

太平洋的風，雕刻了這片海岸

在小野柳與加路蘭，與浪花進行一場節奏練習

 戶外自然線 |  台東·小野柳  適合：自然觀察派 |  建議停留 3-4 小時 [ 收藏文章]

有一種藍，叫做台東藍。它不只是顏色，更是一種讓呼吸變慢的頻率。來到東海岸，你不需要急著尋找地標，因為整條海岸線都是大自然最狂野的展覽場。這裡的岩石記得海浪的形狀，風記得漂流木的旅程。

這條「戶外自然線」的東部路線，帶你走進太平洋的第一排，在奇岩怪石與無邊際的海洋之間，找回與自然同步的呼吸節奏。

[ 聽見太平洋 (15s)]

小野柳地質景觀 | 浪花與岩石的千年對話

這裡被稱為「小野柳」，是因為那如雕塑般的地質景觀。巨大的砂岩經過地殼抬升與海浪千萬年的侵蝕，變成了豆腐岩、蕈狀岩與蜂窩岩。這是一場正在進行中的地質運動，每一波浪潮都在繼續雕刻著這片土地。[ 查看地圖位置]

試著脫下鞋子（在安全區域），感受岩石粗糙而溫暖的質地。或者找一塊平坦的巨石坐下，閉上眼睛，聽聽浪花拍打在礁岩上的聲音。那種低沈而規律的轟鳴，是大自然最深沈的心跳聲。

[ 體驗：夜訪小野柳生態導覽]

加路蘭海岸 | 風是漂流木的歸宿

沿著海岸線往北走，視野突然變得極度開闊。加路蘭遊憩區原本是空軍建設時的廢土堆置場，如今卻變成了東海岸最美的藝術海岸。這裡沒有圍牆，只有大片的草地與散落在地上的漂流木裝置藝術。[ 查看地圖位置]

這裡的風很大，卻吹得讓人清醒。漂流木經過藝術家的手，變成了看向大海的窗、或是讓旅人休憩的涼亭。站在這裡看海，你會發現太平洋的藍是有層次的——從近岸的湖水綠，漸層到遠方深邃的靛藍，最後與天空連成一線。

[ 推薦:台東海岸線包車一日遊]

海邊森林散步 | 热帶綠意裡的清涼縫隙

在岩石與大海的熱情之後，走進小野柳遊客中心旁的海岸林步道，世界瞬間變得安靜涼爽。巨大的白水木、林投樹與黃槿交織成一條綠色隧道，陽光只能透過葉縫灑下斑駁的光影。[\[查看地圖位置 \]](#)

這是一段極其療癒的步行體驗。左邊是茂密的熱帶叢林，右邊不時透出大海的波光。空氣中混合著海水的鹹味與植物的草香。在這裡散步，不需要趕路，只需要感受海風穿過樹梢時的溫柔觸感。

「在這裡，時間不是用時鐘確認，而是看浪花拍打了幾次岩岸，雲朵變換了幾種形狀。」

本篇對應路線 | 台東:小野柳海濱步道

行程節點：

1. 小野柳地質景觀
2. 加路蘭海岸
3. 海邊森林散步

[\[查看完整行程與預訂 \]](#)

適合旅人格 | 自然觀察派 (The Nature Rhymer)

- 為什麼適合？這條路線擁有開闊的視野與豐富的地質地貌，完美契合你對「深呼吸」與「感知自然力量」的需求。

 延伸推薦

- 若你想要追逐季節限定的宏大景色  探索：季節主題線(熱氣球)
 - 若你對原住民部落美食與文化感興趣  銜接：市場生活線(東大門)
-

還沒找到你的旅行方式？

[\[開始旅人格測驗 \]](#)

