

日期 Date	城市 City	活动 Activity	住宿 Accommodation
2026/2/10	巴黎 Paris	蒙马特 Montmartre, 巴黎歌剧院 Opéra de Paris	16, Sentier des Vaux-de-Rome, Villejuif 94800, France
2026/2/11	巴黎 Paris	卢浮宫Musée Louvre, 圣母院 Notre-Dame de Paris, 凯旋门 ARC DE TRIOMPHE, 埃菲尔铁塔 Tour Eiffel, 塞纳河游船 Seine River Cruise	16, Sentier des Vaux-de-Rome, Villejuif 94800, France
2026/2/12	马赛 Marseille	老港 - Vieux Port, 守护圣母圣殿 - Notre-Dame de la Garde	LA FABRIQUE GARE ST CHARLES 31 Rue de Crimée, Marseille 13003, France
2026/2/13	马赛 Marseille	卡朗格峡湾 Parc national des Calanques, 伊夫城堡 Château d'If	LA FABRIQUE GARE ST CHARLES 31 Rue de Crimée, Marseille 13003, France
2026/2/14	尼斯 Nice	英国人散步大道 Promenade Des Anglais, 城堡山丘 Colline du Château, 萨雷亚广场集市 Cours Saleya, 马塞纳广场 Masséna Square 狂欢节	Beautiful Old Town flat, near the beach 16 Boulevard Jean Jaurès, Nice 06300, France
2026/2/15	尼斯 Nice	埃兹小镇 Eze, 摩纳哥 Monaco 法甲, 芒通小镇 Menton 果园采摘	Beautiful Old Town flat, near the beach 16 Boulevard Jean Jaurès, Nice 06300, France
2026/2/16	尼斯 Nice	戛纳 Cannes, 昂蒂布 Antibes	Beautiful Old Town flat, near the beach 16 Boulevard Jean Jaurès, Nice 06300, France
2026/2/17	尼斯 Nice - 罗马 Rome	西班牙广场 Piazza di Spagna, 许愿池 Fontana di Trevi, 万神殿 Pantheon, 纳沃纳广场 Piazza Navona	Elegant Central Design Apartment Via Emanuele Gianturco, 11 3, Rome 00196, Italy
2026/2/18	罗马 Rome	罗马斗兽场 Colosseo, 古罗马广场 & 帕拉蒂尼山 Roman Forum & Palatine Hill, 真理之口 Bocca della Verità	Elegant Central Design Apartment Via Emanuele Gianturco, 11 3, Rome 00196, Italy
2026/2/19	罗马 Rome	梵蒂冈博物馆 Musei Vaticani, 圣彼得大教堂 St. Peter's Basilica 圣天使城堡 Castel Sant'Angelo	Elegant Central Design Apartment Via Emanuele Gianturco, 11 3, Rome 00196, Italy
2026/2/20	佛罗伦萨 Florence	圣母百花大教堂 Cattedrale di Santa Maria del Fiore 中央市场 Mercato Centrale	Brunelleschi Imperial House 15 Borgo San Frediano, 50124 Florence, Italy
2026/2/21	佛罗伦萨 Florence	乌菲兹美术馆 Galleria degli Uffizi, 领主广场 Piazza della Signori, 老桥 Ponte Vecchio, 米开朗基罗广场 Piazzale Michelangelo	Brunelleschi Imperial House 15 Borgo San Frediano, 50124 Florence, Italy
2026/2/22	威尼斯 Venice	大运河 Grand Canal, 学院桥 Ponte dell'Accademia, 贡多拉游船 Gondola, 圣马可广场 Piazza San Marco, 沉船书店 Libreria Acqua Alta 维瓦尔第音乐会	MADDALENA'S HOUSE 2147 Fondamenta de le Colonete, Venice 30121, Italy
2026/2/23	威尼斯 Venice - 巴黎 Paris	玻璃岛 Murano 彩色岛 Burano	Maison cosy 11 Rue Gambetta 95190 Goussainville, France

巴黎景点地图 / 两日行程推荐

DAY 1 (2/10 周二) & DAY 2 (2/11 周三)



- 路线一：埃菲尔铁塔周边（半天 / 城市景观+登高）
- 路线二：卢浮宫 / 奥赛博物馆周边（两个博物馆各半天 / 博物馆）
- 路线三：凯旋门 & 香榭丽舍大道（半天 / 登高+购物）
- 路线四：歌剧院 & 老佛爷百货（半天 / 景点+购物）
- 路线五：巴黎圣母院 & 圣礼拜堂 & 拉丁区（半天 / 景点+城市景观）
- 路线六：玛黑区（半天 / 逛街+美食）
- 路线七：蒙马特高地 & 圣心大教堂 & 爱墙（半天 / 城市景观）
- 其他：蒙帕纳斯大厦 & 荣军院 & 罗丹美术馆（登高 or 个人喜好）

- 凯旋门 (€16, 10am - 10.30pm) [Practical information | Arc de triomphe](#)
- 埃菲尔铁塔 (9:15am - 12pm, 二楼: 电梯€23.5, 楼梯€14.8—前14天开售; 顶楼售罄) [Ma visite 4/5 - Billetterie Tour Eiffel OFFICIEL](#)
- 歌剧院 (参观票€15, 线下遮挡票€10)
- 巴黎圣母院 (€0, 7:50 AM - 7:00 PM, 提前1-2天预约) [Online reservation](#)
- 卢浮宫 (€32, 开放时间: 周一/四/六/日9am-6pm, 周三/五9am-9pm; 周二闭馆) [Ticket Selection - Official Ticketing Service of the Musée du Louvre](#) (2/11 9:30)
- 奥赛美术馆 (9.30am-6pm, 线上€16, 线下€14, 周一闭馆, 不需要预约)
- 橘园美术馆 (线上€12.5, 线下€11, 9am-6pm, 周二闭馆)
- 蒙帕纳斯大厦 (线上€19, 线下€23.5, 9.30am-10.30pm) [Montparnasse Tower Panoramic Observation Deck](#)
- 蓬皮杜艺术中心 (~~暂停营业~~)
- 荣军院
- 先贤祠 (仿罗马万神殿)
- 巴黎古监
- 圣礼拜堂
- 罗丹美术馆
- 毕加索美术馆

Big-Bus观光巴士一日票 (~~9:45am-17.30pm~~)
[Paris: Hop-on, Hop-off Sightseeing Tour and River Cruise 2026](#) €46, 游船捆绑票€61
塞纳河观光游船 10:30 AM - 9:20 PM
[Paris Seine River Sightseeing Cruise with Commentary by Bateaux Parisiens 2026](#) €20

One-day Navigo travel card
包含巴黎1-3区的地铁、RER、公交、蒙马特高地缆车等交通
on the apps (*) IDF Mobilités and Bonjour RATP (**) €12.30

马赛景点地图 / 两日行程推荐



住宿： LA FABRIQUE GARE ST CHARLES

31 Rue de Crimée, 贝勒德迈-圣兰泽, 13003 马赛

距离Saint Charles火车站5min 400m (治安较差, 白天出行)



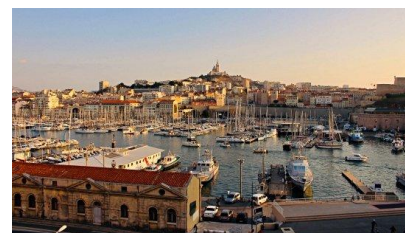
卡朗格峡湾 - Parc national des Calanques;

老港 - Vieux Port; 守护圣母圣殿 - Notre-Dame de la Garde

DAY 3 (2/12 周四 TGV Paris 7:38 -Marseille 10:57) — 老城区

② 老港及周边漫步：马赛市区最核心的部分，适合住宿，以及用半天时间CityWalk

③ 守护圣母圣殿：马赛制高点，适合俯瞰城市和大海



DAY 4 (2/13 周五) — 峡湾徒步 或者 伊夫岛

① 卡朗格峡湾 (Parc national des Calanques) 由多个峡湾组成

- 最推荐的是苏吉通峡湾Parc national des Calanques徒步 (Calanque de Sugiton)
- 马赛出发地铁+公交30分钟至徒步起点，至苏吉通峡湾纯步行时间大约需1.5小时
- 全程建议至少预留5-6小时

伊夫島位于旧港以西3.5km处，岛上坐落着伊夫城堡（Château d'If）

- 建于15世纪，最初是一座防御要塞，后来作为监狱；伊夫岛属于弗里乌群岛（Frioul）
- 是小说《基督山伯爵》中的重要场景，男主人公爱德蒙·邓蒂斯被诬陷入狱的监狱便是这里
- 前往伊夫岛需要在老港乘船，船程20分钟，船票往返€11



尼斯景点地图 / 三日行程推荐



● **住宿：** Beautiful Old Town flat, near the beach
16 Boulevard Jean Jaurès, 06300 尼斯, 法国
距离Nice-Ville火车站11min，距离Nice Côte d'Azur机场21min



DAY 5 (2/14 周六 Blablabus Marseille 8:00-Nice 10:15) - 本城

- ① **英国人步行大道 & 尼斯海滩：**任何时间都可以来逛逛，傍晚夕阳时分最佳
- ② **#ilovenice墙：**拍照打卡，5-10分钟
- ③ **城堡山丘：**游览1-2小时，俯瞰天使湾（可乘电梯上山，或者爬山15分钟）
- ④ **尼斯老城：**游览1-2小时，逛逛小巷，可重点游览萨雷亚广场集市（注意营业时间）
- ⑤ **马塞纳广场：**地标广场，老佛爷百货位于这里

尼斯狂欢节：14: 00-18: 00 Carvanalina: 巴黎圣母院-jean medecin大道-verdure剧院-英国长廊
21: 00 Corso illumine (需预约, 7/14/23e)

DAY 6 (2/15 周日) -昂蒂布+戛纳

埃兹小镇(2小时)建在陡峭的岩石上，被称为鹰巢村，最有名景点是热带植物园，可以俯瞰地中海
芒通(2-3小时)是蔚蓝海岸最东边的小镇，与意大利接壤彩色小房子的小镇，特产是柠檬
柠檬节：9:00 maison gannac果园自助 (需预约, 12e) /10:30柠檬农场开胃酒 (29e)

11:00 mentounasc啤酒厂（需预约，10e）

14:00 casetta苗圃香氛制作（需预约，36e）

摩纳哥(半天)：大斜坡俯瞰港口（最佳观景点）、摩纳哥亲王宫（摩纳哥城最重要的景点，可以不进入参观）、蒙特卡洛赌场（大堂免费参观，门口看豪车）、F1赛道（城市街道既赛道）、**法甲球赛(下午三点)**

DAY 7 (2/16 周一, 除夕夜) -埃兹小镇+摩纳哥+芒通

戛纳(2小时)：克鲁瓦赛特海滩、十字大道、戛纳影节宫、老城、老港

昂蒂布：海岸线徒步，莫奈视角**Plage du Ponteil**

DAY 8 (2/17 周二 上午)

休息调整，住宿附近逛逛

航班：尼斯蓝色海岸机场 15:15 -罗马菲乌米奇诺机场 16:30

Sud Azur Explore Pass 尼斯3日通票

- ▶ 蔚蓝海岸（Côte d'Azur）、摩纳哥（Monaco）、滨海阿尔卑斯省（Alpes-Maritimes）推出的通票
- ▶ 3日通票€35，以自然日期计算（非24小时算法），需要先支付交通卡费€2

适用于下面这些常用交通

- ▶ 尼斯机场到市中心的电车L2路：单程€1.7
- ▶ 尼斯市中心电车：单程€1.7
- ▶ 600路公交（属于ZOU! Express LER lines）：单程€2.1，沿海公交，连接尼斯、摩纳哥、芒通
- ▶ 82路公交：连接尼斯、埃兹小镇Eze，单程€1.7
- ▶ TER火车：尼斯至戛纳单程€9.4；尼斯至摩纳哥单程€5.9；尼斯至芒通单程€7.4；摩纳哥至芒通单程€3.9

(Mini-group团体票五折)

罗马景点地图 / 三日行程推荐

2/17 航班：尼斯蓝色海岸机场 15:15 - 罗马菲乌米奇诺机场 16:30



菲乌米奇诺机场前往罗马市区的方法

Leonardo Express (32分钟车程, 直达特米尼火车站, €16, 现场买票或[提前买票](#))

罗马很多景点预订门票, 需要加手续费, 以下门票价格为加了预订手续费的价格

① **斗兽场**: 75分钟, 联票€20 (包含古罗马广场+帕拉蒂尼山)

② **古罗马广场+帕拉蒂尼山**: 2小时起, 联票€20 (包含斗兽场)

24h – Colosseum, Roman Forum and Palatine - Parco archeologico del Colosseo

③ **真理之口**: 免费拍照, 需排队, 淡季10分钟, 旺季30分钟

④ **梵蒂冈博物馆**: 半天, 周日闭馆, €20线下-€25线上免排队, 语音导览€8 [Prices and Tickets](#)

⑤ **圣彼得大教堂**: 2-3小时, 内部语音导览票€7, 内部+穹顶€17stairs-€22lift [Sito Ufficiale Basilica di San Pietro | Un capolavoro da esplorare](#)

⑥ **圣天使城堡**: 建议仅在外拍照10-20分钟 (若想参观, 门票€16, 周一闭馆)

⑦ **西班牙阶梯**: 10-20分钟拍照, 免费

⑧ **许愿池**: 10-20分钟拍照, 免费

⑨ **万神殿**: 30-50分钟, €5, [Musei Italiani - Acquista Biglietti](#)

⑩ **纳沃纳广场**: 20-30分钟拍照, 免费

⑪ **博尔盖塞美术馆**: 2小时, €18, 周一闭馆, 强制[提前预约](#) [Official ticket office](#)

住宿: **Elegant Central Design Apartment**

Via Emanuele Gianturco, 11 3, 弗拉米尼奥, 00196 罗马, 意大利

DAY 8 (2/17 周二下午) - 历史中心

入住后周边步行游览, 西班牙阶梯-许愿池-万神殿-纳沃纳广场

DAY 9 (2/18 周三) - 古罗马区

• 早上 **斗兽场 (10:00, 逾期无法入场)**

• 下午古罗马广场+帕拉蒂尼山

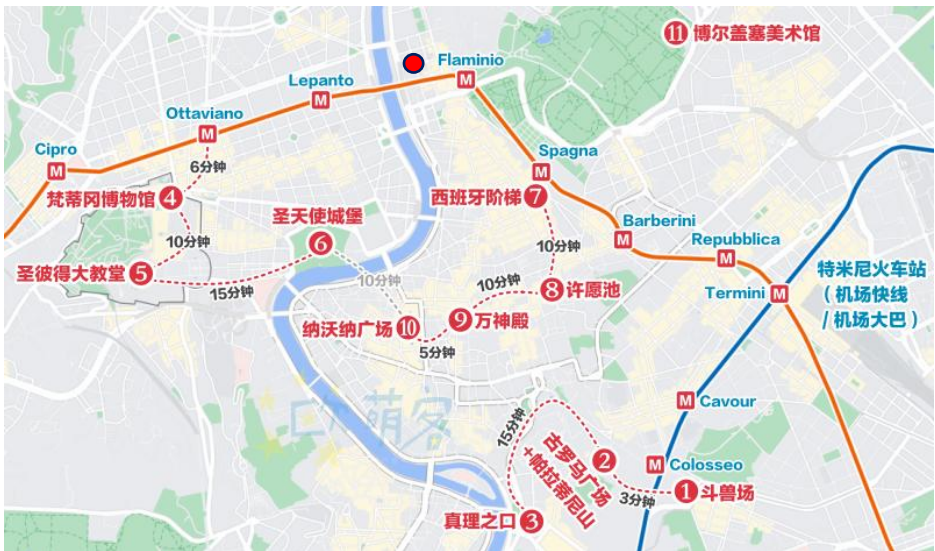
结束后步行前往真理之口拍照

DAY 10 (2/19 周四) - 梵蒂冈区

• **圣彼得大教堂 (教堂14:00 | 穹顶15:00)**

• **梵蒂冈博物馆 (17:30入场)**

• 圣天使城堡前拍照



罗马景点通票 (包含斗兽场通票) [Book Roma Pass: 48 or 72-Hour Rome City Card](#)

48小时罗马通票 (48 Hours Roma Pass) €38 (一个景点+48h公共交通+其他景点门票折扣)

佛罗伦萨景点地图 / 两日行程推荐

2/20 9:43 Rome Termini – 11:17 Florence Santa Maria



● 住宿：Brunelleschi Imperial House
15 Borgo San Frediano, San Frediano, 50124
Florence, Italy
火车站 (9min)

DAY 11 (2/20 周五)

① 圣母百花大教堂 (3-4小时, 包括参观教堂-免费/穹顶/乔托钟楼/礼拜堂/博物馆, €30) [Tickets Opera di Santa Maria del Fiore |](#)

[Florence Duomo - Buy online tickets for the monumental complex of the Florence Cathedral.](#)

② 中央市场 (品尝牛肚包; 美食选择非常多)

③ 学院美术馆 (预计2小时, 米开朗基罗大卫雕像) [Visit - Galleria dell'Accademia di Firenze](#)

DAY 12 (2/21 周六)

④ 乌菲兹美术馆 (3-4小时, €29) [Official tickets fares of the Uffizi Galleries](#)

⑤ 领主广场 (看广场上的雕塑 / 附近吃饭)

⑥ 老桥 (最佳观景点为恩宠桥, 顺便在河畔和老城区逛逛)

⑦ 米开朗基罗广场 (看夕阳 / 俯瞰整个佛罗伦萨)

市区交通

- 步行: 靠步行可抵达绝大部分景点
- 公交: 单程车票为€1.7, 90分钟内可换乘; 建议下载[at bus app](#)买票
- 观光巴士: [Florence Hop-on Hop-off Bus Tour](#)

威尼斯景点地图 / 两日行程推荐

2/22 9:39 Florence Santa Maria – 11:55 Venice Santa Lucia
2/23 20:30 Venice 马可波罗机场 – 22:25 巴黎CDG



DAY 13 (2/22 周日) - 威尼斯本岛 (更多风景在小巷子里)

- ① 大运河&里亚托桥: 乘坐水上巴士游览, 大约半小时, 从火车站至学院桥
- ② 学院桥: 桥上观景, 可以欣赏威尼斯明信片角度景色
- ③ 贡多拉: 小船游览小巷运河, 半小时€90一船, 圣马可广场附近乘坐最方便 (拼船 / 包船预订)
- ④ 圣马可广场: 大教堂 (€3/门票) | 钟楼 (€10/门票) | 总督宫 (€30/门票) | 叹息桥, 推荐登顶钟楼 (电梯, 参观30分钟)
- ⑤ 沉船书店: 世界上最美的书店之一

DAY 14 (2/23 周一) - 彩色岛+玻璃岛

- ⑥ 玻璃岛: 拥有彩色小房子, 游览1-2小时
- ⑦ 彩色岛: 以玻璃工艺闻名世界, 游览1-2小时
 - 游览彩色岛+玻璃岛, 加上交通, 预计需要5-6小时
 - 结束后, 可以从北码头步行返回火车站, 顺便逛河北侧小巷

住宿: MADDALENA'S HOUSE
2147 Fondamenta de le Colanete, 卡纳雷吉欧,
30121 威尼斯, 意大利
步行至Santa Lucia火车站 (14min, 1.0km)

2/22 20:30 《THE FOUR SEASONS BY ANTONIO VIVALDI》圣维达尔教堂

岛内交通——水上巴士

- ▶ 威尼斯主岛岛内不通汽车, 主岛内部 & 离岛之间的主要交通工具为水上巴士
- ▶ 水上巴士 (意大利语Vaporetto) 由ACTV公司运营, 可以阅读 [威尼斯水上巴士攻略](#)
- ▶ 单程票€9.5 (75分钟内可换乘) ; 一日24H票€25; 两日48H票 €35; 三日72H票€45