

台灣 －南投

櫻花物語・杉林溪舒心森旅2日

漫步花海×森林靜心×頌缽音療

讓春風與自然，輕輕撫平日常的疲憊

杉林溪・小半天・爽文古戰場

2日・森境漫遊假期・全程無購物

鑫穎旅行社

走進森林深處，收藏純粹療癒時光



當春風輕拂山巒，粉色櫻花悄然綻放，正是走進杉林溪、讓身心回歸自然的美好時節。這趟兩天一夜的春日慢旅，從竹山紫南宮祈福啟程，深入杉林溪森林秘境，漫步櫻花步道，欣賞青龍瀑布與松瀧岩瀑布的清幽景致，在花影、溪聲與綠意間，感受春天最純粹的美好。

特別融入兩日森林大地瑜珈與五感靜心體驗，在專業老師引領下，透過舒緩伸展、呼吸調節與自然冥想，慢慢釋放日常累積的疲憊。夜晚安排頌缽舒眠瑜珈，伴隨悠揚缽音，讓思緒沉澱、身心放鬆，享受一夜山居好眠。

翌日漫遊小半天翠竹秘境與古圳步道，在竹影搖曳間尋回內心平靜。讓旅行不只是賞景，更是一場重新找回生活節奏的春日療癒假期。

特別安排杉林溪1泊3食，讓旅程不只是景點的串聯，更是一場放慢腳步、享受山林生活的度假體驗。2天1夜，從竹林古圳到高山瀑布，收藏最純粹的自然風光，為生活留下一段清新美好的旅行回憶！

在櫻花盛開的季節，與森林一起深呼吸

身體慢下來，心靈靜下來



01

杉林溪春櫻秘境・漫步粉色花海

春櫻綻放時節，走進杉林溪山林秘境，欣賞粉色花影與翠綠山巒交織的春日景致。沿著林間步道悠然漫遊，在微風與花香中感受春天的溫柔氣息。

02

雙瀑森呼吸・瀑布下的靜心時光

探訪青龍瀑布與松瀧岩瀑布，欣賞飛瀑、岩壁與森林交織的壯麗景觀。隨著潺潺水聲調整呼吸，在清新山林中練習靜心，感受自然帶來的平和與自在。

03

樂山步道・森林五感療癒之旅

漫步杉林溪園區步道，讓陽光、樹影與微風成為最自然的陪伴。透過深呼吸、靜心聆聽與五感覺察，細細感受森林氣息，找回內在安定與生活的從容。

04

小半天竹林秘境・古圳慢旅尋幽

走進小半天孟宗竹林古戰場，欣賞翠竹參天、光影交錯的幽靜景致。沿長源圳生態步道尋訪古圳故事，在竹影婆娑與清新山風中，享受悠然自在的慢旅時光。

山林的溫柔懷抱中，找回身心自在的節奏

台北 → 南投 ：竹山 → 杉林溪 → 小半天→ 台北

DAY 01

台北 → 南投 ：竹山 → 杉林溪

森呼吸療癒之旅啟程

岸紫氣財來-竹山紫南宮、漫遊杉林溪森林生態渡假園區步道。

杉林溪大飯店1泊2食

DAY 02

杉林溪 → 小半天 → 台北

古圳巡禮・歷史尋跡

漫遊杉林溪、小半天風景區-孟宗竹林古戰場、長源圳生態步道。

溫暖的家

旅程定位

春日森呼吸

感受山林花卉、雲霧與自然生態之美

把時間留給行程內容，享受遠離城市的悠閒時光。

春日賞櫻×瀑布森呼吸×舒眠瑜珈



※花期及花況受自然氣候影響，實際景致以現場為準※

Sun-Link-Sea Hotel

杉林溪大飯店1泊2食



坐落於杉林溪森林生態渡假園區內，飯店融合現代與新古典風格，提供舒適溫馨的住宿空間，客房窗外可欣賞翠綠山巒景色。遠離城市喧囂，清晨伴隨森林芬多精與自然鳥鳴醒來，享受清新涼爽的山林氣息。館內設有餐廳及休閒設施，並可品嚐運用在地食材烹調的特色料理，在山林環抱中，享受悠閒自在的1泊2食度假時光。

住宿重點　園區之內 / 四季皆景 / 全台避暑



客房與休息



用餐空間

在地好味道



饗富餐廳

將傳統甕仔雞與精緻滬川台菜完美結合，主打的享富發財雞採用古法窯烤，外皮金黃酥脆、肉質多汁鮮嫩，搭配香煎豬肝、東坡肉等功夫菜，打破一般甕缸雞店只有粗獷熱炒的印象。

用餐環境寬敞新穎且採光極佳，設有大面落地窗與舒適的大圓桌，店外更規劃了千坪的綠意草皮與造景庭園擺脫傳統磚窯餐廳的油膩感。

DAY 1 午餐





杉林溪大飯店｜1泊3食

午/晚餐安排豐盛中式桌菜，以多樣化家常料理與在地風味為主，搭配新鮮蔬菜、肉類、海鮮及特色湯品，道道菜色展現豐富滋味。

早餐提供多樣化中西式餐點，豐富選擇滿足不同口味需求。以清爽營養的早餐開啟美好的一天，為接下來的山林探索補充滿滿活力。

DAY 1 晚餐如意餐廳｜DAY 2 早/午餐吉祥餐廳

森呼吸療癒之旅啟程

竹山紫南宮 → 杉林溪園區：青龍蕨類步道、青龍瀑布、石井磯步道



竹山紫南宮

台灣名聞遐邇的「三大土地公廟」之一，建於清乾隆十年（1745年），因求借「發財金」極為靈驗而香火無比鼎盛。無論是求正財、偏財、祈求生意興隆或工作順利，這裡每天都吸引大批信眾前來朝聖。

青龍瀑布

瀑布經 116 公尺層層斷崖峭壁，從天而降。此地常年被山嵐及密林圍繞，於秋冬季節，更能欣賞到涓涓細水緩緩垂掛，呈現柔情之美。大雨後，巨流挾帶轟雷水聲，以千萬軍馬之姿狂洩直下，宛如氣勢磅礴的水龍；晴朗時，陽光灑落，光與水舞出一曲輕揚，七色彩虹橫臥，別具一番風情，贏得「中部最美瀑布」的稱號。





石井磯壺穴

強力水流夾帶礫石不斷地沖擊溪底硬度不同的岩層，因而形成十多個大小不一向下凹陷的坑洞，最深可達5公尺之多，宛若石井一般，水流在坑洞處形成小漩渦的特殊景觀，展現大自然力量的獨特魅力。

※特別安排※

戶外大自然的天幕下，老師帶領戶外大地瑜珈，讓心靈產生的微妙感受，讓大自然的能量達到讓身心放鬆，進而啟動我們的生命活力 回到最初那孩童般的愉悅。



※頌缽舒眠瑜珈~約60min 睡前的靜心及頌缽 有助於睡眠

早餐／敬請自理　午餐／饗富餐廳NT6600元/桌　晚餐／飯店內享用NT6600元/桌
住宿／杉林溪大飯店

漫遊杉林溪

杉林溪園區：松瀧岩 瀑布→ 樂山林道 → 花卉中心

松瀧岩瀑布

被譽為「杉林溪首景」，位於台灣南投縣竹山鎮的杉林溪森林生態渡假園區深處（海拔約1,600~1,700 公尺）。它以磅礴的飛瀑、碧綠的潭水以及環繞瀑布的巨型天然砂岩石窟著稱，走在步道上宛如穿越西遊記中的「水濂洞」，能近距離感受震撼的水氣與滿滿的負離子。



※特別安排※

老師帶領在森林中靜下心來，聆聽自己的心跳聲，抑或抱著巨樹聆聽，靜心延展身體，打開身體五感，去深層感受山林，盡情徜徉在大自然的懷抱中。

穿梭步道中，不僅看著最令人忘返的美景，更蘊含著心靈的解藥。到山野洗滌身心，透過呼吸調節、孤獨體驗等方式，讓森林帶走你的疲倦與壓力。

瀑布下的森呼吸冥想，洗滌身心~有節律的呼吸，可以按摩內臟器官，減少壓力和緊張，幫助保持身心放鬆，增加生命的活力，使氣血循環還交換進行的更加充分，刺激所有的生理功能，提升專注力，增強知覺，讓您內心趨於平靜。

留白時光~



樂山步道

園區內最經典且平緩好走的森林浴步道之一，主要連結「花卉中心（藥花園）」與園區最深處的「松瀧岩瀑布（松瀧部落）」。

花卉中心

舊稱藥花園，是園區內最核心的賞花景點。這裡每年展示超過 30 種花卉，其中最著名的是遠近馳名的「杉林溪 6 大名花」：牡丹花、葉牡丹、繡球花、鬱金香、金鐘花及山櫻花。



古圳巡禮・歷史尋跡

小半天風景區：孟宗竹林古戰場 → 長源圳生態步道 → 返程｜續2/2



小半天｜孟宗竹林

這裡擁有一片面積廣達 2,800 公頃的壯麗孟宗竹海，高聳入雲的綠竹在風中颯爽作響，景致幽靜絕美，猶如電影《臥虎藏龍》或武俠小說中的隱世秘境，連國際巨星凱特·布蘭琪都曾在此拍攝過廣告。



長源圳生態步道

清乾隆年間，林爽文起事反清，戰事延燒臺灣各地，最終在小半天山區遭清軍追擊並被捕。如今走進孟宗竹林環繞的山間，翠竹參天、林蔭幽靜，昔日烽火已化為歲月故事。漫步其間，不僅能欣賞竹林秘境的自然風光，更能透過歷史遺跡認識臺灣清代民變與地方發展的軌跡，



林爽文事件決戰點

融合自然生態與百年人文歷史的森林秘境。長源圳建於1923年，由當地居民集資開鑿，為早年農村生活與灌溉的重要水源。如今沿著平緩步道漫遊，清澈水圳潺潺流淌，兩旁孟宗竹林蒼翠挺拔，陽光穿透竹葉，灑落柔和光影。

早／飯店內享用　午／飯店內享用NT5500元/桌　晚／溫暖的家
住宿／溫暖的家

住宿、移動與餐桌的行前重點

01

住宿與客房

使用飯店均依文字行程安排；實際房型及同級替代，以行前資料為準。

02

交通與行李

實際搭乘交通工具與報到時間以正式通知為準。

03

移動與集合

每日依現場交通調整順序但不任意刪減景點。

04

餐食選項

本行程未確認前不標示為固定安排。

05

天候與宗教場所

天候、交通與宗教活動可能影響參觀順序。進入宗教空間時，請依現場服裝與禮儀指引。

為氣候、步行與宗教場所做好準備

01

氣候與步行

2月下旬至3月上旬正值初春冬末交替，由於園區海拔高度介於 1,600 至 1,800 公尺之間，此時的平均氣溫大約落在攝氏 8°C 至 15°C 之間，清晨與入夜後的低溫甚至可能逼近 5°C。此期間山區水氣充沛，午後極易受冷熱空氣交會影響而終年雲霧繚繞，常形成夢幻的濃霧秘境。

02

宗教場所

進入宗教空間，請遵守服裝、拍攝與參觀動線規定，不影響信眾活動。

03

隨身物品

護照、現金與貴重物品請隨身保管；逛街、搭乘交通工具與上下車後再次確認。

04

網路與聯繫

行程中請確保手機通訊狀態，並請保存領隊及旅行社聯絡資訊。

商品與旅程資訊

目的地／地區

南投｜竹山・杉林溪・小半天

旅遊天數

2天1夜

出發日期

2027.02下旬 - 03上旬

(平日：週日至五｜假日：週六、連假)

雙人房團費

平日NT8900元/人

假日+600元/人

單人房團費

平日NT10200元/人

假日+1100元/人

三人房團費

平日NT8700元/人

假日+500元/人

成團人數

20人/車

四人房團費

平日NT8600元/人

假日+400元/人

取消規定 / Cancellation Policy

- 此訂單需客服人員確認回覆後始可生效，除出發日7日內須做保證訂購之規定外，並視同雙方同意簽屬【觀光局國內個別旅遊定型化契約書】(100年1月17日觀業字第0990044124號函修正)，敬請詳閱該契約書內容。
- 旅客取消行程《旅客於訂購行程完成付款後通知旅行社取消者》將依據【國內個別旅遊定型化契約書】第十一條：(出發前旅客任意解除契約及其責任) 甲方於旅遊活動開始前得解除契約。但應於乙方提供收據後，繳交行政規費，並依下列基準賠償：
  (1)通知於出發日前第二十一日至第三十日以內到達者，賠償旅遊費用百分之十。
  (2)通知於出發日前第十一日至第二十日以內到達者，賠償旅遊費用百分之二十。
  (3)通知於出發日前第四日至第十日以內到達者，賠償旅遊費用百分之三十。
  (4)通知於出發日前一日至第三日以內到達者，賠償旅遊費用百分之七十。
  (5)通知於出發當日以後到達者，賠償旅遊費用百分之一百。
  (6)前項規定作為損害賠償計算基準之旅遊費用，應先扣除行政規費後計算之。
  乙方如能證明其所受損害超過以上之基準者，得就其實際損害請求賠償。

費用包含 / Fee Included

- 行程中所註明交通車、景點門票之費用。
- 行程上所列餐食、飯店住宿。
- 領隊司機服務費。
- 遊覽車上每人每日礦泉水。
- 桌菜每桌提供兩瓶飲品
- 旅遊責任保險費：250萬履約責任險暨20萬意外醫療險。旅客未滿15歲或70歲以上,依法限制最高【意外死殘保額新臺幣250萬元.意外醫療保額新臺幣20萬(實支實付)】

費用不包含 / Fee Not Included

- 若單人報名須補單人房差
- 個人因素所產生之消費，如飲料、酒類、私人購物費...等。
- 個人旅遊平安保險，依規定旅客若有個別需求，得自行投保旅行平安保險。
- 本行程表上未註明之各項開銷，建議、自費或自由行程所衍生之任何費用。

※出發日期、集合時間地點、團費與相關服務內容，請洽服務專員※

※為確保有一趟美好的旅行，報名前請務必詳閱以下內容※

貼心提醒

- 領隊將於團體集合櫃台前接待團員，辦理劃位手續及相關事宜說明。
- 行程正確飯店、火車（飛機）班次，均以客服人員回覆為主，不便之處，敬請見諒。
- 行程費用包含領隊及司機費用。
- 旺季期間交通資源有限(飛機、遊覽車、船資)，以當天旅遊行程進行順利為原則，將會做行程前後調整，不便之處，敬請見諒。(但行程內容均會走完)
- 團體活動，請務必準時集合，當日遲到或不到視同放棄，並且無法退款。
- 您的安全是最重要的，請隨時注意自身的安全。如有身體不適或其他症狀，請立刻通知服務人員。
- 請勿攜帶寵物同行，以維護公共衛生、預防傳染病發生。(車輛、飯店、餐廳均會拒絕寵物進入，導盲犬除外)
- 請攜帶：換洗衣物、遮陽傘帽、禦寒外套(預防車上冷氣太冷、山區氣溫較低)、相機、電池、充電器、個人醫藥(暈車船藥、感冒藥)等。並建議穿著輕裝便鞋，方便旅遊活動進行。
- 外出旅遊請隨時補充水分，我們特別在遊覽車上準備礦泉水。
- 連續假期旅遊人數眾多，旅途中難免有服務不週之處，例如用餐時補菜速度一定比不上夾菜速度，如果飯店上菜太慢，您可直接向領隊反映，千萬不要生氣而影響旅遊興致。其他像是飯店分配鑰匙、入園購票、換搭其他交通工具時經常會有等待時間，也請事先諒解！
- 旅行社人員及領隊無法提供內服藥物給各位旅客服用，請自行備足暈車藥與個人藥品！
- 如有發放票券，請一一檢查各種票券（如火車票、門票等）是否齊全，若有不齊請通知領隊。
- 夜間或自由活動時間，如需自行活動，請告知領隊及團友，並應特別注意安全。
- 行走雪地及陡峭之路請謹慎小心。
- 切記在公共場合財不露白，購物時也勿當眾取出整疊鈔票。
- 遵守領隊所宣布的觀光區、餐廳、飯店、遊樂設施等各種場所的注意事項。
- 團體需一起活動，途中若要離隊需徵得領隊同意以免發生意外。
- 為了您與其他旅客的健康，由於遊覽車上屬密閉式空間，若有感冒咳嗽等症狀之旅客請戴上口罩。
- 為了更安心舒適的旅程，提醒您於每次遊覽車發車前繫妥安全帶，如有需要協助的地方也請告知隨車服務人員，謝謝！



鑫穎旅行社

地址 / 台北市中山區長春路40號5樓之3
電話 / +886-2-25591239 / 02-77475211
傳真 / +886-2-77367510
服務時間 / 週一~週五09:00~18:00

請洽服務專員

查看行程　官方LINE　FB粉絲專頁