

8 日 _____

Sabah/ Malaysia

【何瑞暘達人帶路】沙巴熱帶雨林探索・京河遊船植樹・丹濃谷原始雨林賞鳥之旅8日



【達人何瑞暘帶路】一同踏上婆羅洲生態冒險之旅

婆羅洲雨林探秘、京河流域船遊植樹、入住塔賓叢林保護區、亞庇國際五星1晚

2026

晴天旅遊

★ 大自然的多彩舞台，等你探索 深入婆羅洲核心地帶

從翠綠樹冠、靜謐河流到雨林深處，
每處都是大自然的驚喜



何 瑞 陽

隨團達人

生態攝影師、專欄作家

年少時期開始看鳥，因為太常抬頭尋找天空的鳥而時常感到脖子酸。至今覺得人生最重要的事就是能等待一道鋒面，目睹飛過大半個地球的遷徙性候鳥。喜愛攝影，也觀察其他野生動物。足跡踏遍國內各地與離島，並遠赴西馬、婆羅洲、日本伊豆諸島、北海道、泰國等地海外紀錄，透過攝影與文字留下野地裡的所見。

文字與攝影作品散見於上下游副刊、台灣山岳雜誌、個人FB。

- 2022-2023年 擔任Canon Taiwan飛羽攝影師
- 現任花蓮縣野鳥學會總幹事



從枝頭到河岸，與大自然零距離接觸

跟著嚮導，走進雨林的祕密世界

特別安排在地專業鳥導隨團，

由最熟悉在地環境與各式物種習性的專業人士領路。

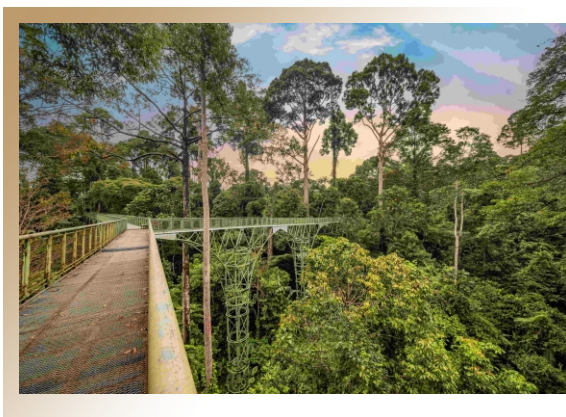
準備好你的望遠鏡或相機，跟緊腳步，留神觀察，仔細聆聽專業的引導。

在雨林裡，每一聲鳥鳴、每一次枝葉晃動，都可能藏著驚喜。

攝影：何瑞陽

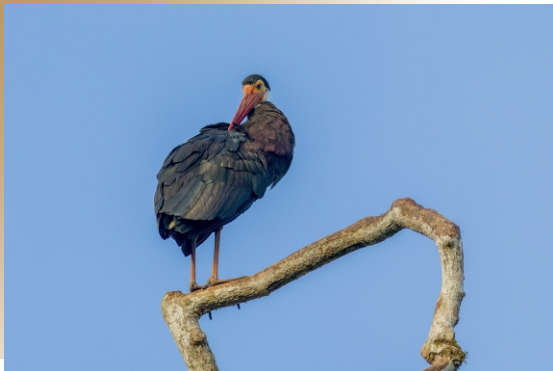
專為賞鳥人打造的親切版雨林舞台 山打根雨林探索中心

最有記憶點的，是抬頭看到的森林天際線。金屬步道和高空天橋帶您到一般雨林看不到的「樹冠層」。風吹過時，整片樹頂起伏，光線透過葉縫灑下來，您不是在「地面看鳥」，而是站在鳥的生活平面。在很好的視角觀察到樹冠生命的動態。感覺森林是活的，而且就在自己身邊。



★大自然的多彩舞台，等你探索 深入婆羅洲核心地帶

從翠綠樹冠、靜謐河流到雨林深處，
每處都是大自然的驚喜



一株小樹苗，連結河流、棲地與你的足跡

在京河種下未來的森林

在京河流域植樹、參與自然，不只是把一株苗木放進土裡，而是親手把生命還給河岸。腳下的泥土濕軟，帶著河風與潮氣；一彎腰，你會聞到混著落葉、濕氣與新鮮泥味的森林氣息。當樹苗立在掌心，這棵小生命，未來可能會成為一隻犀鳥的棲木、遮住河岸的一片陰涼、甚至守住一段小動物的家。

大自然把野生動物搬到你眼前的舞台

京那巴當河流域三次船遊

坐在船上，就能看見自然在你眼前展開。京河最神奇的地方是一不需要走進森林，所有動物就沿著河岸生活，樹枝從河岸伸出來，垂落、交叉，猴子停在枝頭，鳥停在更上層的位置，你會看到整個雨林的垂直生態結構。河流就是那條打開森林的縫隙，讓你看到雨林平常看不到的「側面」。



揭開婆羅洲生態聖地的神秘面紗

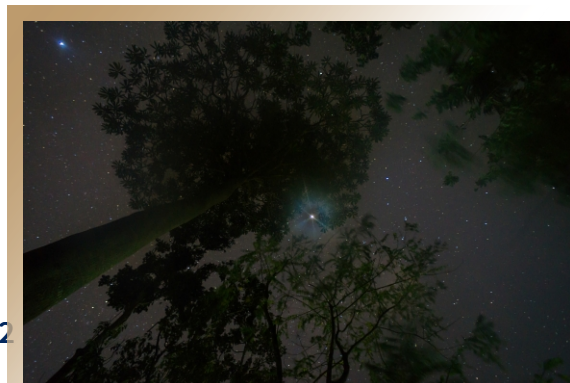
塔賓保護區深度探索之旅

塔賓保護區佔地約30萬英畝，是全馬來西亞最大的自然保護區，以原始熱帶雨林及部分次生林為主。區內地形多變，擁有泥火山、瀑布、洞穴等天然奇景，孕育出豐富的生態系統。這裡已記錄的珍稀鳥類超過300種，堪稱世界重要的鳥類棲息地之一。沙巴三大哺乳動物—侏儒象、婆羅洲野牛與蘇門答臘犀牛—也在此自由棲息，展現雨林原始而多樣的生命力。

夜晚，是白天看不到的另一個世界

跟著光束尋找雨林的生命

夜幕降臨後的雨林像換了頻道：白天的鳥鳴退到背景，取而代之的是樹蛙的節奏、昆蟲的振翅、草叢裡細微的沙沙聲。手電筒的光束掃過枝葉，你會看到白天難得一見的夜行者——樹蛙貼在光滑葉面、昆蟲在樹幹上閃著金屬光、睡成一團的小鳥依偎在枝



在城市放空身心 在叢林回歸真我 舒適旅宿

精選地理位置最佳住宿點
雨林區貼近自然，就近觀察豐富生態



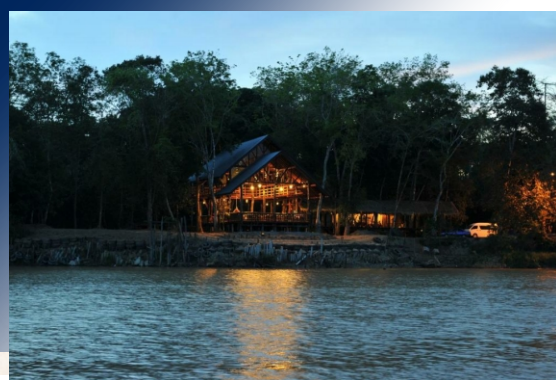
西必洛保護區旁的優雅木屋，通往生態核心的門戶 山打根西必洛雨林度假村

度假村以傳統雨林木屋設計，完美融入翠綠環境，讓您享受清晨獨特的雨林聲響。其地理位置極佳，步行即可抵達RDC雨林探索中心，是登上樹冠步道、展開專業賞鳥生態行程的絕佳門戶，在此休憩一晚，為隔日深入京河、塔賓的野性之旅做好充分準備。

京河畔的野性之窗，夜棲沙巴最長河流畔

京河流域雨林度假村

位於京那巴登岸河的核心地段，是進行遊船與夜間步行探險的關鍵基地。度假村採用傳統的高腳屋建築風格，與周遭雨林環境完美融合。清晨與黃昏時，犀鳥、長鼻猴及其他珍禽異獸就在岸邊樹冠活動，入住此處，您將以最舒適的方式，感受京河的脈動與豐富的生態奇觀。



塔賓秘境，深入婆羅洲最原始的生態心臟

塔賓保護區度假村

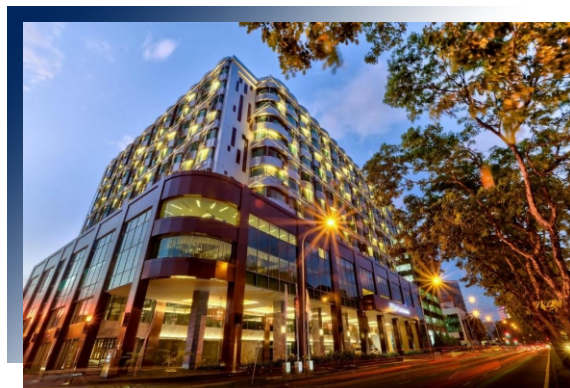
唯一坐落在保護區內的度假村，頂級賞鳥與野生動物探險家的私人營地，讓您打開門窗即可享受雨林的芬多精，並伴隨夜間的鳥語蟲鳴入眠；除了豐富的鳥類外，亦能輕鬆前往獨特的火山泥泉觀察野生動物。



亞庇的奢華收尾，希爾頓的城市優雅時光

亞庇希爾頓飯店5*

結束野外探險後，回到亞庇入住國際連鎖的希爾頓飯店，享受現代化的設施、寬敞的客房與頂級服務，為這趟婆羅洲生態之旅劃下舒適且豪華的句點。



DAY 01

桃園機場(台灣)✈亞庇機場(馬來西亞)✈山打根機場-16km-飯店



啟程，越過赤道線，飛往野性沙巴

從城市文明前往雨林門戶

帶著對自然的無限嚮往啟程，飛往雨林生態核心區域的門戶。此刻，世界第三大島的綠色心臟已在等候，為即將展開的生態探險做好最充足的準備。



早餐 敬請自理

午餐 機上簡餐

晚餐 當地風味料理



Borneo Sepilok Rainforest
Resort 或同級

DAY 02

山打根【雨林探索中心】-107km-蘇考【京河夜間步行生態探索】



熱帶雨林探索中心(RDC)

Rainforest Discovery Centre

熱帶雨林探索中心(RDC)中保存了西必洛森林保護區內的各種植物，展示了包括250種蘭花在內的豐富物種。常見的常見野生動物包括麝貓、懶猴、鼯鼠、鼯鹿、眼鏡猴和紅毛猩猩，以及多種熱帶森林鳥類。該中心也是鳥類觀察者的天堂，為沙巴最大的觀鳥點之一。

京河夜間步行生態觀察

Kinabatangan River Nighttime Wildlife Walk

夜幕下的京那巴當岸河雨林甦醒，沿靜謐小徑步行，樹蛙、夜行鳥與哺乳類動物悄然現身。手電筒光束照亮生命蹤跡，每一次樹葉沙沙聲與昆蟲振翅聲，都讓你近距離感受雨林夜晚的活力與神秘。



早餐 度假村內享用

午餐 當地風味料理

晚餐 度假村內享用



Borneo Natural Sukau Bilit Resort 或同級

知識小學堂

山打根雨林探索中心(RDC)擁有全馬來西亞最長的雨林天空步道，全長620米、最高距地面27米、寬約1.5米，設計牢固、安全，並連接三座觀景塔，從各種絕佳角度觀察野鳥與野生動物。

DAY 03

蘇考【京那巴當岸河遊船巡航、雨林植樹】



京那巴當河船遊探索

Kinabatangan River Boat Safari

京河全長約560公里，是沙巴最長的河流，也是生物多樣性最豐富的生態走廊之一。黎明或黃昏時是觀賞野生動物的最佳機會，乘著小船沿河而上，聆聽專業解說，細心觀察，您甚至可能會看到蘇門答臘犀牛在樹林中漫步，甚至是成群的亞洲象洗澡、渡河的奇特景觀。

京河流域植樹

這是一次與雨林連結的保育行動。過去因砍伐與土地開發，這片雨林失去了許多樹木與野生動物棲地；透過植樹，每一株小樹都能重建棲息環境、保護河岸與水質，讓鳥兒、哺乳動物與昆蟲都有新家可歸。親手栽下樹苗，不僅留下自己的印記，也真正為生態永續出一份力。



早餐 度假村內享用

午餐 度假村內享用

晚餐 度假村內享用



Borneo Natural Sukau Bilit
Resort 或同級

晴天推薦

今日安排清晨與黃昏各一次船遊京河，把握探索野生動物的最佳時機！清晨船遊後返回度假村享用早餐，再於度假村週邊進行生態探索，午餐後小憩片刻，準備參加傍晚船遊。

DAY 04

蘇考【京那巴當岸河清晨巡航】-124km-拿篤-45km-塔賓【利帕德泥火山、夜間叢林越野車獵遊】



京那巴當岸河清晨巡航

Kinabatangan River Morning Cruise

清晨的京河籠罩在薄霧之中，河面如鏡，伴隨太陽初升，河岸的野生動物慢慢甦醒。長鼻猴在樹梢跳躍，鳥群鳴唱，偶爾水面閃現水鹿或鱷魚身影。清晨巡航提供最寧靜的觀察時刻，是捕捉雨林生命活力與迷人光影的最佳時機。



利帕德泥火山

Lipad Mud Volcano

利帕德泥火山是塔賓保護區內的幾座泥火山之一，也是距離度假村最近的。富含礦物質的泥火山為動物和鳥類提供了鹽礦，吸引他們前來補充鹽份。旅人們可以嘗試辨認在這裡留下的眾多動物足跡。



塔賓叢林越野車夜間獵遊

Tabin Forest Night Safari

搭乘越野車穿越熱帶雨林，體驗夜間的熱帶叢林生活。仔細觀察並聞一聞，尋找夜行性動物和珍稀鳥類的蹤跡，跟隨保護區的資深導遊，借重其豐富的經驗，一些容易被忽略的動物蹤影與留下的蛛絲馬跡將無所遁形。



早餐 度假村內享用
午餐 當地料理
晚餐 度假村內享用



Tabin Wildlife Resort
或同級

晴天推薦

特別為您準備雨鞋，讓您在泥火山地形週邊行走不用擔心弄髒您的鞋子，並將於此進行泥拓體驗，作品將帶回度假村加工，並於離開塔賓的當天讓大家帶回，作為獨一無二的紀念品。您也可以嘗試用新鮮的火山泥敷臉，據說養顏美容功效超卓唷！

DAY 05

塔賓野生動物保護區【清晨賞鳥、利帕德瀑布、草藥足浴、夜間生態探索】



塔賓野生動物保護區

Tabin Wildlife Reserve

全馬來西亞最大的自然保護區，以原始林和部分次生林為主，當中更有泥火山、瀑布、洞穴等豐富的天然地形。保護區中已存在發現記錄的鳥類超過300種，是世界上最重要的鳥類棲息地之一。沙巴的三大哺乳動物：侏儒象、婆羅洲野牛和蘇門答臘犀牛也都棲息於此。

利帕德瀑布

Lipad Waterfall

沿著森林步道與利帕德河邊跋涉，將抵達位於塔賓保護區深處的利帕德瀑布區，此處偶爾會因雨林中的強烈降雨而形成更大規模的瀑布，甚至出現雙瀑布的奇特景觀。



塔賓限定草藥足浴

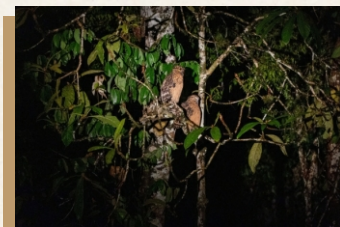
Tabin Rainforest Herbal Foot Soak

塔賓雨林豐富的生態系統使其成為植物的寶庫。草藥足浴使用熱水浸泡塔賓獨特的天然草藥配方，具有刺激腳部、促進血液循環之效，進而舒緩身體疲勞。

塔賓度假村小徑夜間生態探索

Tabin Resort Night Walk

在漆黑的婆羅洲雨林中，拿著手電筒，與達人和保護區的生態導遊一起沿著度假村周邊的叢林小徑行走，並與夜行性動物來場不期而遇。經驗豐富的導遊將揭開森林的神秘面紗，並分享多年來關於夜間森林生活的有趣故事。



早餐 度假村內享用

午餐 度假村內享用

晚餐 度假村內享用



Tabin Wildlife Resort
或同級

知識小學堂

塔賓保護區林間已記錄超過300種鳥類，分屬約42個科，其中包括沙巴的8種犀鳥、多種備受歡迎的八色鸚、太陽鳥等奇特珍禽，以及多種瀕危鳥種的生態身影。同時，這片林間也棲息著許多稀有的特殊哺乳動物族群，為您的生態探險增添無窮驚喜。

DAY 06

塔賓野生動物保護區【塔賓核心觀景台、侏儒象小徑、午後生態探索、夜間叢林越野車獵遊】



塔賓核心觀景塔

Tabin Birdwatching Tower

登上位於塔賓保護區核心地帶的觀察平台，從高處俯瞰叢林，發現樹梢停留的珍鳥與地上覓食的野獸，留心觀察，處處可能潛藏驚喜。

侏儒象小徑

The Elephant Trail

從塔賓度假村通往利帕德泥火山的森林小路，由於不時會遇到前往泥火山補充鹽份的婆羅洲特有種生物-侏儒象，故被當地人稱為大象小徑。



早餐 度假村內享用

午餐 度假村內享用

晚餐 度假村內享用



Tabin Wildlife Resort
或同級

知識小學堂

婆羅洲侏儒象是亞洲象體型最小的亞種，牠們的耳朵更大、尾巴更長，個性也比亞洲大陸上的親戚更為溫馴。雖然體型較小，但牠們在雨林中的移動能力極強，其行經路線常會帶來種子擴散的效果，對雨林生態系的健康至關重要。

DAY 07

塔賓野生動物保護區【雨林探索】-45km-拿篤機場→亞庇【丹絨亞路海灘】



丹絨亞路海灘

Tanjung Aru Beach

丹絨亞路海灘位於亞庇市區西側，海灘上種有成排成列的棕櫚樹及木麻黃樹。這裡的夕陽甚至被譽為世界三大最美日落之一。

塔賓清晨鳥類觀察之旅

清晨雨林漫步：鎖定婆羅洲林冠珍禽

把握每日鳥類最活躍的黃金時段，在專業嚮導的帶領下，靜默探索薄霧繚繞的林間小徑，專注尋找沙巴特有物種，在第一道晨光中，捕捉雨林生命的活力與靈動身影。



早餐 度假村內享用

午餐 敬請自理

晚餐 老虎蝦海鮮大餐



Hilton Kota Kinabalu 5*
或同級

知識小學堂

丹絨亞路海灘是亞庇最知名的海岸線，它最大的魅力來自於其被國際公認的世界級日落景觀。由於地理位置和獨特的空氣濕度，這裡的日落常常呈現出極為濃郁的橘紅、深紫與金色交織的奇幻色彩，許多旅遊雜誌將其列為全球十大最美日落觀賞地之一。

DAY 08

亞庇機場(馬來西亞)✈桃園機場(台灣)



返程・歸鄉

在充實的旅途中，最舒適的還是那溫暖的家，今日我們開始返程，另飛行時間長，建議準備頸枕、眼罩、耳塞等助眠小物，方便在機上也能享有舒適的休息空間。



早餐 早餐餐盒
午餐 敬請自理
晚餐 敬請自理



溫暖的家



上述內容僅供參考，實際行程及航班以行前說明會為準

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

- 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：全程國際段及內陸段經濟艙機票、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、飯店行李搬運費等禮貌性質小費。
- 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：29,000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：10（含）人。如低於10（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】。

- 如為三位成人(12 歲以上)同房或兒童加床需求,須於報名時提出,並個別詢問各住宿飯店確認可行性及所需費用。請理解,飯店提供的皆非標準三人房,而是標準雙人房加一張單人床(多為摺疊床或沙發床)的方式安排。加床後,房間室內空間將可能因此受到影響,導致活動空間受限,建議旅客斟酌考量。
- 東南亞地區飯店建築規格相對統一,但仍有可能因飯店善意升等或邊間等因素造成房間大小不一。此非本公司所能掌控,亦無差別待遇,敬請諒察。
- 沙巴地處熱帶,全年炎熱潮濕,所有飯店房間均設有必備之冷氣空調設備。但入住生態保護區住宿,如京河或塔賓,為了生態環保,空調功率可能不如市區飯店,或僅在部分時段開放冷氣,請以放鬆心情體驗自然生態為重。
- 為響應環保,部分飯店不會主動提供一次性盥洗用品(如牙刷、牙膏),建議旅客自行攜帶。



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。



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。



SUNDAY
TOURS

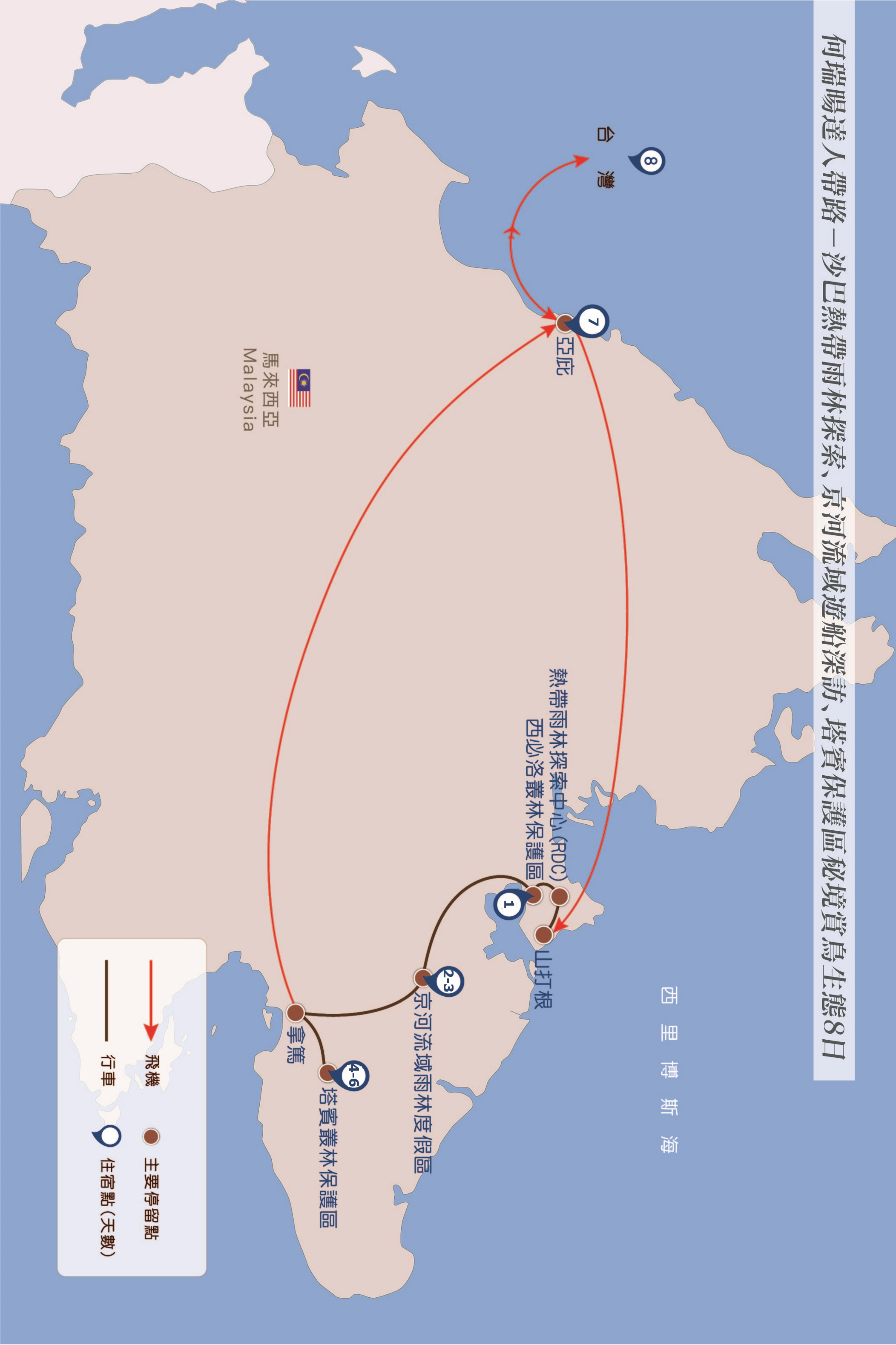


SUNDAY
TOURS



SUNDAY
TOURS

何瑞賜達人帶路－沙巴熱帶雨林探索、京河流域遊船深訪、塔賓保護區秘境賞鳥生態8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