

烏克蘭+白俄羅斯 16 天

常春健康行 專為 50 歲以上長青族設計

現金價 196,800 元起

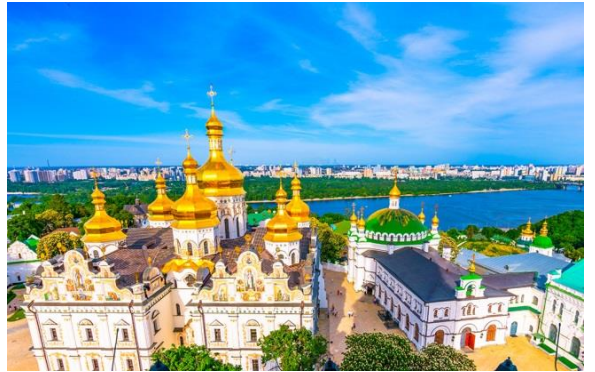
刷卡價 199,800 元起 此價格為 2019 年之參考價，若疫後機票漲價，團費也將調漲。

出發日期：暫停出團。

· 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。

「烏克蘭」位於歐洲東部，國土西連波蘭、北鄰白俄羅斯，在蘇聯時期就是東歐最重要的古都及東正教傳播地，文化底蘊深厚璀璨，藝術成就享譽國際，全國超過 110 個民族在此相融生活。在聶伯河穿越流動的首都—基輔，全城幾乎看不到老化的跡象，它戴著最新的國家資本帽子，十年內兩次革命的舞台，濃烈的多元民族氛圍，在在都顯示出烏克蘭本身年輕、幽默和叛逆的本質，成為世界旅遊地圖上最重要的國家之一。

「白俄羅斯」是攝影師眼中的天堂，更是一個見識共產主義思想遺產和力量的國家。在世界軍事歷史上，許多決定人類命運的戰役都曾經在此交鋒，因此保留了許多珍貴的歷史遺跡。如今，悲慘的戰役遠離，明斯克廣場上的古典爵士樂音飄揚，豐富的文化差異和多樣化的民族，造就獨一無二的國家特色，緩緩向世人掀開神秘面紗。



環球 8 大特色 雙國深度暢遊最價值

1. 專為 50 歲以上長青族設計，同齡出遊最開心

服裝適齡更能襯托氣質，肌膚保養適肌造就青春永駐，選鞋合腳才會步履輕盈。所以年齡相近當然談話投機，出遊愉快，這正是環球首創『分齡旅遊』的核心理念。豐富的「分齡旅遊」出團經驗，環球最了解長輩們喜歡的旅遊方式，知道最痛恨的是甚麼？最擔心及最需要的是哪些？因此，特別以 16 天的天數規劃，精選最適合長青族體力與興趣的知性景點，享受一生回味的旅程。



2. 飛機取代過夜火車，全程 7 段航班輕鬆盡攬精華

烏克蘭國土面積超過 60 萬平方公里；白俄羅斯也將近 21 萬平方公里。二個國家不但城市迥異且各具特色，必須採用最佳航班組合，才能輕鬆暢遊。尤其烏克蘭的城市間路程遙遠，國內線飛機航班極少，若選擇搭火車又必須忍受設備不好、車速太慢、在火車上過夜卻無法入睡的痛苦。因此，環球特別刪除精彩度不足的城市及重複性高的城堡，選擇土耳其航空直飛伊斯坦堡，搭配二國之間最佳時段的國內航班，組成輕鬆舒適的深度精華旅程。

全程最佳交通組合，就是貼心！

航次	飛航城市	航空公司	航線	飛航情況
1	台北/伊斯坦堡	土耳其航空	國際線	直飛
2	伊斯坦堡/敖德薩	土耳其航空	國際線	直飛
3	敖德薩/基輔	烏克蘭航空	國內線	直飛
4	基輔/切爾諾夫策	烏克蘭航空	國內線	直飛
5	利沃夫/明斯克	白俄羅斯航空	國際線	直飛
6	明斯克/伊斯坦堡	土耳其航空	國際線	直飛
7	伊斯坦堡/台北	土耳其航空	國際線	直飛

3. 造訪雙國獨特城市，特色行程天天精彩

全程嚴選烏克蘭、白俄羅斯最精華城市與特色小鎮，將二國的多元民族特色、戰爭悲壯歷史、精采絕倫建築藝術、世界文化遺產...等完美全攬。

烏克蘭主要城市



基輔烏克蘭首都，現代與傳統完美融合的歷史名城，處處精采絕倫。



敖德薩唯一臨黑海的港口城市，享有「黑海明珠」美譽，是烏克蘭人的文化聖地。



切爾諾夫策以切爾諾夫策大學建築群被聯合國列入世界遺產名錄而聞名。



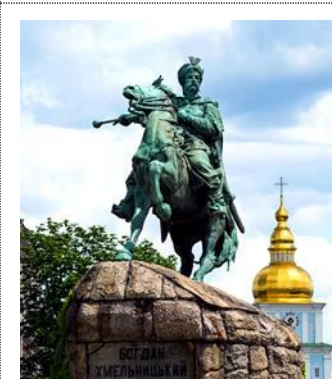
克洛梅亞蛋殼彩繪工藝聞名全球的藝術城市，全城風景如畫。



伊凡諾·弗蘭科夫斯克是進入喀爾巴阡山脈的門戶。



利沃夫聯合國教科文組織列為世界城市，世紀建築均名列世界文化遺產。



白俄羅斯主要城市



明斯克白俄羅斯首都，也是政治經濟與戰爭遺跡保存中心，濃烈的戰鬥民族之城。



涅斯維日小鎮以 13 世紀時期的拉吉威爾家族王朝在當時貢獻事蹟而聞名的小鎮。



別洛韋日森林名列聯合國世界遺產名錄，是「歐洲野牛」唯一的棲息地。



布列斯特二次世界大戰時抵禦外侮的悲壯歷史，獲頒「英雄要塞」稱號。

4. 親臨雙國 7 個世界遺產

世界遺產分為自然遺產、文化遺產和複合遺產三大類，名列世界遺產不只是一種榮譽，更是旅遊的金字招牌，本行程親臨 2 國 7 處世界遺產，欣賞受到細心保護的無價之寶。



聖索菲亞大教堂
1990 UNESCO



佩喬爾斯洞窟修道院
1990 UNESCO



切爾諾夫策大學整體建築
2011 UNESCO



利沃夫歷史中心建築群
1998 UNESCO



里斯維日城堡
2005 UNESCO



米爾城堡
2000 UNESCO



別洛韋日自然保護區
1979 UNESCO



5. 重點城市景點多，絕對不能匆匆掠過

環球特別看重旅遊價值，主要城市絕對不能匆匆掠過，否則等於白來了。以下 3 個城市是本次行程的重點城市，環球堅持保有足夠停留天數，精挑細選最值得參觀的景點，多住多玩多看，細細品味精華，毫無遺漏。

【基輔住 3 晚】

首都「基輔」是建城超過 1500 年的歷史名城，擁有名列世界遺產的教堂、著名的歷史地標、文化韻味濃厚的安德烈斜坡、紀錄悲慘核災的車諾比博物館、全球最深的地鐵及 17、18 世紀生活的民俗博物館...，匯聚烏克蘭歷史與文化精髓的豐富之城，處處精采絕倫，環球特別安排連續住 3 晚，才能深度且完整的盡攬精華。



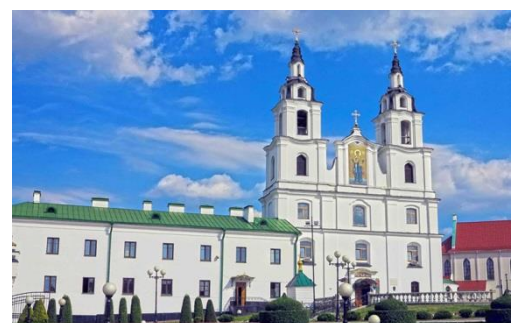
【利沃夫住 2 晚】

利沃夫名列世界城市，歷史悠久曲折，文化兼容並蓄，是著名的人文薈萃之鄉。舊城區擁有許多珍貴的歷史建築瑰寶，風格獨一無二，1998 年被列為世界文化遺產。由於精華之處都在老城區，因此，環球在利沃夫的行程中，特別刪除破舊不堪、不具參觀價值的郊區城堡，將時間完整保留在城內，才能深度探索老城之美。



【明斯克住 3 晚】

明斯克是白俄羅斯首都，第二次世界大戰中幾乎被夷為平地，戰爭結束後，明斯克人在傷痕累累的廢墟中重建。白俄羅斯被稱為獨聯體各國中「最像蘇聯」的國家，跟莫斯科相比，明斯克更像一座典型的歐洲城市，找不到任何「蘇聯」的感覺。置身明斯克，處處可以感受到這座城市珍惜和平與對戰爭的憎惡，



環球在此住宿 3 晚，最能深刻體會。

6. 當地料理與中式餐飲調配，住宿講究又安全

住宿在大城市一律住宿市區 5 星 A 級以上，小城市精選當地最佳飯店及森林區度假小屋，不但全程享有優質住宿，也讓習慣早起的團員有散步做體操的好地方

飲食針對長青族早起的習慣，早餐特別提早，午晚餐不延誤時間，以免影響作息；並特別調配當地



料理與中式料理穿插安排，讓大家吃得愉快。

7. 各種費用全部包，全程安心暢遊

為了讓團員享有愉快旅程，環球全程無自費，將所有參觀門票、領隊+導遊+司機小費、簽證稅金...等費用全部包含，讓您一路暢遊到底。反觀一般陽春團，雖然團費可能稍低，但參觀門票不含或額外花費卻花樣繁多，令人不勝其擾。

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，確保團員最完整保障。特別精挑耐心且經驗豐富的專業領隊，沿途深入淺出的主題解說，提醒添衣吃藥，就像家人一樣貼心，細心呵護每一位平安快樂回國門。

行程地圖



航班參考

以下為本行程預訂的航空班機及飛航路線，實際航班以團體確認的航班編號與飛行時間為準。

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	TK25	桃園	21:55	伊斯坦堡	05:10+1
2	土耳其航空	TK465	伊斯坦堡	07:55	敖德薩	09:25
3	烏克蘭航空	PS58	敖德薩	11:30	基輔	12:30
6	烏克蘭航空	PS041	基輔	20:40	切爾諾夫策	21:55
10	白俄羅斯	B2828	利沃夫	15:20	明斯克	16:35
15	土耳其航空	TK286	明斯克	19:40	伊斯坦堡	22:10
16	土耳其航空	TK24	伊斯坦堡	01:35	桃園	17:55

每日行程

第 1 天 台北/伊斯坦堡

搭乘豪華客機經伊斯坦堡轉機飛往烏克蘭，飛機上好好休息，養足精神。

早餐：X 午餐：X 晚餐：飛機上
住宿：飛機上

第 2 天 伊斯坦堡/敖德薩

清晨抵達伊斯坦堡，隨即轉機飛往烏克蘭第二大城—**敖德薩**。上午展開敖德薩市區觀光，【**市政廳**】、【**黎塞留公爵雕像**】、【**普希金紀念碑**】、【**英軍虎砲**】、歐洲最美的建築之一【**歌劇芭蕾舞劇院**】都是旅遊重點。午後來到黑海最繁忙的【**敖德薩港**】，著名的【**濱海大道**】兩側盡是具特色的歷史建築，漫步悠遊最能感受敖德薩綠樹成蔭的浪漫與魅力。【**波將金階梯**】因紀念 1905 年「波將金號軍艦」起義而建，共有 192 級階梯，由上而下逐級加寬，站在最高處可以鳥瞰敖德薩港全景，感受祥和、自由、愜意的城市氛圍。

早餐：飛機上 午餐：地中海料理 晚餐：烏克蘭料理
住宿：Hotel Londonskaya 或 同級



第 3 天 敖德薩/基輔

上午參觀著名的【**農民市集**】，這個 1827 年開始的農民市集是全球最大的市場之一，市場裡幾乎可以找到任何東西，是體驗在地生活及購物文化的絕佳方式。爾後前往機場，搭乘國內班機飛往烏克蘭首都—**基輔**。擁有 1500 多年歷史的基輔被稱為聶伯河上的「帝王之城」，著名的【**基輔大學**】、【**烏克蘭歌劇院**】、【**黃金之門**】、【**獨立廣場**】，獨特的多元文化、耐人尋味的故事、金碧輝煌的教堂，充滿魅力的藝術與文化相互融合，值得放慢腳步，仔細聆聽與感受。

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：烏克蘭料理
住宿：Fairmont Grand Hotel 5★ 或 同級



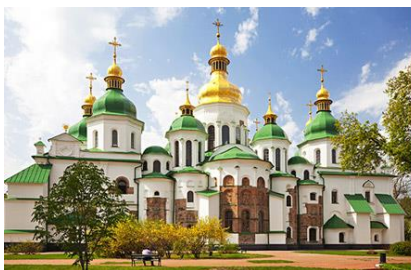
第 4 天

基輔

上午參觀名列世界遺產的★【**聖索菲亞大教堂**】，華麗的教堂內保存了全球最完整的鑲嵌畫和濕壁畫，綠白相間的外牆鑲嵌大量浮雕，登上巍峨鐘樓還可以 360 度俯瞰老城區風光。午後親臨聶伯河右岸的【**奠基者紀念碑**】，紀念 5 世紀初建立基輔城市的三兄弟和妹妹的雕像，生動神情象徵當年建城的奮鬥歷程。搭乘★【**基輔纜車**】以輕鬆方式盡攬城市風光，造訪聖德米特里修道院三座教堂中最大的★【**聖米迦勒金頂修道院**】，強烈民族風格的建築更是烏克蘭重要文化遺產的展現。

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：烏克蘭料理

住宿：Fairmont Grand Hotel 5★ 或 同級



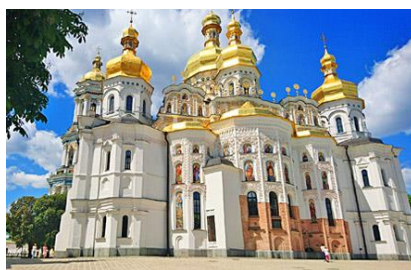
第 5 天

基輔

上午展開烏克蘭歷史旅程，★【**大饑荒紀念碑**】塑像下寫著「既然會餓死，何必生我於此世間」，小女孩瘦骨嶙峋的絕望眼神，令人看了為之心碎。高聳的【**祖國母親雕像**】為紀念前蘇聯在衛國戰爭中犧牲的英雄而建，「母親」的左右手分別高舉盾和劍，象徵烏克蘭人民保衛祖國的信心和決心。下午搭乘★【**基輔地鐵 1 號線**】，體驗全世界最深的地鐵工程。參觀名列世界遺產的★【**佩喬爾斯洞窟修道院**】，金碧輝煌的內飾、精美絕倫的壁畫、歐洲最高鐘樓、地下迷宮般的洞穴、125 具保存完好的木乃伊，成為基輔最受歡迎的七大奇景之一。★【**袖珍博物館**】帶領遊客進入微觀藝術世界，每一件展品都精美絕倫，令人讚嘆！

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：烏克蘭料理

住宿：Fairmont Grand Hotel 5★ 或 同級



第 6 天

基輔/切爾諾夫策

烏克蘭四大地標之一★【**安德烈大教堂**】聳立在陡峭的聖安德烈山頂，俯瞰古老的波迪爾

街區。**【安德烈斜坡】**被稱為「基輔的蒙馬特」，街道蜿蜒充滿文化韻味，吸引許多文學家、作曲家、藝術家在此居住。參觀★**【車諾比博物館】**，館內的視覺設備及文物，真實呈現了 1986 年核災事故的慘況。午後搭★**遊船欣賞【聶伯河】**兩岸風光，再次瀏覽著名教堂及基輔老城之美。續往★**【民俗露天博物館】**，參觀圓頂木造教堂、哥薩克傳統節慶，品嚐道地烏克蘭料理及民俗歌舞，體驗 17、18 世紀時期生活。晚餐後專車前往機場，搭國內班機飛往**切爾諾夫策**。

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：烏克蘭料理
住宿：Alluer Inn Hotel 4★ 或 同級



第 7 天

切爾諾夫策-77 km 克洛梅亞-60 km 伊凡諾·弗蘭科夫斯克

切爾諾夫策是烏克蘭西部的城市，**【中央廣場】**是此城的賞玩起點，**【戲院】**、**【聖靈大教堂】**、**【亞美尼亞主教堂】**及★**【聖尼古拉斯木製教堂】**，都是著名的歷史古蹟建築。續往★**【切爾諾夫策大學】**參觀，校園因羅馬式和拜占庭式建築而聞名，整體建築均列入世界遺產名錄。午後專車前往風景如畫的「**克洛梅亞**」，此城以 19 世紀末~20 世紀上半葉保存完好的建築而得名。★**【復活節彩蛋博物館】**以獨特的蛋殼彩繪工藝聞名世界，館內的彩蛋作品代表烏克蘭所有地區的傳統，每一顆彩蛋都傾注了藝術家們的心血。傍晚抵達喀爾巴阡山脈門戶的**伊凡諾·弗蘭科夫斯克**。

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：烏克蘭料理
住宿：Nadiya Hotel 4★ 或 同級



第 8 天

伊凡諾·弗蘭科夫斯克-133 km 利沃夫

迷人的小鎮擁有碧綠的花園和歐式風格的歷史古蹟，**【市集廣場】**附近的**【舍甫琴科城市公園】**、**【市政廳】**、**【聖母瑪利亞教堂】**都是精華建築，其中又以★**【亞美尼亞教堂】**的巴洛克晚期建築風格最具特色。午後專車續往烏克蘭文化之都-**利沃夫**。這座古老城市的每個角落都隱藏著秘密與故事，老城區擁有許多珍貴的世紀建築，包括哥德式、文藝復興式、巴洛克式、洛可可式和新古典主義風格，濃厚的藝術文化底蘊，值得放慢腳步細細瀏覽。抵達後特別前往城內著名的百貨公司，享受東歐物美價廉的購物體驗。

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：中式料理
住宿：Grand Hotel Lviv 5★ 或 同級



第 9 天

利沃夫

利沃夫被聯合國列為世界城市，名列世界遺產的老城區【Rynok 廣場】擁有近 50 座 16 ~ 20 世紀的珍貴建築。【歌劇芭蕾舞劇院】是利沃夫的建築瑰寶，獨特的新文藝復興風格，被譽為歐洲最美麗的劇院之一。【猶太區】保留了 18 世紀下半葉時期的傳統建築特色，★【亞美尼亞大教堂】及★【拉丁大教堂】描繪了基督教文化的原始精神，散發老城深厚的文化底蘊。午後參觀★【利沃夫釀酒博物館】了解啤酒在歐洲及烏克蘭的發展史。【高城堡公園】位於城中高聳入雲的樹林中，古老城堡的觀景平台是鳥瞰利沃夫全城景觀的最佳地方。

早餐：飯店內西式 午餐：烏克蘭料理 晚餐：烏克蘭料理

住宿：Grand Hotel Lviv 5★ 或 同級



第 10 天

利沃夫/明斯克(白俄羅斯)

上午參觀著名的★【波托奇宮】，這座 19 世紀後期法國新古典主義風格的宏偉建築，是成熟歷史主義的建築典範。★【意大利庭院】由當時利沃夫最富有的商人 Constantine Kornyakt 所擁有，因獲得波蘭國王的貴族頭銜，才得以建造這座文藝復興時期的建築瑰寶。下午搭機飛往享有「萬湖之國」美譽的白俄羅斯。首都-明斯克是政治、經濟、科技和文化的中心，由於蘇聯時期受俄羅斯文化的影響，無論在音樂、藝術、戲劇或舞蹈，都展現了白俄羅斯人多彩的面貌，戰鬥民族的神祕面紗吸引全球遊客競相到訪。

早餐：飯店內西式 午餐：中式料理 晚餐：當地料理

住宿：Crown Plaza Hotel 5★ 或 同級



第 11 天

明斯克

上午展開市區觀光，【獨立廣場】是歐洲最大的廣場之一。當地人民的信仰中心【聖靈大教堂】裡保存著重要的宗教珍品。斜後方的【市政廳】則是新人拍攝婚紗照的首選地。

，全區瀰漫著寧靜氛圍。【勝利廣場】高聳的方尖碑矗立市中心，永恆火焰象徵緬懷第二次世界大戰的英雄，彷彿提醒世人戰爭的可怕。續往極富盛名的【國家歌劇和芭蕾舞劇院】及紀念阿富汗戰爭陣亡戰士而修建的【眼淚島】，島中央的四面母親雕像，臉部悲戚的表情道盡了憂傷，【落淚天使塑像】也因無力保護戰士而淚流不止。

早餐：飯店內西式 午餐：當地料理 晚餐：中式料理

住宿：Crown Plaza Hotel 5★ 或 同級



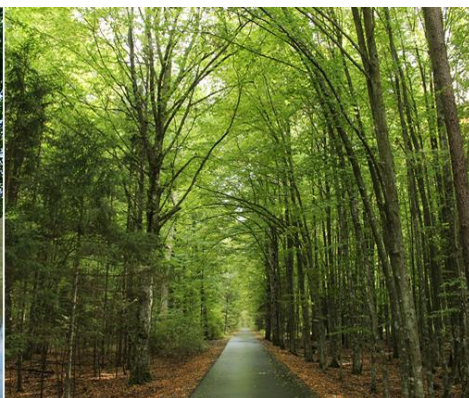
第 12 天

明斯克—160km 涅斯維日城堡—295km 別洛韋日森林保護區

早餐後前往建於 13 世紀的**涅斯維日小鎮**，親臨中世紀時期「拉吉威爾家族」建造的宮殿★【**涅斯維日城堡**】，文藝復興風格的城堡，包括：宮殿、堡壘、古羅馬天主教堂、拉吉威爾家族陵寢、市政廳、修道院和廣大蒼鬱的英式花園，整體建築至今仍保存完整，展現昔日的繁華氣勢。午餐後專車前往歐洲最古老、最大的原始森林【**別洛韋日森林保護區**】。

早餐：飯店內西式 午餐：當地料理 晚餐：當地料理

住宿：Belovezhskaya Reserve Hotel 或 同級



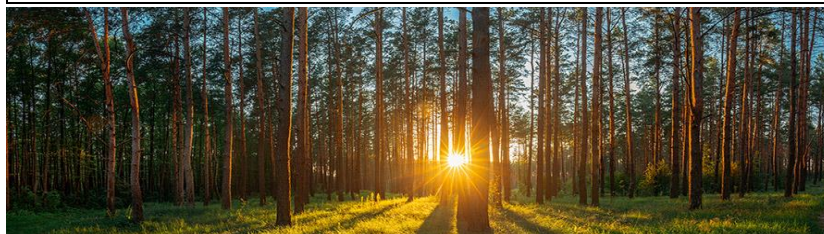
第 13 天

別洛韋日森林保護區—110km 布列斯特

名列世界遺產的★【**別洛韋日國家森林公園**】是 1991 年 12 月 8 日俄羅斯、烏克蘭和白俄羅斯三國領導人，在此簽署「成立獨聯體協議」的歷史地點，也是「歐洲野牛」最後的純天然棲息地。園區內的【**動物博物館**】、【**生態保護區**】、【**新年老人村莊**】將讓您充分了解歐洲動植物種類及白俄羅斯人的生活方式。午後專車前往二戰期間無數人壯烈犧牲的【**布列斯特**】，在著名的【**布列斯特中央車站**】想像當年戰時疏運軍隊的緊張氛圍。

早餐：飯店內西式 午餐：當地料理 晚餐：當地料理

住宿：Hermitage Hotel 4★ 或 同級



第 14 天

布列斯特—260 km 米爾城堡—97 km 明斯克

布列斯特是蘇德兩軍血戰之地，堪稱史上最慘烈悲壯的保衛戰。1842 年建造的★【**布列斯特要塞**】是此城最著名的歷史景點，第一次世界大戰期間，列寧政府在此與德國締結了「布列斯特-利托夫斯克和平條約」。堡壘在 1941 年雖然有效防禦了德國納粹攻擊，但也在激烈戰役中被毀。戰後，彈痕纍纍的堡壘遺骸就成了緬懷捍衛國土軍人的紀念地。午後參觀名列世界遺產的★【**米爾城堡**】，宏偉亮麗的紅磚藝術建築風姿優雅，是白俄羅斯非常罕見的哥德式建築風格典範。傍晚時分，專車返回明斯克。

早餐：飯店內西式 午餐：當地料理 晚餐：中式料理
住宿：Minsk Marriott Hotel 5★ 或 同級



第 15 天

明斯克/伊斯坦堡

聞名的★【**衛國戰爭史博物館**】是全球唯一針對第二次世界大戰全方位闡述的歷史博物館。在戰爭的可怕歲月裡，超過 300 萬人死亡，豐富的文物記錄著白俄羅斯人民的勇氣和悲劇。午後親臨 20 世紀重要的軍事遺產★【**史達林防線**】，這是前蘇聯時期於 1928-1939 年耗費巨資修築的防禦工程，無論是沿著戰壕漫步或爬上坦克車，都足以深刻感受戰爭最前線的戰鬥氛圍。爾後滿載著歷史記憶，收拾內心澎湃情懷，專車前往機場，搭機經伊斯坦堡轉機返回台北。

早餐：飯店內西式 午餐：當地料理 晚餐：飛機上
住宿：飛機上



第 16 天

伊斯坦堡/台北

經過長途飛行，終於抵達台北，結束難忘的旅程。

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

- ★表示需門票、船票、車票及入內參觀的景點。
- 如遇班機時間變更，本公司保有調整行程之權力。

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：[烏克蘭](#)、[白俄羅斯](#)