

TAI TUNG

台灣最後的香格里拉
台東





他們，築夢台東

如果用一個字形容台東，您會用什麼字呢？

「真」是我認識的台東，卸下妝彩美服，認識最真實的自己，也是生命最重要的課題。

名作家徐璐在其著作「我的台東夢」裡提到：如果是以心靈的距離與速度，它花了我近十年，讓我這個台北人，從宜蘭一路來到台東，才找到了我內心一直尋尋覓覓，可以扎根落腳，可以過簡單生活的地方。

台東因保護良好的自然山林、無敵海景，純樸生活文化的獨特優勢，成為企業家島內移民首選，更是追求簡單、慢活的文人雅士漂流必遊之地，是 2018 年旅遊電子商務雜誌上唯一上榜的『十大新興旅遊城市』。

旅館教父嚴長壽在此成立公益平台，創辦完全中小學；宜蘭不老部落創辦人潘今晟受感召加入任務式移居，為台東景觀美學把脈；肯夢創辦人朱平築屋看海；補教名師陳立成立未來學校；日人青木淳為衝浪愛留台灣，東河一舉成為世界衝浪聖地；更包括鋼鐵大王、被動元件龍頭、金控教父等企業家，各有隱山藏海的品味居所，享受快活人生下半場；藝術家們則設立工作室揮灑創意，為台東注入新養份。

若您正在尋覓山居歲月生活，那絕不能錯過台灣最後的淨土—臺東香格里拉。

每日行程



第 1 天

松山車站啓程 全覽神級山水

一嘗關山客家 手路風味料理

蔣勳翻轉小鎮 訪池上新地標

池上地名起源 大坡池畔散策

國寶閩日建築 一嘗藥草晚宴

都蘭綠光森林 泳池畔觀星光

第 2 天

小農五蔬朝食 落雨松林散策

都蘭國酒釀工坊見學釀酒

秘境半野生活 產地餐桌午宴

畫日社區走讀

24 節氣產地餐桌盛宴



第 3 天

長濱再生花蔬果酵素見學

巴歌浪船屋竹盤宴

花格格僻靜百蓮梯田見學

東海岸風味饗宴

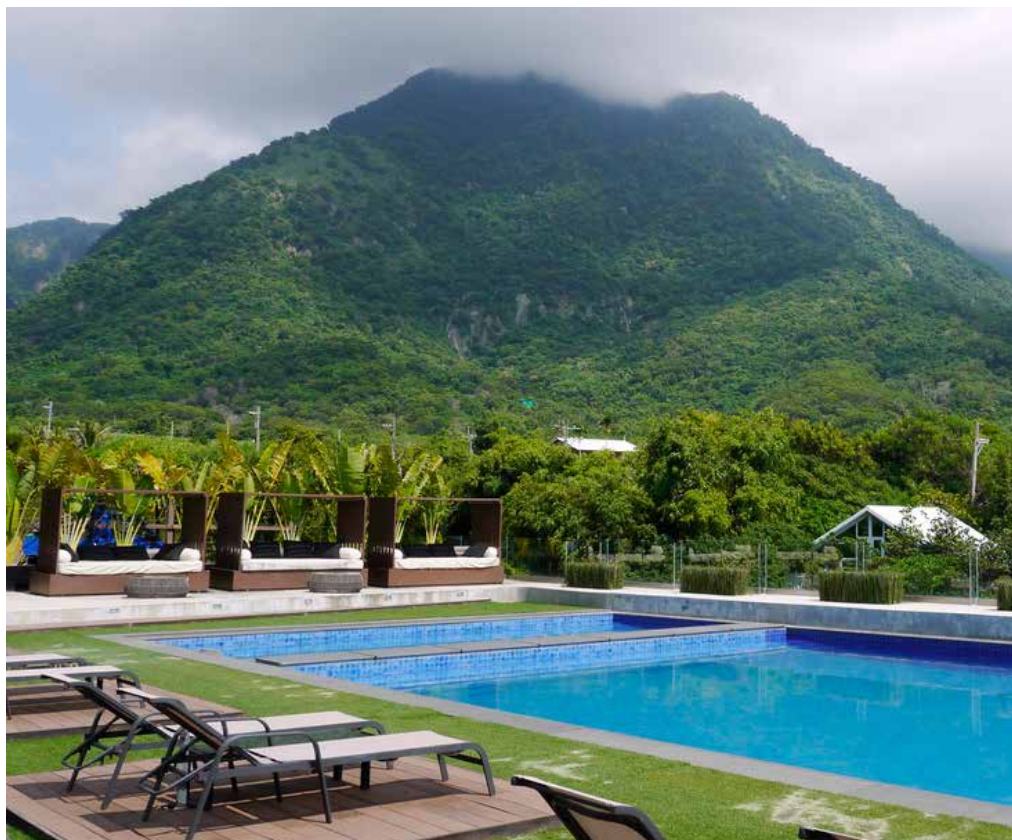
第 4 天

「書粥」獨立書店走讀

麵包宿：長濱生活深度體驗

長濱 100 號無菜單料理

揮別蔚藍太平洋 北上賦歸



攬山海入室 落羽松林會館

星空泳池畔觀星、賞月、
賞樂不捨入睡

Villa 是在地企業家於家鄉紮根及提供青年就業機會，在都蘭這片碧海藍天仙境，慢琢一處自然風情。

園區坐擁山群，遠眺太平洋，以天、海、山、林為主軸，落羽松高低有致，陽光與海平面交錯出光影線條美，走進 villa，感受



大自然的呼喚、心的悸動。

會館每扇窗都是畫框，將大自然攬畫入室，無論是雲霧繚繞的山巒或是蔚藍海景。走出房門獨門別院的私人步道又引你看山、看海、過生活。後山蓊鬱詩意，旅人寧願恣意迷走，野餐桌、吊床隨處散置。無論游泳垂釣、湖畔

觀景，靜心閱讀的旅人都能有自己的一片天地，遊畢，泡個暖呼呼熱湯，更是極上享受。

入夜，高處景觀台與星空泳池畔，正是無光害台東絕佳的觀星、賞月、賞樂美好所在，美空、美聲、美好時光將讓人不捨入眠！

絕美大坡池畔

沖積扇扇端的湧泉形成「大坡池」，由於先民聚居該池之上，便是「池上」地名的由來。大坡池是擁有許多物種的珍貴濕地，周圍有獨特的植物生長，時常吸引特殊鳥類或動物來此棲息定居。散策此處，亦可沿著 197 縣道大地藝術季綠色走廊，欣賞海內外藝術家們創作的大型地景作品。



圖／取自台東觀光旅遊網



美學大師翻轉小鎮

催生穀倉美術館
大地藝術節

池上因有林懷民雲門舞團以一齣在田中央演出的「稻禾」讓舞作與池上都揚名海內外。接棒駐村的蔣勳不停的在池上走、看、畫、寫，也說：「池上的色彩、光影太豐富了！來到這裡向土地學習，把腳步放慢，找回四季、節氣、晨昏。」如今池上藝術村有了穀倉美術館，蔣勳也成為池上風景。唯一書店因他得以永續、素人手藝因他可以留傳、假日萬人到訪美學小鎮，我們選在日常的池上閱讀池上的美學涵養。



世界遺產文化園區

閩日歷史建築
淺嚐民俗藥草宴

卑南遺址是臺灣考古史上出土文物最多的史前遺址，名列國家一級古蹟，也是世界遺產潛力點之一，園內有一幢需要預約才能參訪，是東臺灣唯一的閩日合璧三合院建築。古宅是卑南首位鄉長王家祖厝，也是台東拓荒的關鍵先鋒，外觀為閩式三合院，內部卻是和室榻榻米，卑南遺址月形石柱當作靠山，建立一道圍牆，代表前有官腰、後有靠山。如今園區更以復育台東原生民俗藥草為使命，寶貴的歷史建築及藥草宴正是台東不可錯過的旅程。



都蘭國

爬梳在地歷史脈絡
展現都蘭特有的生命力

圖／取自台東觀光旅遊網

都蘭在阿美語中是指「石頭堆砌的地方」，部落與部落之間也像國與國之間的關係，各自發展，於是，傳統價值式微，傳承瀕臨斷裂，於是部落決定整合在地力量，以傳統文化為根基，建構出「都蘭國」這品牌，希望讓都蘭



成為每個人的後盾。

「都蘭國」透過大量採集歷史、文化、工藝，建構完整 DNA 再建構出「都蘭國」的樣貌。目前一共可分為三條路線，一個是分享野菜採集、狩獵文化的「後山

走起」，一個是認識部落歷史的導覽，另一是集合展覽、部落產品的「都蘭國入境大廳」。隨著「都蘭國」成長，將分散在部落各角落的故事繼續流傳，我們也將在部落走讀並現學傳統釀酒工坊。



半野生活

| 邀你住進風景裏

圖／取自半野生活臉書

當料理人家無法接待時，還有一處讓你坐擁山海暢所欲言的秘境驚豔你，而需要循山徒步 600 公尺的小路，迎接旅人的是上海殖民風小廳堂，上桌的徽菜料理。

主人將大陸餐飲事業結束後，把所有的寶都藏到台東半野山居，



開始過著自然、健康、無毒、友善的真正奢侈生活；低頭種菜，抬頭看花，不問繁華，只問初心。

春天摘艾草，盛夏曬臘肉、秋收洛身、冬抓飛魚是日常，為旅人在橄欖樹佈置餐桌，遠眺太平洋上的三仙台，邀你住進風景裡。



畫日風尚

晨起看日出
攬太平洋入夢

正當我們追求夢想中遙遠的蔚藍海岸，其實台灣最美的東海岸已開啓一段蔚藍世界的感動之旅。

蔚藍旅宿隱藏在南竹湖羊腸小徑，設計師將東海岸的畫日風尚帶入了絕美旅宿，後陽台有 270 度的太平洋，帶給我們聆聽海風，感受陽光灑在身體上的溫度，旅宿高規格類米其林法式餐廳，更是以在地食材與地氣情感，重新詮釋法餐的極致魅力，也是味蕾滿足與身心靈釋放的慢活之旅。

Sinasera24

萬里尋星廚
法式 24 節氣產地餐桌盛宴

南竹湖，近八仙洞、長虹橋，深愛南竹湖生態環境及收藏美學成痴的企業家，催生出一處人與自然相處的靜謐美學空間。會館海景無邊無際，海岸山脈疊嶺層巒，隨時可看日、追日、戀銀河，館內也一樣輕新脫俗。

二代企業家身段柔軟和鄉民打成一片，發現偏鄉曾有冠軍主廚運用產地食材教作法餐，遠赴法國追到正與三星主廚學藝的明日之星，回台打造主廚夢幻 24 人精緻法國小館。

時常預約滿席的 9 道式節氣飲食，有長濱白蝦、石頭蟹、海彈塗、南湖風乾甜菜、玉里貞豚、真柄竹筍、石梯坪海藻等，從山野到海韻隨季演繹，仰望銀河，慢嘗法式 24 節氣產地餐桌盛宴。





有機蔬果酵素

| 認識再生花生命力

圖／再生花酵素提供

酵素園的主人詹師姐的生命故事，說來勝似電影情節，娓娓道來卻又如此感人。

多年前他碰到一場爆炸，左半邊的臉肩頸嚴重到深可見骨的三度燒傷，左眼也因此失明，他曾從矢志到想尋短，因緣開始過上修行的生活，在幾年後，先生又因故離世，絕望的她，決定一個人



到深山裡隱居，從此不問世事。

多年後出家好友不辭遠程入深山探訪，見到她獨居幽靜山林，清新水土中滋長了一山的蔬寶，讚不絕口地說：「你應該好好珍惜這些天然資源，用來播種有機蔬果或是贈發酵液，才不枉費老天給妳的淨土。」至此，她有了求生的寄託，以自然農法開墾深山

緩丘，化身女神農嚐百草。

栽種研發出六十多種不同特性植栽，如今放眼望去看似荒蕪，卻遍地是寶；白鶴靈芝草、何首烏、羊奶頭是草生藥用植物。紫蘇、薄荷、橄欖是異國香草。並依特質調和出酵素，印證了她發願要讓眾生健康，讓修行人無障礙的心願。



僻靜百蓮梯田

愛花女孩和
米其林主廚的相遇

彷彿印象派大師莫內的《睡蓮》躍然眼前。這片位於長濱的蓮田，以自然農法種植上百種蓮花，收藏她們各色高雅姿態。

蓮莊主人本來是一位愛花的小女孩，長大後到都市工作、生活，



卻於壯年之際搬回老家長濱，找了一片廢棄梯田，專心種花。久居城市的她一度很不適應「回家」，只能慢慢重新學習和大自然相處的方式。

乾燥蓮花茶，和將睡蓮之美凝結於一刻的鮮花凍。不僅如此，台灣三位米其林主廚也曾一同拜訪蓮莊主人，和她在山林間探險、認識野菜，找尋創作靈感。

除了提供新鮮蓮花，蓮莊也製作

報名資訊

團費：46,800 元，16 人以上成行。

費用包含：期間導覽、參訪、食宿、交通、保險、小費等。

費用不含：因不可抗力因素而衍生之費用。

備註：微光會館床型皆為一大床，每房僅接受兩人入住。

報名須知 /

1. 全團人數：16 名以上成行。
 2. 為保留貴賓的房間及機位之權益，請於報名時繳交全額費用。
 3. 本行程內容於印製前已致力提供正確資訊，如遇天候等不可抗力之因素，或因臨時變動而不及通知之處，包括行程內容、順序、班機時間、降落城市、旅宿及餐廳，請以行前手冊之行程表或說明會資料為準。如有離隊或放棄行程者，恕無法退費。
 4. 為顧及旅客人身安全與相關問題，在旅遊行程期間如有脫隊要求，須填寫離隊同意書。
 5. 如有特殊餐食者，請於出發前至少三天（不含假日）告知承辦人員，以便提早為您安排。
 6. 此行程所有取消規定及扣款原則，以交通部觀光局旅遊定型化契約之規定為準。
 7. 如在出發前確診新冠肺炎或仍在管制時間內，主辦單位有權利拒絕旅客參團，旅客因此產生的可能損失，將由旅客自行負擔；惟我方會盡量協助旅客向相關場域爭取，減少顧客損失。不便之處，敬請見諒。
 8. 和新冠肺炎相關之進出國規定，以中華民國 CDC 及各國政府之宣布為準。
 9. 如有任何問題，請和您專屬的旅程服務專員聯絡。
-

繳款帳號 /

銀行：臺灣銀行松山分行（銀行代碼 004 / 分行代碼 0646）
帳號：064-001-056-509
戶名：有行旅旅行社股份有限公司

專線：(02) 8643-3543、(02) 8643-3905、
(02) 8643-3517、(02) 8643-3581

傳真：(02) 8643-3545

信箱：udntravel@udngroup.com.tw

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal 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.

SHAN GRI-LA

