

野性東非-2017 肯亞&坦尚尼亞 12 日親子野營壯遊隊

在東非的國家公園野外露營地紮營，偶而就有羚羊群遊走外圍，或要提防猴子小偷，再坐擁滿天星空入眠，半夜裡被不知名的野生動物叫聲吵醒，和野生動物為鄰的野營，將帶來驚奇、特殊且難忘的露營體驗。

以往只在電視頻道中所看到的東非野生動物和環境，當親臨現場、親眼所見和近距離接觸時，不管大朋友或小朋友，一定會非常的驚奇和興奮。看著眾多的野生動物，優遊在東非遼闊的草原，曠野和叢林之間，人和自然動物和諧相處的景象，心中也會滿溢著旅行的幸福和滿足感；對於喜歡戶外、自然生態旅行的朋友，東非的野生大地更是一生必遊之處。

由於東非的國家公園門票、住宿、交通等旅遊消費都非常高，其中以住宿費用更是昂貴，國家公園地區的大部分渡假村旅館費用一晚至少要台幣一萬多以上；台灣的旅遊業者在考慮住宿、用餐品質及目標客戶群的需求等因素，目前大部分都安排住宿在渡假村旅館，因此所推出的東非旅行團，動輒一、二十萬以上；高昂的旅行費用，也讓許多人無法列入親子家庭的旅程之中。

但東非國家公園的住宿選擇除了渡假村旅館之外，還有一種較經濟的方式就是住宿露營地，這也是喜歡自然和戶外的歐美旅者及背包客，行之多年的旅行方式。露營地和渡假村旅館的享受等級雖然不同，但能以更自然簡單的露營方式去接觸及親近東非的野生環境，也是一種完全不同的體驗和驚奇。而住宿露營地並不會因此而減低看到野生動物的機會；因為在白天時段，不管住在哪裡的遊客，都是同樣坐著獵遊車，巡行於國家公園廣闊的原野和草原間，憑藉著司機的無線電訊息、經驗和運氣來尋找野生動物的蹤跡。

因此單車環球壯遊聯盟&台灣親子壯遊家族在 2016 年暑假規劃了東非親子野營獵遊隊(Safari)；以住宿露營地搭配部分帳篷旅館的方式，降低目前肯亞和坦尚尼亞旅行團的旅費標準，讓有興趣體驗野性東非的朋友多了一項經濟的旅遊選擇。

行程特別挑選了坦尚尼亞與肯亞較具特色的國家公園和保護區，包含坦尚尼亞塔蘭吉雷國家公園、恩格龍格魯保護區、塞倫蓋提國家公園，肯亞的馬賽馬拉國家保護區、納庫魯湖國家公園、薩布魯國家保護區。避免安排太多的國家公園，導致同質性的動物看太多，而產生無聊感。



活動特色和注意事項：

1. 本行程由 1998 年單車環球家陳守忠所規畫。陳守忠這幾年來帶領其女兒陳萱，持續的實踐和

推展親子壯遊，也得到了豐碩的體驗、經驗和收穫。親子壯遊經歷包括 2009 年 6 歲的陳萱完成全球年齡最小騎單車闖絲路的創舉；8 歲時到尼泊爾喜馬拉雅山區健行；9 歲時登頂馬來西亞沙巴東南亞最高峰-神山(4095 公尺)；9 歲和 12 歲單車環島；11 歲單車橫越美國；2016 年 13 歲時登頂海拔 5895 公尺非洲最高峰也是世界七頂峰之一的吉利馬扎羅山；同年完成單車壯遊穿越中亞絲路。壯遊足跡也遍及中國、美國、尼泊爾、越南、馬來西亞、寮國、緬甸、泰國、柬埔寨、吉爾吉斯、烏茲別克、土庫曼、伊朗、土耳其等國家。

2. 本活動主要推展親子壯遊，鼓勵家長帶著孩子一起參與，深入探索東非的自然生態、國家公園、野生動物，並體驗當地特殊的自然和人文風情。
3. 本活動規劃定位為住宿露營地+野生動物觀察，當地的交通，我們也和大部分的旅行團一樣，安排 6~8 人乘坐可揭開車頂蓋的獵遊車，容易觀看和拍攝沿途的野生動物，深入國家公園與保護區做近距離的體驗和活動。
4. 遊獵行程中有當地的隨隊廚師，準備和安排早、午、晚三餐，口味會偏西式，菜色也較為簡單，每餐準備的膳食會以量夠而不浪費為原則，偶爾有少數幾餐也會安排淺嘗當地餐廳的口味。由於當地沿途的食材、炊具、餐具等資源較有限，再者每個人對於食物的要求和口味不一，可能無法適應和滿足個人需求，如擔心餐食口味不合，可從台灣自帶一些個人喜愛的食品。
5. 住宿安排包括帳篷、露營地帳篷小屋、中級旅館等；肯亞的住宿條件及環境會比坦尚尼亞稍好一些。露營地都會有公共的衛浴設施，但在塞倫蓋提等一些國家公園露營地的浴室設備較為簡單只提供冷水。
6. 此行程為半自助旅行，配合獵遊車以 6~8 人為 1 輛車單位，參加人數達 12 人以上，主辦單位會再派 1 位活動輔導員隨行協助。
7. 全程途經 4 處世界遺產。
8. 行前須先自行接種黃熱病等疫苗、瘧疾藥和申請黃皮書。需攜帶黃皮書前往，以備當地海關檢查。

活動日期：2017 年 01 月 29 日-02 月 09 日 共 12 天

預估費用：(參加者 12 人以上費用，由於是特殊行程，費用為預估，配合獵遊車會以 6 人為 1 輛車單位，如人數不滿單位數，費用則有變動)

1. 成人 新台幣 99,000 元
2. 16 歲以下 新台幣 92,500 元

費用包含：

1. 當地交通 (獵遊車和卡車)
2. 住宿 (露營地為主)
3. 餐 (自由活動時自理除外)
4. 國家公園門票
5. 旅遊保險 (旅遊平安險 500 萬、10 萬醫療險)
6. 當地司機導遊、廚師

費用不含：

1. 經濟艙機票，大約 NTD 40,000 元，此費用為預估僅供參考，訂票後確認。
2. 新辦護照 (NTD 1,500)
3. 簽證(肯亞簽證 Us51 美元、坦尚尼亞 Us50 美元)
4. 接種黃熱病等疫苗、瘧疾藥和申請黃皮書費用

5. 當地司機導遊、廚師感謝金(Us10 美元 /天)
6. 部份餐食 (自由活動時自理)
7. 自費活動(奈瓦沙湖船票等)
8. 刷卡手續費
9. 個人生活購物花費等

活動行程：

Day01 01/29 Taiwan 台灣→ 轉機點 →Nairobi 奈洛比

搭機前往肯亞首都奈洛比。

Day02 01/30 Nairobi 奈洛比- Lake Bogoria 博戈里亞湖

清晨抵達奈洛比後，轉搭車前往前往博戈里亞湖，搭車進入國家公園尋找火鶴的蹤跡。

Day03 01/31 Lake Bogoria 博戈里亞湖- Lake Nakuru National Park 納庫魯湖國家公園-Lake Naivasha 奈瓦沙湖



2011 肯亞東非大裂谷的湖泊系統 Kenya Lake System in the Great Rift Valley

<http://whc.unesco.org/en/list/1060>

上午騎單車離開博戈里亞湖地區，經赤道線後抵達納庫魯。下午搭車進入納庫魯湖國家公園，尋找園區內的野生動物，這裡是白犀牛的重要保護區。參觀後前往奈瓦沙湖。

Day04 02/01 Lake Naivasha 奈瓦沙湖- Narok 納羅克- Masai Mara National Reserve 馬賽馬拉國家保護區



2011 肯亞東非大裂谷的湖泊系統 Kenya Lake System in the Great Rift Valley

<http://whc.unesco.org/en/list/1060>

上午如時間充裕，可自費乘船遊奈瓦沙湖，再搭車經納羅克後，前往馬賽馬拉國家保護區。

Day05 02/02 Masai Mara National Reserve 馬賽馬拉國家保護區

全日馬賽馬拉國家保護區搭車獵遊。馬賽馬拉國家保護區堪稱世界上最好的野生動物保護區之一，佔地 1800 平方公里；一望無垠的大草原上動物繁多，數量龐大，約有 95 種哺乳動物和 450 種鳥類。馬拉河是尼羅鱷和河馬的家園，每年 10 月下旬，這裡也是野生動物大遷徙的重要生死場景。

Day06 02/03 Masai Mara National Reserve 馬賽馬拉國家保護區- Kenya & Tanzania Border)肯亞和坦尚尼亞邊界- Musoma 穆索馬

離開馬賽馬拉國家保護區，經肯亞和坦尚尼亞邊界，進入坦尚尼亞維多利亞湖區。

Day07 02/04 Musoma 穆索馬- Serengeti National Park 塞倫蓋提國家公園營地



1981 塞倫蓋提國家公園 Serengeti National Park

<http://whc.unesco.org/en/list/156>

前往塞倫蓋提國家公園，再進入國家公園區內的公共露營地野營。

Day08 02/05 Serengeti National Park 塞倫蓋提國家公園- Ngorongoro Conservation Area 恩格龍格魯保護區

上午塞倫蓋提國家公園搭車獵遊。塞倫蓋蒂在馬塞語中意為“無邊的平原”，1981 年列入聯合國教科文組織世界遺產名錄。除了遷徙的有蹄類動物以外，塞倫蓋提國家公園也是

「非洲五霸」的棲息地。其中獅子現存約 3000 頭，被認為是非洲數量最多的地方；還有獵豹、羚羊、轉角牛羚、大角斑羚、鬣狗、狒狒、黑斑羚、非洲野犬、長頸鹿等動物。此外，園內有約 500 種鳥類。

下午再搭車進入恩格龍格魯保護區內的公共露營地野營。

Day09 02/06 Ngorongoro Conservation Area 恩格龍格魯保護區-Karatu 卡拉圖-Lake Manyara National Park 曼雅拉湖國家公園



1979 恩格龍格魯保護區 Ngorongoro Conservation Area

<http://whc.unesco.org/en/list/39>

上午恩格龍格魯保護區搭車獵遊。恩戈羅恩戈羅自然保護區 1979 年被列入世界遺產名錄，保護區的中心部分是世界聞名的恩戈羅恩戈羅火山口，也是世界上最大的破火山口之一。這裡是非洲野生動物最集中的地方，其中有 50 多種大型哺乳動物，包括獅子、大象、黑犀牛、河馬、長頸鹿、猴子、狒狒、疣豬、鬣狗及各種羚羊；200 多種鳥，包括鴛鴦、野鴨、珍珠雞等。該火山口是整個東非野生動物世界的縮影。

下午離開恩格龍格魯保護區後，前往曼雅拉湖國家公園搭車獵遊。曼雅拉湖位於東非大裂谷的底部，延伸有 50 公里長，海明威曾經讚歎道“這是非洲最可愛的地方”。曼雅拉湖國家公園是坦尚尼亞野生動物園的虛擬微縮景觀，和瞭解坦尚尼亞鳥類生活的最佳場所。大水牛、羚羊、成群的斑馬和長頸鹿都聚集在綠色的平原裡，最有名的是有可能看到獅子爬上樹上睡覺。

Day10 02/07 Mto Wa Mbu 姆托瓦姆布-Tarangire National Park 塔蘭吉雷國家公園-Moshi 莫希



1987 吉力馬扎羅國家公園 Kilimanjaro National Park

<http://whc.unesco.org/en/list/403>

上午前往塔蘭吉雷國家公園獵遊，該國家公園的著名動植物有大象、猴麵包樹和非洲岩蟒等。塔蘭吉雷的大象無論雨季旱季都生活在這裏，因沒有天敵，所以數量特別多，有大象之家的稱號。公園內有許多猴麵包樹、像把傘的刺槐樹搭配藍天和白雲，組合成典型的非洲曠野景色。

下午經阿魯沙前往莫希，天氣晴朗時，可欣賞海拔 5895 公尺的非洲最高峰吉力馬扎羅山。

Day11 02/08 Moshi 莫希-Nairobi 奈洛比 →轉機點

前往奈洛比 Jomo Kenyatta International Airport 機場，搭乘飛機返回台灣。

Day12 02/09 轉機點→Taiwan 台灣

預約和報名方式：

1. 請將下列的報名表、單車壯遊同意書詳細填妥，用傳真或 E-mail 方式傳回本會。
2. 我們收到您的報名表時，將會與您聯絡確認收到表單。如一直沒有接獲我們的電話時，麻煩來電確認我們是否有收到預約單。
3. 當報名人數不足時，我們會抱歉的通知報名者，當次活動取消。

主辦單位：單車環球壯遊聯盟 & 台灣親子壯遊家族

中華單車文化協會、吉利馬扎羅壯遊教育工作室、寶歲旅行社、東風旅行社。

聯絡電話：

中華單車文化協會 03-4072711 吉利馬札羅壯遊教育工作室 0937-330-399

寶歲旅行社 02-23924393 東風旅行社 07-2152977

網 站：www.taiwanbike.com E-Mail：taiwanbike1998@gmail.com

2009~2016 年海外親子壯遊全紀錄：

2009年~ 絲路親子單車壯遊，6歲陳萱為全球年齡最小騎單車闖絲路創舉。

2011年~ 尼泊爾喜馬拉雅山區健行親子壯遊，徒步探訪安娜普納山系(4000公尺)。

2012年~ 婆羅洲沙巴東南亞最高峰-神山(4095公尺)和探訪熱帶雨林自然生態和野生動物。

2013年~ 寮國、泰國自助行。

2014年~ 佛塔之國-深入緬甸秘境親子壯遊。

2014年~ 環球傳騎/分時分段單車環球壯遊PartIV橫越美國段：華盛頓DC-西雅圖。

2015年~ 柬埔寨、寮國、泰國親子壯遊。

2016年~ 非洲最高峰吉利馬札羅山登頂和坦尚尼亞&肯亞親子野營獵遊

2016年~ 第二屆環球傳騎/分時分段單車環球壯遊PartII 穿越中亞段：吉爾吉斯-土耳其

2017/01/29 肯亞&坦尚尼亞親子野營壯遊隊報名表

中文姓名:	護照英文名字:
身分證字號:	出生年月日:
護照號碼:	
電話(家中):	電話(公司):
Fax:	e-mail 信箱:
其他聯絡方式(行動電話、呼叫器):	
通訊地址:	
公司名稱:	職稱:
同行者姓名:	飛機餐飲: ☐ 素食 ☐ 葷素不拘
緊急聯絡人及電話:	
曾經自助旅行的經驗、路線、國家、天數:	

野營壯遊同意書

給所有參與「肯亞&坦尚尼亞親子野營壯遊」活動之隊員，請詳讀行程簡章和野營壯遊同意書之各項內容，並於下列各項前面的方格內打勾和最後列簽名後繳回，才完成報名手續：

此次壯遊活動路線為東非坦尚尼亞&肯亞，活動有關旅行業務(機票、食宿、交通、證件等)由寶巖&東風旅行社承辦，單車環球壯遊聯盟負責行程規劃。

- ☐ 我確知本次活動為海外壯遊行程，是由喜愛壯遊者自行組織，不同於吃好、住好、購物、享受、有導遊領隊服務的旅行團型態；所以參與者不像參加傳統旅行團如此輕鬆，需要用自己的筋骨去體驗世界之大。
- ☐ 我瞭解本次活動的場域大部分在東非偏遠的鄉野地區，所以發生突發狀況的機率很高；如因路況、天候、交通延誤、治安等不可抗拒的外來因素發生時，同意臨時修改行程。
- ☐ 遊獵行程中有當地的隨隊廚師，準備和安排早、午、晚三餐，口味會偏西式，菜色也較為簡單，每餐準備的膳食會以量夠而不浪費為原則，偶爾有少數幾餐也會安排淺嘗當地餐廳的口味。由於當地沿途的食材、炊具、餐具等資源較有限，再者每個人對於食物的要求和口味不一，可能無法適應和滿足個人需求，但我能體諒隨隊廚師準備三餐的用心。如擔心餐食口味不合，也可從台灣自帶一些個人喜愛的食品。
- ☐ 我確知住宿安排包括帳篷、露營地帳篷小屋、中級旅館等；住宿條件及環境不一，且較為簡單；用此自然的露營方式去接觸和親近東非的野生環境，也是一種完全不同的體驗和驚奇。露營地中會有公共的衛浴設施，但在塞倫蓋提國家公園等一些露營地的浴室只提供冷水淋浴。
- ☐ 當地非洲人不喜歡被人拍照，需徵求同意或要給錢後才能拍照；部分建築、軍事、關口或橋梁等設施(奈洛比機場外建築)，也禁止拍照；拍照前可先詢問司機導遊，以避免產生糾紛和衝突。

- ☐ 每個地方的治安情況不一，尤其大城鎮和人潮聚集的地區較為不佳。不要單獨行動，尤其夜間街道昏暗，避免外出；在人多地方，特別留意隨身物品，貴重物包和相機儘量不要外露，以免成為扒竊和行搶的目標。
- ☐ 此次活動場域在海拔 840~2350 公尺之間，沿途環境，大部分會在鄉間、丘陵和山嶺活動，其中海拔最高為恩格龍格魯地區(2325m)。由於自然環境中充滿變數，我有可能會面臨惡劣的天氣、烈日和各種不可預知的危險等因素，而導致受傷、曬傷、受寒等等身體不適的狀況。
- ☐ 因為自然環境、溫差變化較大，所以沿途需要注意個人的身體健康狀況，且我會將身體的特殊狀況告訴帶領人員。
- ☐ 此行程為半自助旅行，配合獵遊車以 6~8 人為 1 輛車單位，參加人數達 12 人以上，主辦單位會派 1 位活動輔導員隨行，配合當地的司機工作人員來安排和掌握行程，並協助旅途中的事宜諮詢，但他(她)不是一般旅行團的領隊，因此不會對旅途中的風景作介紹或提供任何服務，但有足夠的壯遊經驗、戶外活動能力及技巧提供協助。如只有 8 人以下參加，就沒有輔導員隨行，需要自行前往當地，沿途並自主和司機等當地工作人員協調。
- ☐ 我瞭解主辦單位所舉辦之相關壯遊活動，均耗費許多心力、物力、時間和精神來規劃安排，活動之智慧財產權屬於台灣親子壯遊家族。我同意參加活動所獲得的相關訊息、路線等資料，僅供自己參考和使用，不得對外從事商業行為和在公開的傳播媒介公布。

此致

單車環球壯遊聯盟

簽名 _____ 年 月