

保加利亞+羅馬尼亞精華 15 天

常春健康行 專為 50 歲以上長青族設計

現金價：204,800 元起

刷卡價：208,800 元起

出發日期：2025 年 5/22、7/10、9/25

· 若航空公司機票漲價，團費也將調漲。

· 本行程保證不二價收費，若有同團出現不同價格，其差價加倍賠償。

保加利亞是丘陵形成的山岳國家，巴爾幹山脈將國土橫切，北側是黑海和巴爾幹山高地，南側是溫暖的多拉奇亞平野，因城市繁榮而保留許多珍貴的文化資產。觀光景點環繞首都「索非亞」周邊及黑海沿岸的世界遺產古城，豐富的歷史遺跡與藝術瑰寶，令人驚艷讚嘆！

羅馬尼亞是東歐諸國中唯一的拉丁系民族，首都「布加勒斯特」以美好的浪漫生活聞名，在 1900 年代就贏得「小巴黎」的稱號。許多城市在 12 世紀由德國人建造，歷史名城因吸血鬼故事而充滿傳奇，德國色彩濃厚的小鎮與拉丁民族的浪漫，交織成獨特的羅馬尼亞風情。

巴爾幹古國與拉丁浪漫風情 環球 8 大特色親體驗

1. 專為 50 歲以上長青族企劃，滿足興趣與需求

環球最了解長青族的旅遊需求，以 15 天較充裕的天數規劃，將保加利亞及羅馬尼亞最精采的遊程完整納入。不必擔心疲累趕行程，害怕需求被忽略、恐慌行動稍慢而招致抱怨...，同齡出遊人生閱歷相當，話題相近，興趣相似，最能同享旅遊樂趣。

2. 世界遺產與拉丁浪漫風情， 雙國精華遊程深度遨遊

環球以最完整的雙國深度遊程規劃，嚴選保加利亞首都「索非亞」、第二大城「普羅夫迪夫」、第三大城「瓦爾納」、黑海最著名的世界遺產古城「內塞伯爾」、第二帝國時期的首都「大特爾諾沃」、全球最大的「卡贊勒克玫瑰谷」；與羅馬尼亞首都「布加勒斯特」、爵士之都「錫比烏」、童話小鎮「梅迪亞什」、世界遺產古城「錫吉什瓦拉」、吸血鬼的故鄉「布拉索夫」，雙國最精彩的大城小鎮完整納入，保證不虛此行。



3. 精華城市連續住，黑海名城不遺漏

環球特別看重旅遊價值，重要城市絕對不能捨棄或匆匆掠過，否則等於白來了。以下城市是本次行程的重點精華，環球堅持保有足夠停留天數，才能細細品味精華。

【索菲亞住 2 晚】

匯聚保加利亞歷史與文化精髓的首都，擁有寶貴的世界文化遺產、歷史地標與地下教堂。



【布加勒斯特住 2 晚】

羅馬尼亞首都豐富的戰爭歷史與王宮遺跡、博物館，周邊的霍雷祖修道院名列世界遺產。



【布拉索夫住 2 晚】

除了必遊的布蘭城堡外，還有城內重要的歷史教堂，老城區必須保留時間，體驗自在漫遊樂趣。



【瓦爾納】－ 黑海旅遊城市

瓦爾納是保加利亞第三大城，昔日繁榮與輝煌的傲人歷史，成為今日黑海最著名的旅遊城市。



【內塞伯爾】－ 世界遺產古城

內塞伯爾是黑海最著名的度假勝地，世界遺產「內塞伯爾古城」韻味十足，極為特殊、美麗。



4. 精算車程與景點停留時間，慢慢賞玩最輕鬆

每天的车程時數都以最貼心的方式安排，避免長途行車造成勞累。參觀景點細心精選，並依景點的精彩度分別規畫足夠的時間停留，著名的歷史古城更保留自由漫遊樂趣，確保享有深度玩賞卻不累的輕鬆玩法。



5. 親臨保加利亞+羅馬尼亞雙國 7 處世界遺產地

能夠名列「世界文化遺產」即表示該景點具有傑出保存價值，更是旅遊品質的保證，本行程親臨保加利亞+羅馬尼亞雙國 7 處世界遺產，欣賞受到細心保護的無價之寶。



里拉修道院
1983 UNESCO



博雅納教堂
1979 UNESCO



色雷斯人古墓群
1979 UNESCO



內塞伯爾古城
1983 UNESCO



伊凡諾沃岩洞教堂
1979 UNESCO



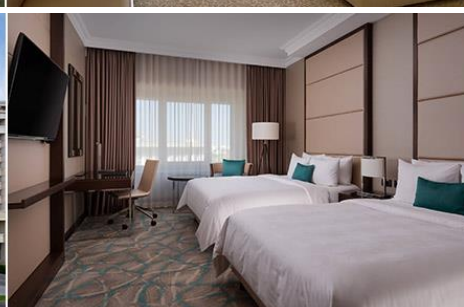
霍雷祖修道院
1993 UNESCO



錫吉什瓦拉堡壘
1999 UNESCO

6. 嚴選 4-5 星級飯店與主廚料理，享受優質食宿

全程精選 4~5 星 A 級優質飯店，不但享有優質住宿體驗，往返景點也最省時方便。每天早餐於飯店內享用，午晚餐則以西式料理、保加利亞風味餐、羅馬尼亞風味餐、中式料理及飯店主廚料理穿插安排，確保全程優質食宿體驗。



7. 門票小費全部包，無自費、免自理

全程包含門票、領隊小費、司機小費，無自費行程；也不必擔心人生地不熟、語言不通，還要自理餐飲的窘境，全程開心無憂暢遊。

8. 投保 500 萬責任險，經驗領隊貼心照顧

每位團員均投保 500 萬旅遊責任險+20 萬醫療險，確保享有最完整保障；特派經驗領隊沿途細心照顧，提醒添衣吃藥，貼心呵護最放心。



行程地圖 -----



航班參考 -----

表列為預定航班，正確資訊請以行前說明會所提供資料為準。

天數	航空公司	航班	出發地	起飛時間	目的地	抵達時間
1	土耳其航空	TK025	桃園	21:55	伊斯坦堡	05:10+1
2	土耳其航空	TK1027	伊斯坦堡	07:50	索菲亞	09:05
14	土耳其航空	TK1046	布加勒斯特	21:30	伊斯坦堡	22:55
15	土耳其航空	TK024	伊斯坦堡	01:35	桃園	17:55

每日行程 -----

第 1 天 台北/伊斯坦堡

滿懷興奮心情歡聚桃園國際機場，搭機經伊斯坦堡轉機，飛往保加利亞首都-索菲亞，今晚夜宿飛機上，養足精神預備迎接旅程。

早餐：X	午餐：X	晚餐：飛機上
住宿：飛機上		



第 2 天 伊斯坦堡/索菲亞(保加利亞)

索菲亞是歐洲最古老的城市之一，在中世紀時期就是羅馬帝國的要塞城市。時至今日仍位居全國政治、經濟與文化中心，城內綠樹成蔭、鮮花盛開，洋溢開朗獨特的巴爾幹魅力。精彩的市區觀光【沙皇解放者紀念碑】、★【亞歷山大•涅夫斯基主教座堂】、★【聖索菲亞

教堂】、【聖尼古拉斯教堂】、【總統府】、【舊共產黨總部】、【聖喬治教堂】、【聖佩特卡地下教堂】、【索菲亞紀念碑】，美麗的花園之都，令人驚嘆連連。

早餐：飛機上 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿：Hilton Sofia 或 Grand Hotel Sofia 或 Sofia Hotel Balkan 或 同級



第 3 天

索菲亞—117km 里拉修道院—105km 博雅納—10km 索菲亞

全天參訪寶貴的世界文化遺產。★【里拉修道院(1983 UNESCO)】建於 10 世紀中期，是巴爾幹半島最大的修道院，保存十四世紀保加利亞文化的壁畫、木雕及聖像，教宗聖若望·保祿二世於 2002 年專程到此參訪，地位猶如保加利亞的耶路撒冷。午後參觀古老的★【博雅納教堂(1979 UNESCO)】，以保存文藝復興前的濕壁畫而聞名全球，其中又以「最後的晚餐」最為珍貴。二座國寶級景點雙雙名列世界文化遺產，是保加利亞最重要的文化寶庫。

早餐：飯店內早餐 午餐：西式料理 晚餐：保加利亞風味餐

住宿：Hilton Sofia 或 Grand Hotel Sofia 或 Sofia Hotel Balkan 或 同級



第 4 天

索菲亞—150km 普羅夫迪夫

造訪保加利亞第二大城-普羅夫迪夫，這座 6000 年的歷史古都，以悠久建築遺跡獲選為歐洲文化之都。循著歷史腳步漫遊山丘上的【普羅夫迪夫古城】，從史前時代、中世紀、復興時期的建築遺跡保存完整且維護良好。★【羅馬劇場】宛如隱身古代豪宅中的寶藏，至今仍是各種文化表演的首選場地，是全球保存狀態最好的古羅馬劇場之一。★【民族博物館】內典藏著保加利亞人民的生活與傳統文化。獨具韻味的古城彷彿露天博物館般，沉穩內斂的展現昔日輝煌。

早餐：飯店內早餐 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿：Landmark Creek Hotel 或 Hotel Imperial Plovdiv 或 Ramada by Wyndham Plovdiv Trimontium 或 同級



第 5 天

普羅夫迪夫—104km 卡贊勒克玫瑰谷—219km 內塞伯爾

卡贊勒克玫瑰谷是全球最大的玫瑰花產地，★【**玫瑰博物館**】飄散濃濃玫瑰花香，細數保加利亞的玫瑰產業發展史。名列世界遺產的★【**色雷斯人古墓群(1979 UNESCO)**】是保加利亞保存最好的希臘化時期之藝術傑作，吸引全球遊客參觀。午後前往黑海最著名的度假勝地—**內塞伯爾**，3200 年歷史的世界遺產【**內塞伯爾古城(1983 UNESCO)**】宏偉教堂林立，【**西城牆**】、★【**基督君王教堂**】、【**聖天使米迦勒和加百列教堂**】、【**聖索菲亞教堂**】、【**聖約翰阿利特格托斯教堂**】，每一座建築都以無比的魅力吸引遊客駐足。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿： Diamant Residence-All Inclusive 或 HI Hotels Imperial Resort 或 同級



第 6 天

內塞伯爾—101km 瓦爾納

上午前往保加利亞第三大城—**瓦爾納**，擁有「黑海明珠」美譽的濱海城市，是保加利亞著名的旅遊之都。地標【**聖母安息主教座堂**】及【**瓦爾納歌劇院**】周邊綠樹成蔭，風景非常優美。巴爾幹半島最大的★【**羅馬浴場建築群**】建造於 2 世紀晚期，當時掌握城市經濟的商人經常在此聚集，邊沐浴邊討論社會重要議題，浴池的功能持續到 3 世紀末，宏偉的建築遺跡證明了當時瓦爾納經濟繁榮的輝煌歷史。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿： Rosslyn Dimyat Hotel Varna 或 The Palace Balneo & Spa Hotel 或 同級



第 7 天

瓦爾納—222km 大特爾諾沃

保加利亞第二帝國時期的首都【**大特爾諾沃**】，是保加利亞著名的三大古都之一。【**舊城區**】的老建築沿著陡峭的岩壁建造，長長的石板路綿延山丘，蜿蜒通往居高臨下的★【**沙皇城堡**】。華麗的【**皇宮**】和【**大教堂**】盤據在城堡高處，是保加利亞保存最完好的文化古蹟之一。從城堡眺望老城區，櫛比鱗次的紅瓦建築、潺潺流淌的護城河、壯麗的山川美景，像一幅靜謐優雅的畫作，令人流連難忘。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿： HI Hotels Imperial Resort 或 Meridian Hotel Bolyarski 或 同級



第 8 天

大特爾諾沃—93km 伊瓦諾沃—20km 魯塞—75km 布加勒斯特(羅馬尼亞)

上午前往**伊瓦諾沃**，參觀著名的★【**伊凡諾沃岩洞教堂(1979 UNESCO)**】建築群，岩洞開鑿艱巨，工程期超過百年。歷史記載保加利亞國王「蓋奧爾吉•泰爾塔一世」於 14 世紀初在此出家，死後就是葬在教堂懸崖上的古墓裡。教堂內保存完好的精細石雕、中世紀壁畫反映了古希臘藝術特色，1979 年被列入聯合國教科文組織首批公布的世界遺產。午後經邊境小鎮【**魯塞**】，抵達羅馬尼亞首都-**布加勒斯特**。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：中式料理

住宿：Radisson Blu Hotel Bucharest 或 InterContinental Bucharest 或 同級



第 9 天

布加勒斯特—222km 霍雷祖修道院—146km 錫比烏

上午參觀名列世界遺產的★【**霍雷祖修道院(1993 UNESCO)**】，拜占庭建築風格內的華美雕塑、宗教藝術品、原創壁畫，使其成為布蘭科溫藝術風格的代表性建築。午後續往羅馬尼亞爵士之都-**錫比烏**，又稱為「橡樹之城」，城內的中古世紀軍事防禦建築保存完整，於 2007 年獲選為歐洲文化之都。觀光行程從【**大廣場**】展開，【**聖三一羅馬天主教堂**】、【**市政塔樓**】、【**說謊橋**】，感受中世紀古城的絢爛氣度。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿：Hotel Continental Forum 或 Ramada by Wyndham Sibiu 或 同級



第 10 天

錫比烏—55km 梅迪亞什—39km 錫吉什瓦拉

早餐後前往童話般的**梅迪亞什小鎮**，【**歷史中心**】、【**米迦勒教堂**】、【**喇叭塔**】及【**聖瑪格麗特教堂**】，典雅秀麗的小鎮風情，漫步其中倍覺清新。續往歷史古城-**錫吉什瓦拉**，13 世紀時期許多藝術工匠隨羅馬帝國移居這裡，迅速發展後掌握城市經濟，並建造【**錫吉什瓦拉堡壘(1999 UNESCO)**】抵禦外來侵襲，保留完整原貌的中世紀防衛城市獲選為世界文化遺產。熱門景點【**教堂廣場**】、【**吸血鬼德古拉之家**】、【**鐘樓**】、【**土人之梯**】，濃厚的

古城氛圍，處處令人流連。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿：DoubleTree by Hilton Hotel 或 Georgius Krauss Guest House 或 同級



第 11 天

錫吉什瓦拉—117km 布拉索夫

上午前往**布拉索夫**，此城於 12 世紀由德國人建造，因此德國色彩濃厚，隨著「德古拉」小說中虛構的吸血鬼故事流傳全球，使這個歷史名城充滿傳奇。【主廣場】周邊遍佈古典美麗的歷史建築，1689 年被戰火波及引發火災的★【黑教堂】、精湛工藝鑲嵌圖騰的【教堂鐘】、全歐洲最狹窄的【繩索街】、歷史地標【雪門】及【凱瑟琳之門】，都是城內的重要景點，★搭纜車登上【坦帕山頂】，更是欣賞全城風光的最佳方式。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：羅馬尼亞民俗舞蹈風味餐

住宿：Ramada by Wyndham Brasov 或 Hotel Aro Palace 或 同級



第 12 天

布拉索夫

環繞吸血鬼故事背景的★【布蘭城堡】，1920 年被改造成皇家夏宮，濃濃中古世紀氛圍，是全球書迷心目中的「聖地」。午後參觀二座著名教堂，13 世紀建造的★【聖尼古拉教堂】於 1495 年以石頭重建，並保存了偉大畫家「科斯汀·佩特雷斯庫」創作的壁畫。★【聖帕拉斯凱娃教堂】是羅馬尼亞國歌的作曲家「安德烈·穆雷桑」的安息之地，彩繪圍牆和清真寺尖塔的非典型建築，宛如藝術珍品。爾後特別保留自由時間，享受歷史名城漫遊樂趣。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飯店主廚料理

住宿：Ramada by Wyndham Brasov 或 Hotel Aro Palace 或 同級



第 13 天

布拉索夫—46km 佩蕾絲城堡—5km 錫納亞—123km 布加勒斯特

上午參觀由國王卡洛爾一世建造的★【佩蕾絲城堡】，童話般的德式建築，被公認為歐洲最美麗的城堡之一，是羅馬尼亞王國最引以為傲的代表作。★【錫納亞修道院】以錫納亞地名命名，環繞建築的綠色琺瑯帶、馬賽克彩繪壁畫、新拜占庭風格創作，展現細膩精緻的建築美學。午後抵達羅馬尼亞首都—布加勒斯特，隨即展開市區觀光，親臨【凱旋門】、【亞雅典娜神廟】、【革命廣場】等歷史景點。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：西式料理

住宿：JW Marriott Bucharest Grand Hotel 或 InterContinental Bucharest 或
Athenee Palace Hilton 或 同級



第 14 天

布加勒斯特/伊斯坦堡

布加勒斯特擁有寬闊的林蔭大道，舊城區老建築、露天咖啡館、藝術骨董店林立，悠閒的街道飄散著昔日浪漫「小巴黎」韻味，許多 18 世紀的新古典主義風格建築，外觀美麗大器，氣勢猶如皇宮。全球最華麗的政府建築★【羅馬尼亞議會宮】，內部以 3500 噸水晶、黃金和白銀裝飾，金碧輝煌極盡奢華。參觀★【國家歷史博物館】、走訪【舊王宮遺址】、【聖安東尼教堂】及【大學廣場】，深度了解羅馬尼亞人文歷史。晚上搭乘國際班機經伊斯坦堡轉機，返回台北。

早餐：飯店內 午餐：西式料理 晚餐：飛機上 住宿：飛機上



第 15 天

伊斯坦堡/台北

經過長途飛行，抵達台北，結束難忘旅程。

早餐：飛機上 午餐：飛機上 晚餐：X 住宿：溫暖家園

團票說明

- ※遇旺季價格調漲，另行報價

出團備註

- 行程中標示★表示需門票、船票、車票及入內參觀的景點，未標示者表示下車拍照或行車經過。
- 如遇班機時間變更，本公司保有調整行程之權力。

環球分齡旅遊與一般團比較表 -----

環球「保加利亞+羅馬尼亞」雙國深度旅遊景點一覽表		一般行程
保加利亞精華景點	索非亞市區觀光:沙皇解放者紀念碑、亞歷山大•涅夫斯基主教座堂、聖索菲亞教堂、聖尼古拉斯教堂、總統府、舊共產黨總部、聖喬治教堂、聖佩特卡地下教堂、索菲亞紀念碑。	只安排部分景點
	參觀巴爾幹半島最大，獲選為世界文化遺產的「里拉修道院」。	✓
	參觀以「最後的晚餐」濕壁畫而聞名的世界文化遺產「博雅納教堂」。	✓
	旅遊獲選為歐洲文化之都的保加利亞第二大城-普羅夫迪夫。	✓
	普羅夫迪夫古城入內參觀羅馬劇場及民族博物館。	✓
	造訪全球最大的玫瑰花產地-卡贊勒克玫瑰谷，入內參觀玫瑰博物館。	✓
	參觀世界遺產「色雷斯人古墓群」，欣賞保加利亞希臘化時期的藝術傑作。	無
	前往黑海最著名的內塞伯爾，遊覽 3200 年的世界遺產「內塞伯爾古城」。	無
	暢遊保加利亞第三大城，擁有「黑海明珠」美譽的旅遊之都-瓦爾納。	無
	瓦爾納觀光聖母安息主教座堂、瓦爾納歌劇院、入內參觀羅馬浴場建築。	無安排參觀景點
	旅遊保加利亞第二帝國時期的首都-大特爾諾沃，參觀雄偉的沙皇城堡。	✓
	伊瓦諾沃參觀著名的世界文化遺產「伊凡諾沃岩洞教堂」。	✓
羅馬尼亞精華景點	參觀世界遺產「霍雷祖修道院」，欣賞布蘭科溫藝術風格的代表性建築。	✓
	親臨羅馬尼亞爵士之都-錫比烏，感受中世紀古城的絢爛氣度。	✓
	暢遊童話般的梅迪亞什小鎮，感受典雅秀麗的小鎮風情。	無
	錫吉什瓦拉深度遊覽，包括獲選為世界文化遺產的「錫吉什瓦拉堡壘」、教堂廣場、吸血鬼德古拉之家、鐘樓、土人之梯。	只安排部分景點
	布拉索夫觀光主廣場、黑教堂、教堂鐘、繩索街、雪門及凱瑟琳之門。	✓
	布拉索夫安排搭纜車登上坦帕山頂，欣賞全城風光。	✓
	參觀布拉索夫二座著名歷史教堂-聖尼古拉教堂、聖帕拉斯凱娃教堂。	無
	布拉索夫特別保留自由時間，享受歷史名城漫遊樂趣。	無
	參觀由國王卡洛爾一世建造，被譽為歐洲最美麗城堡之一的佩蕾絲城堡。	✓
	入內參觀錫納亞修道院，欣賞細膩精緻的建築美學。	✓
	布加勒斯特重要的市區觀光包括:凱旋門、亞雅典娜神廟、革命廣場、舊王宮遺址、聖安東尼教堂及大學廣場。	只安排部分景點
	布加勒斯特安排參觀全球最華麗的政府建築-羅馬尼亞人民宮。	✓
食宿	早餐於飯店內享用，午晚餐中西式穿插安排，享用當地料理及風味餐。	✓
	全程入住 4-5 星 A 級以上飯店，享受最優質安全的住宿體驗。	4 星 B 級
保險	包含領隊與司機小費，全程無自費行程，無須自理餐飲。	不含小費
	投保 500 萬旅遊責任險+20 萬醫療險。	200 萬+10 萬醫療險

報名手續與訂金 -----

報名方式

即日起接受預約，可電洽亦歡迎親洽，報名時須預付訂金每人「伍萬元」整。

報名手續及流程

請按鍵進入 [報名表](#) → 詳細填寫後 → 按「確認送出」 → 報名表即可傳至本公司客服信箱 → 本公司會派專人與您聯繫，確認報名人數及訂金支付方式 → 支付訂金後，即完成報名手續。

訂金支付方式

- 1.現金支付
- 2.匯款或 ATM 轉帳
- 3.即期支票或郵局匯票(抬頭:環球旅行社股份有限公司)
- 4.信用卡刷卡(本公司將提供刷卡單)

報名及郵寄地址

地 址：104097 台北市中山區長安東路二段 81 號 3 樓

收件人：環球旅行社

電 話：(02)2507-3636

天氣參考：[保加利亞](#)、[羅馬尼亞](#)