、餐厅、咖啡店、音乐唱片店及纪念品店。

 门票价格

免费开放

 开放时间

建筑参观：每天 8:00-24:00；

办公时间：周一至周五 9:00-17:00；

售票处：周一至周五 09:00-18:00，周六日 10:00-18:00

 联系方式

+354 528 5000

 地址

Austurbakki 2, 101 Reykjavík, 冰岛

 到达方式

公交车 Harpa 站

 主页

<http://en.harpa.is>



雷克雅未克大教堂

Hallgrímskirkja



雷克雅未克大教堂是雷克雅未克的地标性建筑，以冰岛著名文学家哈尔格林姆斯的名字而命名，纪念他对冰岛文学的巨大贡献。

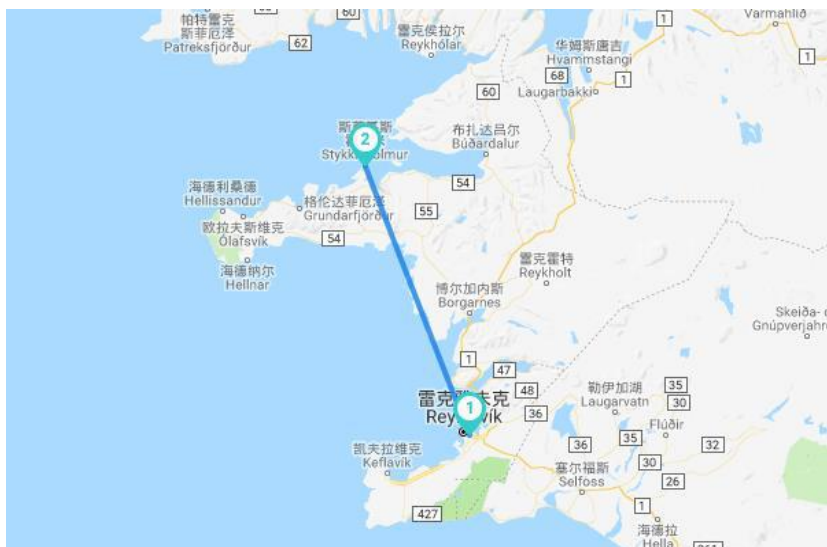
雷克雅未克大教堂不像其他欧洲国家的大型教堂一样有七彩的玻璃窗和金碧辉煌的设计，虽然只有简单的水泥和大理石的外表，但教堂背面巨大的管风琴音色很悠扬，报时的时候附近很远都可以听得到，感觉很治愈。

教堂正面竖立的雕像是为了纪念冰岛独立之父西格松而建。

地址

冰岛雷克雅未克市中心

DAY13 雷克雅未克-斯蒂基斯霍尔米



雷克雅未克-斯奈山国家公园-草帽山行程：早餐后沿着冰岛西部前往斯奈山国家公园（Snaefellsjökull），途中会经过玄武岩石柱海滩和拱形玄武岩，还会有一些小型瀑布可以短暂停留拍照。

下午前往位于斯奈山半岛著名景区——草帽山（又名教会山）。

黄昏时分返回小镇，观赏草帽山日落。

晚餐后如天气晴好，则有机会拍摄极光下草帽山。



斯奈山国家公园

Snæfellsjökull



斯奈山国家公园(Snæfellsjökull National Park)位于被称为“冰岛缩影”的斯奈山半岛，建立于 2001 年 6 月 28 日，是冰岛第一个国家公园，公园的边界一直延伸到大海。站在火山冰川脚下，它是唯一一个地域覆盖从海滨到山巅的公园。毫无疑问，公园最主要的景观就是斯奈菲尔火山及其冰川，这也是半岛西端最吸引人的壮观景致。斯奈菲尔火山是一座活火山，高 1446 米，在法国科幻作家儒勒·凡尔纳的《地心游记》一书中，将斯奈菲尔火山描述为通往地心的入口。

 地址

—



草帽山

Kirkjufell Mountain



Stykkishólmur 以西，Grundarfjörður 小镇镇口的这座山，以某个角度形似草帽闻名。山旁边还有一些小瀑布。不同角度可以拍出不同的大片，摄影师们最爱的地方。



地址

Kirkjufell, Iceland



主页

<http://www.west.is/en/west/place/kirkjufell-mountain>

DAY14

雷克雅未克



草帽山-雷克雅未克-蓝湖温泉行程：早餐后驱车返回雷克雅未克，途经拱门公园。

下午前往蓝湖温泉感受火山地热的天然 Spa。蓝湖是由部分火山熔岩形成的地热温泉，水温约 37-39 摄氏度，湖水富含硅、硫等矿物质，使湖水呈现幽幽的蓝色。体验蓝湖如今已经成为冰岛旅游的标志。



蓝湖

Blue Lagoon



蓝湖是冰岛最大的温泉，是世界著名的地热温泉，位于雷克雅未克市东南方向。人们称蓝湖是个“天然美容院”。蓝湖的形成十分特别，海水经过地下高热火山熔岩层而吸收热量，水中含有许多化学与矿物结晶，这些结晶已被冰岛医学院证明对舒解精神压力，具有某种疗效，因此从蓝湖中提炼出来的各种产品也受到肯定。进入蓝湖不可莽撞，沿着沙地缓缓下去，水底起伏不平，要小心避免撞到忽然出现的熔岩。

蓝湖之所以著名是因为：1. 它是露天的温泉。由于地热发达，即使是在雪花飘飞的时候，游客仍可以泡在暖融融的水中，充分享受大自然的赐予。2. 温泉泥。由于冰岛是多火山国家，而蓝湖正是位于一座死火山上，地层中有益的矿物质沉积在湖底，水性好或运气好的人，在挖到白颜色的泥时会欢呼不已，因为这种泥美颜健体，据说功效不错。

 开放时间

+354 420 8800

 联系方式

+354 420 8800

 地址

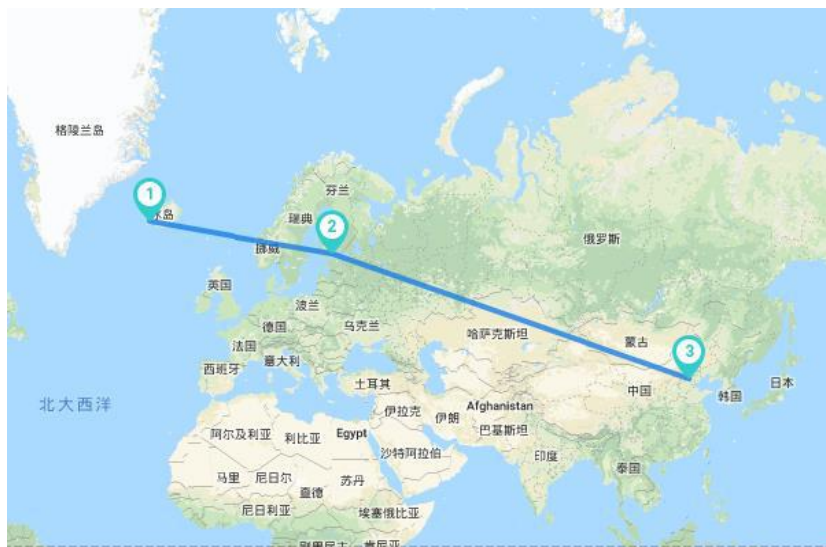
240 Grindavík, Grindavík, Suðurnes 冰岛

 到达方式

- 1. 自驾
- 2. Reykjavik Excursion 每小时都有一班车从市区前往

DAY15

雷克雅未克-赫尔辛基-北京





雷克雅未克国际机场

Reykjavík Airport

雷克雅未克国际机场（冰岛语：**Reykjavíkurflugvöllur**），机场代码 REK；位于冰岛首都雷克雅未克市中心，从机场步行 5 分钟即可到达雷克雅未克市区。机场只提供冰岛国内的航班，也有部分冰岛到格陵兰和法罗群岛的小规模国际航班。规模次于同城的凯夫拉维克国际机场（IATA 代码：KEF）。机场是冰岛航空公司和冰岛鹰航空公司的总部基地。

小贴士：

机场到市区距离 50 公里



联系方式

+354 570 3000



地址

Reykjavíkurlflugvöllur Þorragata 10 101 Reykjavík 冰岛



到达方式

飞机



主页

<http://www.isavia.is/English/>



赫尔辛基国际机场



地址

赫尔辛基国际机场



北京首都国际机场

Beijing Capital International Airport

北京首都国际机场（Beijing Capital International Airport，ICAO 机场代码：ZBAA；IATA 机场代码：PEK），简称“首都机场”，位于北京市朝阳区，是朝阳区位于顺义区的的外飞地，是中国地理位置最重要、规模最大、设备最齐全、运输生产最繁忙的大型国际航空港，也是中华人民共和国的国门。北京首都国际机场共有 3 个航站楼，是中国的空中门户和对外交流的重要窗口。



地址

北京市顺义区机场西路

DAY16

北京-沈阳



✈

北京首都国际机场

Beijing Capital International Airport

北京首都国际机场（Beijing Capital International Airport, ICAO 机场代码：ZBAA；IATA 机场代码：PEK），简称“首都机场”，位于北京市朝阳区，是朝阳区位于顺义区的的外飞地，是中国地理位置最重要、规模最大、设备最齐全、运输生产最繁忙的大型国际航空港，也是中华人民共和国的国门。北京首都国际机场共有 3 个航站楼，是中国的空中门户和对外交流的重要窗口。

 地址

北京市顺义区机场西路

✈

沈阳桃仙国际机场

Shenyang Taoxian International Airport

沈阳桃仙国际机场是国家一级干线机场，国家八大航空枢纽之一，东北地区航空运输枢纽。桃仙国际机场位于辽宁省中部，距沈阳市中心 20 公里。同时为辽宁中部沈阳、抚顺、本溪、鞍山、铁岭、辽阳等大中城市的共用机场。

 联系方式

024 8939 2000

 地址

辽宁省沈阳市东陵区桃仙镇机场路

 主页

<http://tx.lnairport.com/>

出国行李准备表

行前事项	皮夹	☐
购买旅游保险 ☐	贴身腰包	☐
换钱、准备双币银行卡 ☐	拉杆箱	☐
确认护照尾页的签名 ☐	洗护用品	
拔掉家用电器插头 ☐	洗发水	☐
锁好贵重物品 ☐	梳子	☐
倒掉垃圾 ☐	沐浴露	☐
把行程表给家人 ☐	牙膏牙刷	☐
妥善安置号宠物和植物 ☐	剃须刀/女性去毛刀	☐
结算必要的账单 ☐	脏衣服袋	☐
关好门窗 ☐	密封袋	☐
设置电子邮件自动回复 ☐	雨伞/雨衣	☐
文件资料	墨镜/备用眼镜	☐
护照及其首页复印件或电子档 ☐	充气枕/耳塞眼镜	☐
驾照公证及翻译件（国际驾照） ☐	干/湿纸巾	☐
2 寸护照照片两张 ☐	指甲刀	☐
身份证 ☐	水壶	☐
现金/银联卡 ☐	医疗健康	
信用卡 ☐	感冒药	☐
紧急联系信息 ☐	止泻药	☐
衣物箱包	维生素	☐
裤子 ☐	消炎药	☐
上衣 ☐	创可贴	☐
长袖衬衫 ☐	棉签	☐
T 恤衫 ☐	防晒霜/晒后修复	☐
外套 ☐	润唇膏	☐
休闲鞋 ☐	避孕套	☐
拖鞋 ☐	眼药水	☐
遮阳帽 ☐	其他个人特殊药品	☐
袜子 ☐	电子设备	
内衣裤 ☐	手机	☐
泳装 ☐	电源转接器	☐
双肩背包 ☐	各类充电器	☐
小腰包 ☐	手提电脑/平板电脑/软件 APP	☐



扫描查看电子路线