

行程表

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 暘 / 隨團達人

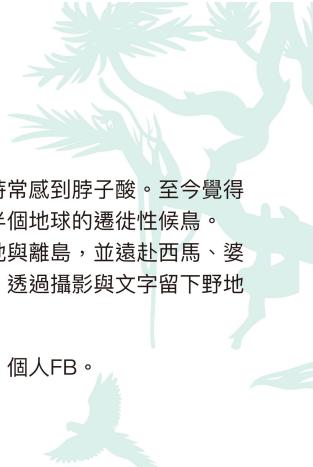
生態攝影師、專欄作家

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。

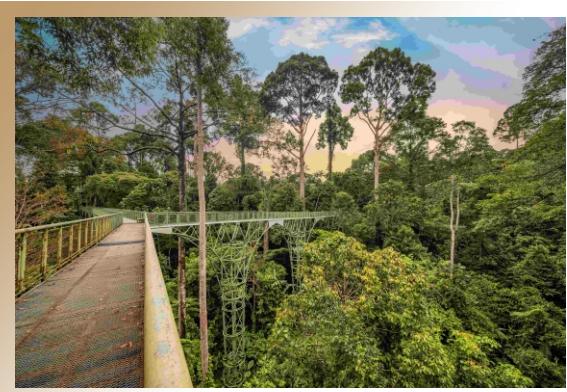
在雨林裡，每一聲鳥鳴、每一次枝葉晃動，都可能藏著驚喜。

攝影：何瑞暉

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」。



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

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。



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



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。

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。



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。

塔賓秘境，深入婆羅洲最原始的生態心臟

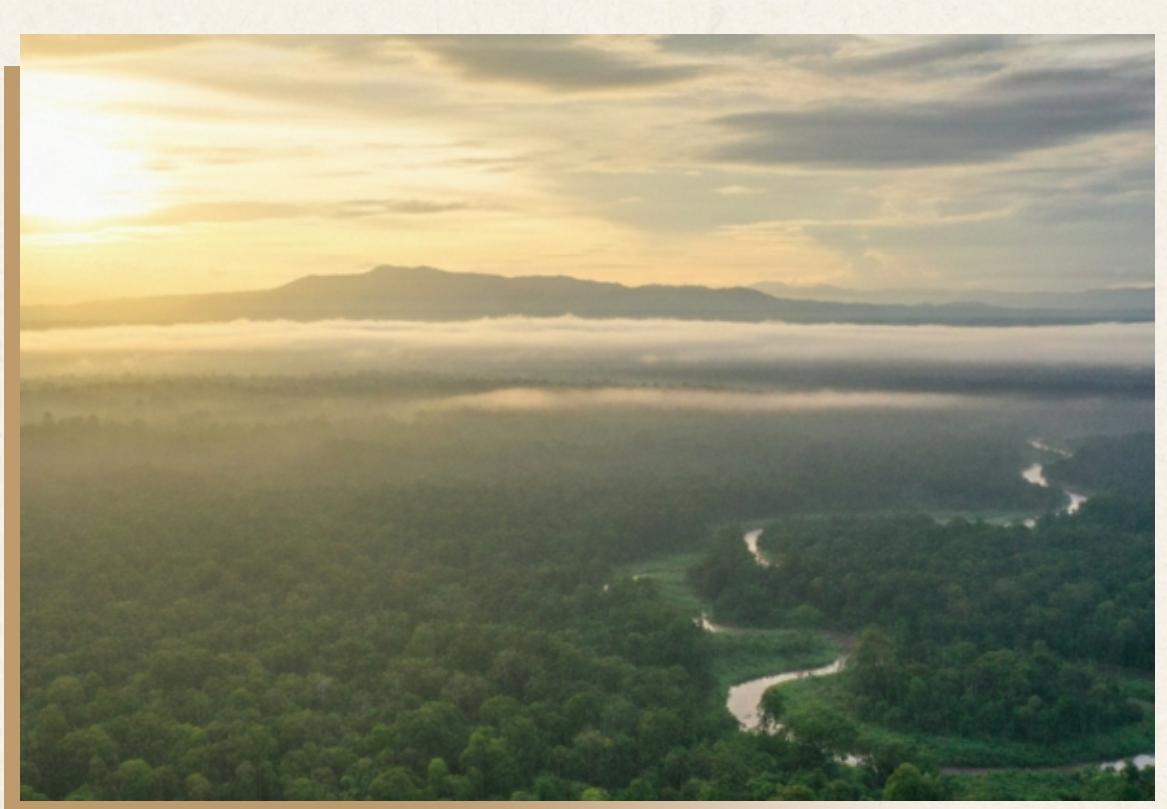
塔賓保護區度假村

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。



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、鼷鹿、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鶇、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





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—亞庇	亞洲航空	AK1511	0955/1330	03:35
DAY 1	亞庇-山打根	亞洲航空	AK6494	1620/1705	00:45
DAY 7	拿篤-亞庇	馬來西亞航空	MH3017	1455/1550	00:55
DAY 8	亞庇—台北	亞洲航空	AK1510	0600/0915	03:15

上述內容僅供參考，實際行程及航班以行前說明會為準



- 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出境章以及相貌／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

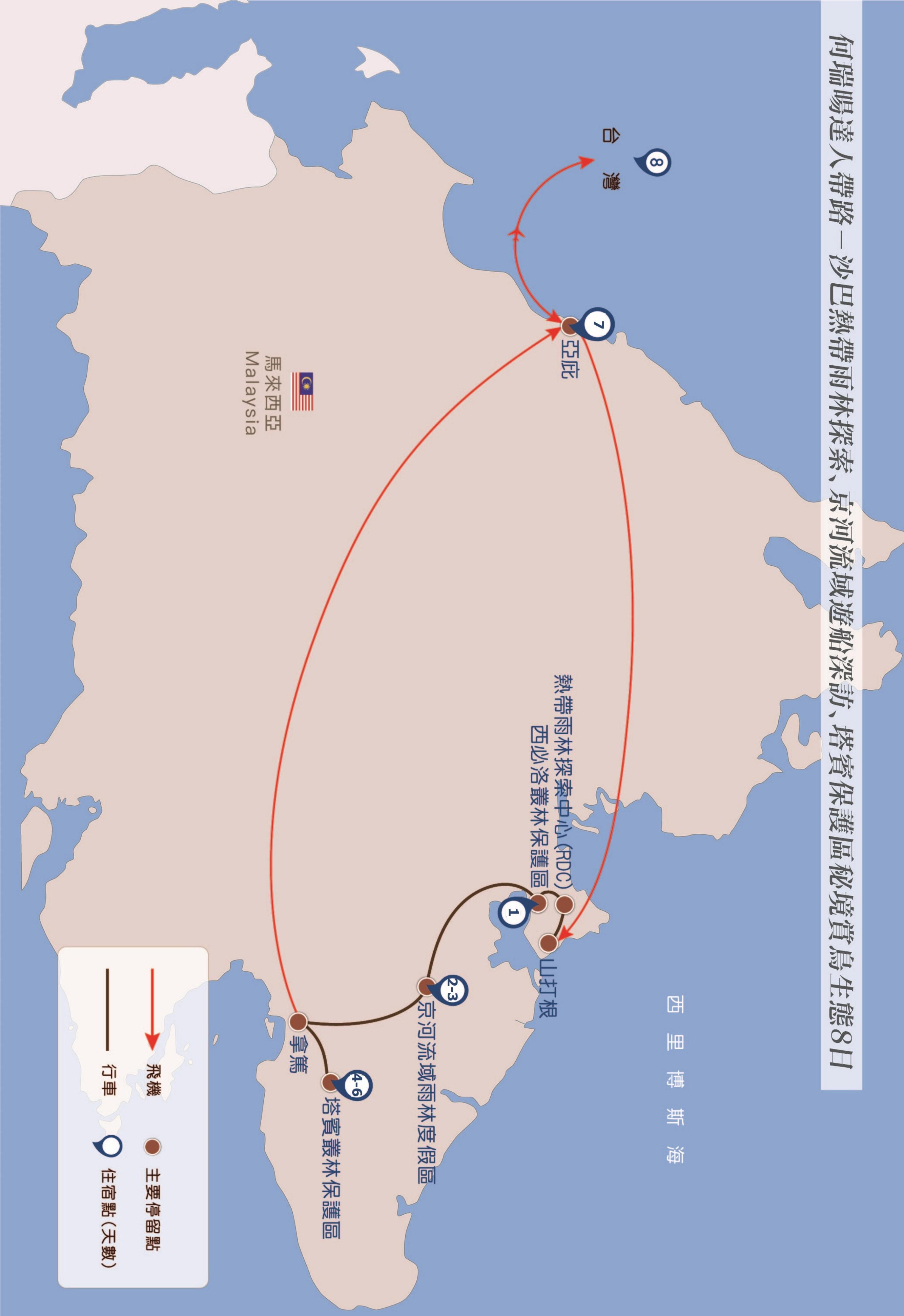


SUNDAY TOURS



SUNDAY TOURS

何瑞陽達人帶路 - 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 |

02-2711-3355

| 新 竹 |

03-6582-358

| 台 中 |

04-2323-0068

| 台 南 |

06-3121-222

| 高 雄 |

07-5377-577