

行程表

9 日 _____

CAPE TOWN | SOUTH AFRICA

開普敦馬拉松・野生動物與酒莊探秘之旅9日



馬拉松第八大滿貫候選賽事

2026 晴天旅遊

桌山纜車、人權民主聖地、私人動物保護區、葡萄酒莊品酒、開普敦7晚連泊

★ 奔向非洲之巔 挑戰全球注目的馬拉松

踏上南非最耀眼的賽事旅程，展開一場速度之旅

Sanlam Cape Town Marathon

開普敦馬拉松

非洲最具國際聲望的賽事，並列為Abbott世界馬拉松大滿貫候選賽事，有望成為非洲首個大滿貫賽。該賽事獲世界田徑精英標籤認證，以快速平坦的賽道聞名，吸引世界各地跑者追求個人最佳成績(PB)，同時提供頂級競技與歷史性參與的體驗。沿途穿越桌山與壯麗海岸線，每一步都是風景與挑戰。



V&A 碼頭的浪漫地標

Cape Wheel 開普敦之眼

搭乘Cape Wheel觀景摩天輪，享受約15分鐘的緩慢升空旅程。在舒適的封閉式座艙內，以360度的全景視野，將開普敦的標誌性景觀盡收眼底：從雄偉的桌山、遠方的羅本島，到熙來攘往的海港和繁華的市區景緻。



從海港視角，領略桌山與大西洋的壯闊交響

V&A碼頭海濱遊船

開普敦的V&A碼頭不僅是熱鬧的商業中心，更是開展海上探險的絕佳起點，讓您從與眾不同的海上視角，重新認識這座城市。遠離岸邊的喧囂，在徐徐海風中，感受大西洋的磅礴氣勢與開普敦海岸線的獨特魅力。



★ 從賽道到頂峰，
您的開普敦黃金標籤之旅
榮耀之後，開啓探險

擺脫奔跑的疲憊，沉浸於開普敦的無限魅力

無需長途跋涉，即可深入非洲大地的心臟

阿奎拉邂逅非洲五霸

阿奎拉私人野生動物保護區是開普敦地區最受歡迎的野生動物探險目的地之一，無需舟車勞頓飛往南非東北部，即可輕鬆在一日內體驗經典的非洲 Safaris 冒險，乘坐四輪驅動的越野車，在經驗豐富的嚮導帶領下，追蹤非洲最具代表性的「五霸」(Big Five) 足跡。



近距離觀賞非洲企鵝的斑點天堂

開普敦的超級萌主

漫步木棧道，見證瀕危非洲企鵝群的搖擺日常與海灘戲水時光；牠們是南半球特有的物種，因胸前的黑色環紋和斑點而有「斑點企鵝」之稱。在不干擾企鵝的前提下，近距離觀察牠們在沙灘上搖搖晃晃地行走、在巢穴中窩雛，或成群結隊地衝入冰涼的海水中覓食和玩耍。

★ 從賽道到頂峰，
您的開普敦黃金標籤之旅
榮耀之後，開啓探險

擺脫奔跑的疲憊，沉浸於開普敦的無限魅力



OZCF市集

Oranjezicht City Farm (OZCF) 是開普敦最具活力的週末市集，不只是買菜，更是一種生活方式。這裡推廣永續飲食與在地生產，提供新鮮有機蔬果、手工麵包與特色商品。充滿社交氛圍，可品嚐各國料理、咖啡，或在草地上放鬆，感受開普敦健康而充滿活力的生活節奏。

搭乘360°旋轉纜車登上「上帝的餐桌」

世界七大自然奇景・桌山

雄踞在開普敦之巔的桌山，這座被譽為「上帝的餐桌」的天然巨石，是全球公認的自然七大奇景之一。搭乘著名的360°旋轉纜車，輕鬆優雅地攀升至海拔 1,086 公尺的壯闊山頂。纜車在上升過程中會緩緩旋轉，飽覽桌灣、獅頭山和城市全貌的壯麗景觀。站在這片平坦如桌的山頂，感受雲霧在腳下流動的震撼，並享有無與倫比的環繞視野。



自由與和解的史詩之地

羅本島

這座世界遺產曾是南非實行種族隔離時期的最高安全監獄。在島上，您將由前政治犯親自導覽，參觀囚禁前總統納爾遜·曼德拉長達 18 年的單人牢房。這是一場充滿力量的歷史洗禮，讓您深刻體會南非民主進程的艱難與人類追求自由的偉大精神。

歷史與傳奇的醇厚滋味

品味南非最古老的酒莊

這裡不僅是一座酒莊，更是南非輝煌歷史的活化石。作為南非最古老且最受尊崇的酒莊，它以典雅的開普荷蘭式 (Cape Dutch) 建築和過去受到歐洲皇室青睞的傳奇甜酒而聞名於世。漫步於優美的葡萄園和莊嚴的酒窖之間，您將深入了解這片土地數百年來的釀酒傳承。



■ 入住當地精品飯店
感受美好旅宿氛圍

桌山腳下的奢華休憩，
用最佳狀態探索開普敦九日無限魅力



Cape of Good Hope
好望角



Cape Point
開普角



Bo-Kaap
波卡普區



Chapman's Peak Drive
查普曼峰公路

Cloud 9 Boutique Hotel & Spa 4*或同級

賽道旁的天堂 連泊住宿的療癒起點

特別安排七晚連泊，免去您更換飯店的勞頓，確保身心靈獲得最深度的休憩與恢復。坐擁桌山 360 度環景屋頂、頂級 Spa 設施；以最優雅姿態，迎戰與享受開普敦馬拉松之旅。





一場充滿非洲節奏與風味的豪華饗宴

榮耀慶功宴

完賽慶功宴！在充滿熱情、活力與非洲藝術氣息的非洲主題餐廳，品嚐道地非洲大陸風味料理，伴隨用餐，現場還有鼓樂、歌舞等沉浸式的文化表演，讓您在歡快的節奏中，感受非洲民族的團結與熱情。

最道地的開普馬來溫和辛香風味

品嚐七彩之城的靈魂

料理源自於過去由東南亞地區遷徙而來的馬來社群，他們將家鄉的溫和辛香料與南非的在地食材巧妙融合。餐點以充滿香氣的咖喱、燉菜、燉飯以及獨特的甜品為主，風味濃郁卻不辛辣，充滿了家庭料理的溫暖與撫慰感。



不只跑得精彩，更要吃得盡興
舌尖上的南非風味饗宴

讓味蕾感受開普敦的多元與熱情



叢林饗宴

狂野探險後的自助午餐

置身充滿非洲風情的環境中，品嚐道地佳餚，享受美食帶來的滿足與片刻悠閒。餐後，將展開野生動物獵遊行程，近距離觀賞獅子、大象等非洲野生動物，感受大自然的壯麗與生命力。整個體驗將美食、文化與冒險完美結合，帶來難忘的感官饗宴與深刻的旅遊回憶。



東非熱情的共享儀式

衣索比亞特色用餐體驗

充滿樂趣和共享精神的用餐方式，餐桌上沒有餐具，而是使用英吉拉（Injera）——一種由苔麴發酵製成的海綿狀大薄餅。客人用手撕取英吉拉，包裹各種香料濃郁的燉菜、豆泥和肉類。這不僅是一次美食的體驗，更是一種友誼與親密關係的象徵。

● 上述美食圖片僅供參考，實際依現場為主。

DAY 01

台北→轉機點→開普敦—21km—下榻飯店



開普敦

Cape Town

大西洋邊，被稱為「上帝之餐桌」的桌山（ Table Mountain ）腳下的南非立法首都，因著名的好望角而得名，這裡也是歐洲殖民者最早登陸的地點，是南非歷史最久遠的城市，因此被稱為「母親城」，這就是開普敦（ Cape Town ）。



早餐 機上簡餐

午餐 機上簡餐

晚餐 飯店主廚推薦料理



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

今天，我們搭機前往南非開普敦，展開一場兼具冒險與挑戰的旅程—為即將到來的馬拉松賽事做準備。經過長途飛行，抵達後直接前往飯店入住，這裡將成為賽前放鬆與調整的舒適基地。

DAY 02

開普敦【Cape Wheel 觀景摩天輪、海濱遊船半日遊、馬拉松賽前報到】



★ Cape Wheel 觀景摩天輪

開普敦之眼

Cape Wheel是開普敦市中心的觀景摩天輪，高達40米，提供壯麗的全景視野，可俯瞰桌山、海濱碼頭和繁華市區。白天可欣賞壯麗自然景觀，夜晚則被城市燈火點亮，浪漫迷人，是觀賞開普敦城市與自然交融之美的絕佳地點。



★ V&A海濱遊船

探索開普敦海岸的魅力之旅

搭乘 V&A 海濱遊船，從海上欣賞開普敦壯麗的桌山與港灣美景，聆聽導遊講解開普敦的歷史故事，從殖民時期到現代都市的變遷，感受這座城市深厚的文化底蘊。



水門購物廣場自由活動

V&A Waterfront

位於開普敦最高級地段，鄰近大西洋，耗資億萬所建的【水門購物廣場】有【開普敦漁人碼頭】之稱，廣場內展現濃濃異國風情，高級飯店、IMAX電影院、美食餐廳、酒吧、手工藝品市集、五光十色的商品展示，午後享受輕鬆自由購物的樂趣。



早餐 飯店早餐
午餐 西式三道
晚餐 敬請自理



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

晴天推薦

V&A 碼頭(V&A Waterfront)是開普敦的活力核心，這裡結合了購物、美食和壯闊海景。晴天旅遊特別安排體驗海陸雙視角，搭乘海濱遊船及觀景摩天輪，探索開普敦的浪漫起點。

DAY 03

開普敦【OZCF市集、馬拉松賽事博覽會】



◎ OZCF市集

Oranjezicht City Farm Market

開普敦人氣週末市集，推廣永續飲食與在地生產，提供新鮮有機蔬果、手工麵包及南非特色產品。市集氛圍熱鬧，可品嚐各國街頭美食、精品咖啡，或在草地放鬆，感受健康、活力與社區精神交融的城市生活。

◎ 馬拉松博覽會

Cape Town Marathon Expo

開普敦馬拉松 Expo 是每年賽前的重要活動，通常舉辦在市中心的展覽館，供參賽者領取號碼布與計時晶片。Expo 匯集各類運動品牌、營養補給、裝備與紀念品，並提供新品試用及運動講座。參觀者可提前了解賽事資訊、購買裝備，感受熱烈的馬拉松氛圍。



早餐 飯店早餐

午餐 敬請自理

晚餐 中式七菜一湯



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

博覽會展區較大，建議穿舒適鞋、戴帽子並抹防曬，長時間逛展也能保持舒適。部分攤位只收現金，建議攜帶少量南非幣。Expo 提供運動裝備、營養補給和紀念品，喜歡特別商品的貴賓可提前規劃購買。



★ 開普敦馬拉松

Sanlam Cape Town Marathon

開普敦馬拉松是南非最具國際影響力的路跑賽事之一，擁有世界田徑金標認證，目前列為世界馬拉松大滿貫的候選賽事。賽道以開普敦市中心為起點，沿途可欣賞桌山、海濱與歷史建築等地標，是結合城市美景與運動挑戰的經典賽事。



早餐 飯店早餐

午餐 敬請自理

晚餐 非洲鼓動慶功盛宴



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

知識小學堂

開普敦馬拉松是南非最具國際影響力的路跑賽事之一，擁有世界田徑(World Athletics)金標認證。目前列為世界馬拉松大滿貫的候選賽事。賽道以開普敦市中心為起點，沿途可欣賞桌山、海濱與歷史建築等地標，是結合城市美景與運動挑戰的經典賽事。

DAY 05

開普敦【羅本島、波卡普區、桌山】



★ 羅本島

Robben Island

羅本島是南非開普敦的重要歷史文化景點，在17世紀及20世紀間曾經是政治犯監獄、遊民醫院和軍事基地，最著名的囚犯是納爾遜·曼德拉。島上保留了監獄設施、囚室及歷史展覽，見證了南非反種族隔離運動的歷程與自由鬥爭精神。



★ 波卡普彩虹小鎮

Bo-Kaap

歷史悠久的開普敦馬來人聚落，相傳早年南非實行種族隔離制度，除白人住宅區，其他住宅區不被允許掛上門牌號，而當地的馬來人為能辨別住宅，便把房子塗上深淺不同的顏色，以利辨別。



◎ 桌山國家公園

Table Mountain National Park

用刀鋒削平如桌般平坦的山頂，形成獨特的奇景，更是俯瞰港區美景的最佳地點，經常圍繞著如桌布般的雲朵，形成獨特的奇景，前身為開普半島國家公園，1998年5月29日成立，目的在保護桌山生態鏈的自然環境，尤其是珍稀的凡波斯植被。公園由南非國家公園管理。



★ 桌山纜車

Table Mountain Aerial Cableway

桌山索道將乘客從海拔約 302 米的塔菲爾伯格路 (Tafelberg Road) 較低的索道站帶到海拔 1,067 米的山頂高原。上層纜車站可將開普敦、桌灣、獅頭島和羅本島北部以及西部和南部大西洋海岸的美景盡收眼底



早餐 飯店早餐
午餐 道地馬來風味餐
晚餐 西式三道



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

貼 心 提 醒

從開普敦V&A海濱碼頭(V&A Waterfront) 搭船前往羅本島約需30-45分鐘，視天氣與海況而定。如果容易暈船的人，建議提前服用暈船藥或攜帶止暈貼。船上通常會有座位可坐，建議坐在中間位置、面向前方，減少搖晃感。



★ 阿奎拉私人野生動物保護區

Private Game Reserve

距開普敦約兩小時車程。保護區面積廣闊，棲息著獅子、大象、犀牛、長頸鹿、斑馬等「非洲五霸」及各類野生動物。遊客可參加專業導遊帶領的獵遊(safari)行程，近距離觀賞動物自然行為，並拍攝壯麗景色。



早餐 飯店早餐

午餐 私人動物保護區自助Buffet

晚餐 衣索比亞風味餐



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

貼 心 提 醒

參加獵遊行程需遵守導遊指示，全程跟隨專業車隊，不可自行下車或接近野生動物。保持與獅子、大象等大型動物的安全距離，避免干擾。建議穿著舒適耐髒的衣物與鞋子，攜帶望遠鏡或相機(勿使用閃光燈)，並做好防曬與補水準備。

DAY 07

開普敦【企鵝灘、開普角、好望角、查普曼峰公路】



★ 企鵝生態保護區

Boulders Beach

博爾德斯海灘(Boulders Beach)是位於南非西開普省開普敦西蒙鎮開普半島的一個海灘，是南非桌山國家公園一部分，這裡就是南非必遊的景點之一，也是著名的企鵝家園——企鵝生態保護區。

★ 好望角

Cape of Good Hope

好望角(Cape of Good Hope)在非洲南非共和國的西南端，北距開普敦48km，瀕大西洋，在開普半島的盡頭處，非洲大陸最著名的陸岸地標，於最頂處俯瞰印度洋及大西洋交會的壯麗海景。是南非最著名的旅遊勝地之一。



★ 開普角

Cape Point

位於開普半島的最南端，這片崎嶇的海岸線是桌山國家公園的一部分，不僅以其壯觀的懸崖景觀聞名，更是探險家們長久以來爭相造訪的傳奇之地。您可選擇搭乘纜車或徒步登上山頂，抵達標誌性的舊燈塔。從燈塔處俯瞰，大西洋的深藍與傳說中印度洋的藍綠在此交會。

◎ 查普曼峰公路

Chapman's Peak

查普曼峰是南非開普半島西側的一座山，位於南非開普敦的豪特灣和諾德霍克之間，瀕臨南大西洋，有114個彎道，公路本身是一個工程奇蹟，而且也是海岸上一道動人心魄的風景線。更被譽為全球最美海岸公路之一，更有多部電影前來拍攝取景。



早餐 飯店早餐

午餐 海邊小鎮輕食午餐

晚餐 西式三道



Cloud 9 Boutique Hotel&Spa 4*
或同級

知識小學堂

位於南非開普敦的企鵝灘以非洲企鵝群聞名，是觀賞企鵝生活的最佳地點。沿木棧道可近距離欣賞牠們活動，但禁止觸碰或餵食，以免干擾生態。建議早晨或傍晚前往，此時企鵝最活躍，同時保持環境清潔，共同保護這片自然棲息地。

DAY 08

開普敦-21km-葡萄酒鄉【酒莊品酒】-26km-開普敦機場→轉機點 EK771 18:25/ 05:50+1



★ 葡萄酒莊品酒

南非葡萄酒世界聞名，其適宜的土壤和氣溫十分適合葡萄種植，來到南非，參觀酒莊是葡萄酒愛好者絕對不能錯過的活動之一。來一趟南非酒莊之旅，除了可品嘗聞名世界的葡萄酒，也能飽覽葡萄酒之鄉的田園美景。



早餐 飯店早餐

午餐 酒莊西式三道式

晚餐 機上



夜宿機上



精彩回憶，滿載而歸

歡迎與我們分享此趟旅程的精彩故事，也期待在您的未來旅遊計畫裡，晴天能持續陪伴著您，一起走遍各地美景。



早餐 機上簡餐
午餐 機上簡餐
晚餐 機上簡餐



溫暖的家

天 數	起飛地—抵達地	航空公司	航班編號	班機時間	飛行時間
DAY 1	台北—杜拜	阿聯酋航空	EK-387	0030/0600	09:30
DAY 1	杜拜—開普敦	阿聯酋航空	EK770	0910/1650	09:40
DAY 8	開普敦—杜拜	阿聯酋航空	EK771	1825/0550+1	09:25
DAY 9	杜拜—台北	阿聯酋航空	EK-386	0845/2100	08:15

上述內容僅供參考，實際行程及航班以行前說明會為準

[illegible]

- 行程中★標示為需門票且入內參觀、▲標示為下車外觀拍照或不需門票之入內參觀、◎標示為行車參觀。
- 團費：由於出發日期及飯店等級不同，團費將略有差異，確實售價請洽詢晴天旅遊服務專員。或請參照晴天官網之售價。
- 本系列產品團費包含：全程國際段經濟艙機票、住宿、餐食（自理除外）、行程中安排之入內參觀景點門票、飯店行李搬運費（每人限1件），以及各種機場燃油等稅金、刷卡和簽證費，並含領隊、導遊、司機小費。
- 本系列產品團費不含床頭與行李等禮貌性質小費。
- 報名後即可保留團位，並請於三日內繳交訂金，訂金每席：40,000元。如遇團體額滿或限期開票，請於隔日繳交訂金，始完成報名手續。
- 為考量旅客自身旅遊安全並顧及其它團員旅遊權益，凡年滿70歲以上或行動不便之貴賓，必須有家人或友人同行，方可報名，不便之處，尚請見諒。
- 團費報價以雙人房（2人一室）為主，歡迎您結伴參加。若單人報名，須付擔全程單人房差額。原則上晴天旅遊會協助安排同性團友共用一室同房，若能順利調整，則免收單人房差額。
- 單人房加價：16,000 元。單人房加價係指「單人指定入住一間單人房之房價差」，而不是付房價差即入住雙人房型，單人房為一人使用空間，通常較雙人房小。
- 飯店的團體房無法指定連通房、同行親友指定住在同樓層或鄰近房間，晴天旅遊會向飯店提出您的需求，但無法保證飯店一定會提供，敬請見諒。
- 飯店建築常遇房間規格差異，或飯店善意升等造成房間大小不一，此非本公司所能掌控，亦無差別待遇，敬請旅客諒察。
- 旅行社出團之機位為團體機位，領隊僅能依照航空公司所給予的位子進行調整，並不能保證親友一定會坐在一起或皆有走道位，敬請見諒。
- 餐食口味偏重、葷食多肉、素食選擇性低，請於報名時提供特殊餐食需求。
- 本行程視飯店及航空公司之確認及當地節慶保有調整之權利，若遇商展或節慶，將會尋找同等級替代飯店及住宿點，敬請包涵，行程／航班／飯店／餐食以「行前說明會」書冊所列資料為準。
- 最低組團人數：15（含）人。如低於15（含）人，晴天公司保有最後出團之決定權。本公司將派持有合格領隊執照之領隊全程隨團服務。
- 其它未盡事項請依照「國外旅遊定型化契約書」之相關條款規定，以及晴天官網之【其它說明】。
- 考量親友加油團或純觀光貴賓的需求，本團開放非跑者同行。若您確定不參與開普敦馬拉松（42K），我們將於團費中扣除 NT\$10,000元。

- 此地區大多數以雙人房(2張單人床或一大床)為基準房型。南非不可需求三成人一室,未滿12歲兒童可與家長同住一室。
- 南非部分飯店(特別是古蹟或特色精品飯店)因建築年代或設計風格不同,房間格局、景觀與大小可能略有差異;若遇飯店因住房狀況調整或提供善意升等,亦可能造成房型或坪數不完全一致,此非本公司所能掌控,亦無差別待遇,敬請您體諒並接受飯店安排。
- 南非氣候屬地中海型氣候,夏季乾燥炎熱、冬季涼寒多雨;部分飯店依建築年代或節能政策,可能僅提供風扇或自然通風,未必配備全面性冷氣設備,或冬季暖氣效果因建物結構而有所不同。若您的房型設備與期待有差異,敬請見諒。



所需證件

PAPERWORK

- 報名時需準備下列資料:
 1. 旅客基本資料表
 2. 護照正本(護照正本請簽名,自旅程返回入境台灣日起須有六個月以上之效期,3頁以上空白頁)或護照影本者需另簽「護照自帶切結書」
 3. 訂金傳真刷卡確認單
 4. 旅遊國家如需辦理簽證,晴天業務專員會另行通知相關資料。
 5. 完成報名與相關護照證件繳交後,務必至團體出發前維持資料一致,以利處理團體保險與申請部份國家之簽證事宜,避免資料變更異動造成旅程無法順利進行,懇請知悉。
 6. 需完整填寫「馬拉松活動安全暨風險聲明書」,以利登入開普敦馬拉松報名資料之行政作業。



其他說明

INSTRUCTIONS

- 當您繳付訂金即表示旅遊契約產生效力,本公司將依各協力商之要求,為您預付此趟旅程的旅館、餐廳或機票等費用。
- 若您因故取消,本公司將依「國外旅遊定型化契約書」之相關條款或估算已實付的費用,向您收取超支費用或退回剩餘訂金。
- 多數外籍航空公司一經開立機票,旅客需付全額票款,且不接受調整名單。(旅客若因懷孕、生病、意外受傷等因素取消機票,航空公司皆無法退款)
- 不同國家有程度高低的旅遊風險,為考量旅客自身旅遊安全並顧及同團其它團員的旅遊權益,若有慢性疾病、年滿70歲以上、行動不便等狀況,請主動告知,且需有家人或友人同行,方可接受報名。如未告知身體特殊狀況以致無法成行或衍生其他問題,旅客需自行負責。
- 無護照、護照頁數不足、效期不足(需六個月以上,以入境台灣之日期為基準)、過期者或護照汙損(包含髒污、封面與內頁分離、局部破裂、蓋有非出入境之印章等)、蓋有爭議國家之出入境章以及相貌/姓名變更與護照照片不符變更等...旅客有義務自行檢查審核,上述說明如有疑問請來電洽詢。



晴天旅遊貼心安排，讓貴賓的每一趟旅程都能玩得開心，盡興而歸！

- 採用台灣出發的專業領隊+當地導遊配置，專業服務的隨團領隊，貼心照顧提供詳細的導覽及解說。
- 每人一張SIM卡，讓您隨時分享旅途美景與朋友Online不間斷。
- 特別贈送旅遊平安險：包含旅遊不便險、海外突發疾病、醫療保險等。
- 贈行李綁帶，可牢固行李箱，於機場託運，領取行李時易於識別。



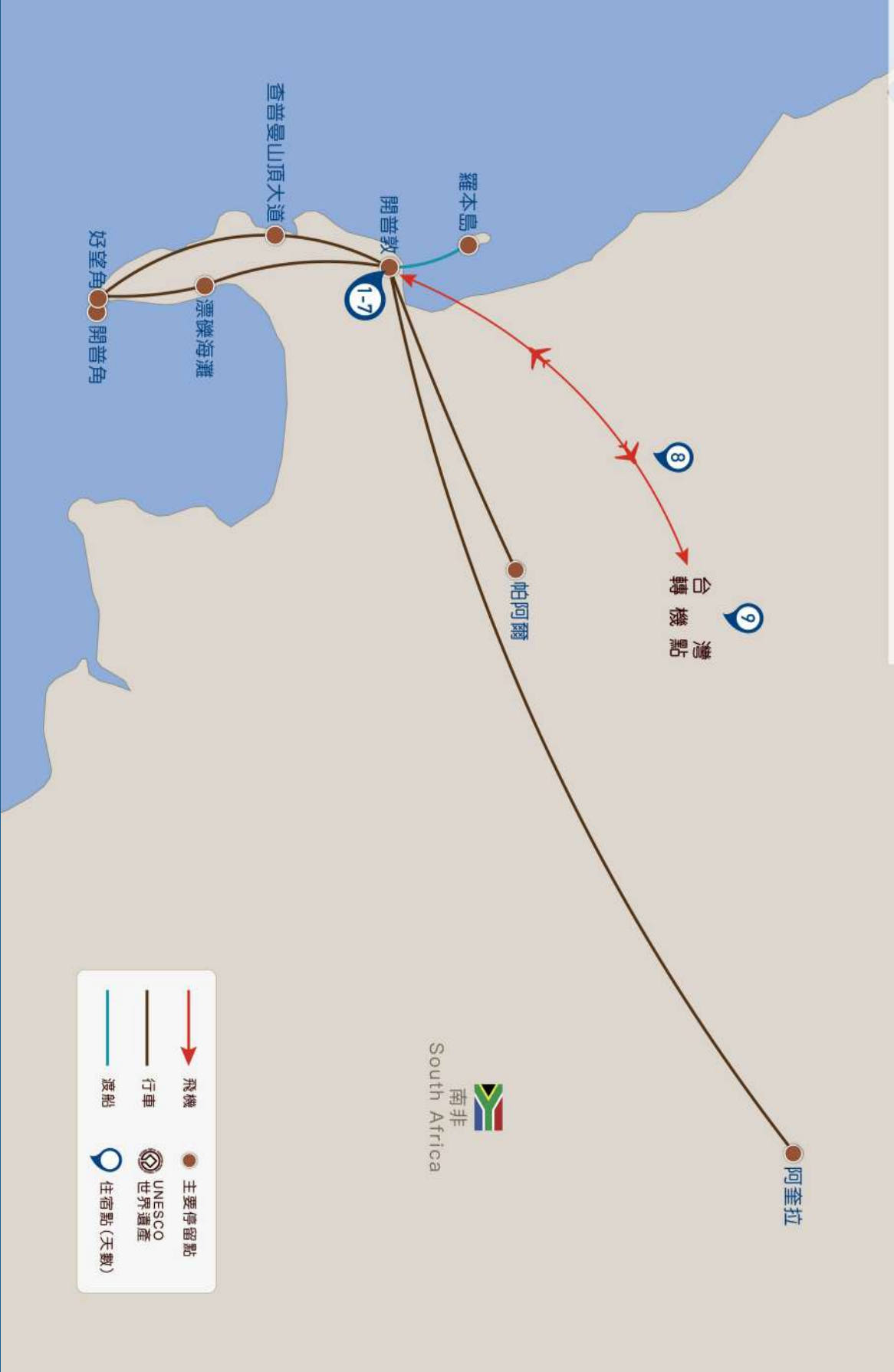


SUNDAY
TOURS



SUNDAY
TOURS

南非開普敦馬拉松・野生動物與酒庄探秘之旅9日





Travel is my therapy

台 北	新 竹	台 中	台 南	高 雄
02-2711-3355	03-6582-358	04-2323-0068	06-3121-222	07-5377-577