



# 首都 海边和乡村 旅游路线

堪培拉-台地-南部高原-雪山-南海岸







## 重点

行程区域包括: 首都地区 (堪培拉), 新南威尔士州

挑战难度: ✓✓✓✓✓

入境机场: 堪培拉或悉尼

**亮点:** 堪培拉之旅让您经历流连忘返的自驾体验, 奔驰在紧邻海岸线的高速路上, 穿梭于精致复古的维多利亚式小镇中, 探索原始纯净的国家公园, 还有此生必去的世界级景点和不容错过的美食美酒。

## 车程 (估算)

From	To	Time	Km	Miles
Canberra	Sydney Airport	2 hrs 50 mins	273	170
	Bowral	1 hr 52 mins	170	105
	Murrumbateman	35 mins	39	24
	Yass	50 mins	70	43
	Young	1 hr 53 mins	158	98
	Batemans Bay	1 hr 59 mins	149	93
	Mollymook	2 hrs 47 mins	205	128
	Jervis Bay	2 hrs 55 mins	222	138
	Merimbula	2 hrs 55 mins	243	151
	Eden	3 hrs 13 mins	265	165





## CANBERRA -堪培拉

澳大利亚首都是一个年轻又有活力的城市，它是你自驾游的最佳大板营。无论是国际级的美食美酒，标志性的国家宝藏，还是美得让人窒息的自然风光都只有寸步之遥。在您出发前，看一下我们为你整理出来的堪培拉旅游攻略。

### 必经之处

#### 艺术与文化

- 在国家艺术馆里，不但可以欣赏到澳大利亚乡村美术收集，还可以一览世界上最大规模的土著文化艺术品。
- 在国家博物馆获取一个澳大利亚过去，现在和将来的快照。
- 在国会大厦里旁观一下民主式的国辩。
- 在国际著名的战争纪念馆里，体验一次感人的傍晚悼念仪式。

#### 户外与自然

- 在汀宾贝拉自然保护区 (Tidbinbilla) 里让自己回归自然，看看沙袋鼠，袋鼠，鸸鹋和其他野生动物和其他野生动物。
- 晨曦之际，在慢慢升空的热气球里欣赏这座花园城市的美景。
- 拿出勇于探险的精神，踏着电动平衡车游览格里芬湖 (Lake Burley Griffin) ,或者划着皮划艇穿越中心湖，也可以骑着脚踏车直冲下斯庄莫洛山 (Mount Stromlo)的自行车道。

#### 美食与美酒

- 到美食家聚集地金斯顿前岸 (Kingston Foreshore) 看看，也许你对时尚新潮的布莱登区 (Braddon) 更感兴趣，这个区的特色是风格各异的前卫酒吧，个性十足的小资咖啡馆和著名的手工啤酒及葡萄酒。
- 想要探访30家堪培拉冷气候酒区域的精品酒窖，从市中心出发只需35分钟的车程。
- 了解新爱克顿区 (NewAction)，从一杯香浓的纯咖啡到由当地新鲜食材烹调出的料理都是真材实料，名不虚传。

#### 亲子家家乐

- 在这所旅游标兵科技馆里，让你通过趣味活动来揭开科技的神秘面纱。
- 在皇家铸币厂里，你可以亲手铸币，还可以一睹机器人逆潭 (Titan) 是如何帮忙铸造硬币的。
- 在国家动物园和水族馆里与澳洲土狗来个拥抱，再去袋鼠和鸸鹋园里逛逛。





## 首选活动

从大型艺术展到一年一度的热气球盛景 - 五彩缤纷的热气球, 唯美轻盈的飘城市上空。每一年堪培拉呈现给游客的是别出心裁且应接不暇的节日活动。以下是五个不容错过的节日活动。完全版的活动清单请登录 [visitcanberra.com.au](http://visitcanberra.com.au)

### 彩灯节

贯穿全堪培拉 三月

这个历时18天的活动包含了多项节目, 包括用霓虹点亮堪培拉最有标志性的建筑, 如国会大厦, 国家艺术馆, 旧国会大厦, 国家肖像馆和科技馆。届时还有一些喜人的午夜活动, 比如面条夜市, 音乐表演和巡回演出。 [enlightenfestival.com](http://enlightenfestival.com)

### 堪培拉热气球盛景

旧国会大厦, 三月

看着五彩缤纷, 形状各异的热气球在晨光普照的清晨里, 游移在堪培拉上空, 飘过堪培拉著名的旅游景点。你可以听着现场音乐, 吃着早餐观赏这一美景, 也可以买一张坐热气球的票, 参与到其中去。 [balloonspectacular.com.au](http://balloonspectacular.com.au)

### 松露节

贯穿堪培拉地区六月-八月

松露节是为期12周的, 一个庆祝堪培拉特色黑松露丰收的节日。超过250 多项活动, 分布在不同区域里, 提供给您各种品尝松露的机会。无论是触及味蕾的多道菜式餐, 还是厨艺学习班, 从红酒搭配式菜单到农贸市场, 丰富多彩的节目绝不止于在采集松露项目上。 [trufflefestival.com.au](http://trufflefestival.com.au)



### 花卉展及夜星汇

联邦花园, 九月中-十月中

这个由百万颗花蕾铺盖湖边花园的活动, 是南半球最大的免费赏花活动。鲜花, 美食, 娱乐活动整整持续30天。其中的两个星期里, 游客还可以在晚上欣赏彩灯装扮起来的湖边花园。(收入园票) [floriadeaustralia.com](http://floriadeaustralia.com)



**CANBERRA AND REGION  
VISITORS CENTRE 游客中心**

Regatta Point  
Canberra, ACT 2600  
T: +61 2 6205 0044  
[crvcc@act.gov.au](mailto:crvcc@act.gov.au)  
[visitcanberra.com.au](http://visitcanberra.com.au)





## 台地美食之旅

### CANBERRA-MURRUMBATEMAN-YASS-YOUNG

#### 堪培拉-马润贝特曼-亚斯-杨镇

离堪培拉很近的台地区域，行车方便，有特色的小镇小村很值得去发掘。

这个区域的葡萄酒，美食和手工产品是国际级闻名的。从农场新采摘的蔬果到饭店，咖啡厅。从葡萄园到酒窖，台地提供给游客的是，数不胜数，难得一见的高品质产物。顺便参观堪培拉地区和山顶区的葡萄园，和园主见个面。

#### 必经之旅

- 20 多家在马润贝特曼区域的冷气候酒攀登上了澳大利亚和国际酒单。每个酒庄都会给您带来别具一格，又让人兴奋的体验。
- 亚斯的中心大道两侧屹立着18世纪中期的建筑，让你忍不住汲取澳大利亚历史的精华。
- 亚斯，马润贝特曼和岗德如 (Gundaroo)地区有多家顶级餐厅，其中包括柑橘 (Clementine)餐厅，刚刚获得了一项厨师帽殊荣。菜单都是按照当地最新鲜的食材搭配着葡萄酒量身定做的。
- 哈顿(Harden)和布鲁瓦镇(Boorowa)的山顶区呈现的是乡村酒吧风，还有各式的古建筑，精品小店及手工艺商店。品尝一下手工烘焙的面点，配着梅子酱和德文西式红茶。
- 杨镇是澳大利亚的樱桃首都，在11月到12月期间你可以亲手摘些鲜红多汁的大樱桃，也可以直接在樱桃园购买。如果不在这个时间去，也一定要尝尝有名的樱桃派。
- 九江村(Jugiong)可是山顶区里有名的美食家之地，精致的食材和多种葡萄酒大受当地人和游客的青睐。



#### 车程 (估算)

From	To	Time	Km	Miles
Canberra	Murrumbateman	35 mins	39	24
	Yass	50 mins	70	43



#### YASS VALLEY 游客中心

259 Comur Street, Yass NSW  
T: +61 2 6226 2557  
tourism@yass.nsw.gov.au  
[yassvalley.com.au](http://yassvalley.com.au)



#### YOUNG & HILLTOPS REGION 游客中心

Anderson Park, Young NSW 2594  
T: +61 2 6382 3394  
vic@hilltops.nsw.gov.au  
[visithilltopsregion.com.au](http://visithilltopsregion.com.au)





## 高原之旅

### CANBERRA-BOWRAL-SYDNEY

#### 堪培拉-巴诺-悉尼

发掘一片离你很近，你却完全不知晓的空间-南部高原地区。这个区域四季分明，有美的让人窒息的瀑布，无限延伸的自然风光，独特的冷气候食品及酒类，夹杂着丰富的历史韵味。让人惊奇的还有澳大利亚式花园，精品古董店，古籍文献店和艺术画廊。赋有挑战的高尔夫球场，山野自行车道和风景无限的自驾路。

#### 必经之旅

- 三座从砂岩崖壁飞驰而下的瀑布，Fitzroy Falls，Belmore Falls 和 Carrington Falls 足以让你爱上这个风光无限的南部高原。
- 巴诺是布莱德曼纪念馆和国际板球馆坐落的地方。澳大利亚板球传奇人物，爵士Donald Bradman，在这里长大并且在这里练就出他过人的球技。这里也是迪士尼大片《欢乐满人间》的作者PL Travers的出生地。
- 历史古城 Berrima village (1831) 被称为保留最完整的昨日古城，处处可见有代表性的乔治安式沙石建筑。
- The Surveyor General Inn 酒吧是澳大利亚最老的挂牌酒吧。
- 高原地区的黑比诺葡萄酒是出了名的，你可以在13座酒庄的任意一家品尝到黑比诺和冷气候葡萄酒。
- 一个能让你横穿雨林，眺望太平洋的山脉徒步路线，林顶(treetop)露台是澳大利亚最顶级的徒步旅行线路。
- 30 多家烘焙店让这个高原地区成了澳大利亚派之乡，让人流口水的派绝对值得一试。



#### 车程 (估算)

From	To	Time	Km	Miles
Canberra	Bowral	1 hr 52 mins	170	105

#### SOUTHERN HIGHLANDS 游客中心

62-70 Main Street, Mittagong NSW 2575  
T: +61 2 4871 2888  
destination@wsc.nsw.gov.au  
[visitsouthernhighlands.com.au](http://visitsouthernhighlands.com.au)

#### FITZROY FALLS 游客中心

Morton National Park, Nowra Road, Fitzroy Falls NSW 2577  
9am-5pm daily (closed Christmas Day)  
T: +61 2 4887 7270  
T: +61 2 4887 7203





Photo: M Vanderveer



Photo: Tourism Snowy Mountains

## 探索澳大利亚最高峰

### CANBERRA-GUNDAGAI-TUMUT-YARRANGOBILLY-JINDABYNE-PERISHER / THREDBO-COOMA

堪培拉-冈德盖-土木特-雅若谷比利-金德邦-派瑞舍/帅得博雪山-库玛

澳大利亚最高山坐落在Kosciuszko国家公园里，也是澳大利亚一个获得ECO国家认证的旅游景点。无论冬夏，这里都是雪上活动的最佳场地。还可以进行野外自行车，野餐，参观洞穴，爬山，钓鱼和骑马等活动。云雾缭绕的高山上有很多奇花异草和罕见的生灵。

#### 必经之旅

- 访问Kosciuszko 国家公园背部的雅若谷比利 (Yarrangobilly Caves) 洞穴，天然工匠用岩溶打造了这一独特的盛景。无论是自由行还是导游团，都可以欣赏到洞穴的奥妙之处，并忍不住被这神话般的奇景和当地的土著文化所吸引。
- 冬季，滑雪和雪板运动是帅得博一带雪山上的日常活动。雪地健行让你远足在穿乡村山脉之间，慢慢欣赏雪胶树林的美景。
- 夏季，从夏洛特通道(Charlotte Pass) 徒步到 Kosciuszko 山脉高峰上。或者从帅得博到 Kosciuszko 山脉，在澳大利亚最高点上体验一览众山小的感觉。
- Kosciuszko 国家公园是山路自行车者的宠爱之地，最新国际标准式的帅得博山路让你的山地自行车之旅更精彩。
- 在 Kosciuszko 国家公园里，有多样式的住宿，比如金德邦湖畔的Creel小屋，还有带有热泳池的雅若谷比利洞穴屋。

车程 (估算)

From	To	Time	Km	Miles
Canberra	Gundagai	1 hr 45 mins	159	99
	Tumut	2 hrs	190	118
	Yarrangobilly	3 hrs	267	165
	Jindabyne	2 hrs	179	111

#### KHANCOBAN 游客中心

Corner Scammell Street and Alpine Way, Khancoban NSW 2642  
+ 61 2 6076 9373

9am-4pm (closed 12.30pm-1pm)  
Monday to Friday.  
Open daily during peak summer season and school holidays.

#### SNOWY REGION 游客中心 JINDABYNE

49 Kosciuszko Road, Jindabyne NSW 2627  
+ 61 2 6450 5600  
8.30am-5pm daily (closed Christmas Day)  
srvc@environment.nsw.gov.au

#### TUMUT 游客中心

The Old Butter Factory, 5 Adelong Road, Tumut NSW 2720  
+ 61 2 6947 7025  
9am-5pm daily (closed Christmas Day)  
tumutrvcc@environment.nsw.gov.au

#### YARRANGOBILLY CAVES 游客中心

Yarrangobilly Caves Entrance Rd, off Snowy Mountains Highway, Yarrangobilly Caves NSW 2720  
+ 61 2 6454 9597  
Contact hours: 9am-5pm daily (closed Christmas Day)





## 享受美丽的海岸线

# CANBERRA-MOLLYMOOK-JERVIS BAY-NOWRA-KIAMA-WOLLONGONG-SYDNEY

堪培拉-毛利沐克-杰维斯湾-诺拉-齐亚马-卧龙岗-悉尼

通过天堂滩，驾驶在大太平洋高速上，去往南海岸。100 多个海滩的新南威尔士州在向你招手。呼吸着咸咸的海风，喝一口当地红葡萄酒，也有很刺激的探险活动可以参加。

魅力无限的海岸小城里，购物是一大享受。多家的有名望的酒庄，厨师帽餐厅，和冲浪海滩。伴着初日的暖意，睁开双眼看到的就是美美的白色海滩，在树林海滩打造出来的杰维斯湾内，观赏海豚嬉戏，听着海浪拍打声入睡。天堂滩距离堪培拉和悉尼只有两个小时的车程，它是自然爱好者的天堂。驾驰在大太平洋高速路上，你也可以欣赏到美丽的沙滩和岩石潭。

## 必经之旅

- 92号公路可以把你带到杰维斯湾的 Marine 公园，这里你可以看到野生鲸鱼，玩皮划艇，泛舟，或者和友好的袋鼠打个招呼。
- 澳大利亚有名的冲浪文化会让你的手痒痒的，很多初学者的冲浪学校可以帮你学一两手。
- Berry, Milton and Kangaroo Valley 是非常有魅力的历史小城，远离大都市的繁华，乡村风浓浓的小城里到处都是地道传统的乡村美食和精致的手工作品。
- “奢宿营”是目前澳大利亚最新潮的野营方式，在100个沙滩里选个你最有感觉的白沙滩，架起帐篷，静静的凝望着天上的星星。
- 也可以去奢华的Bannisters by the Sea 酒店，在海景房里享受国际著名厨师Rick Stein餐厅里送来的美食，饭后去临海泳池酒吧小酌一下。
- 在海岸小城里品葡萄酒别有一番风味，那里的草原格外的绿，大海格外的蓝。Ulladulla的丘比特 (Cupitt) 酒园和 Shoalhaven Heads 区域的酷朗格塔 (Coolangatta) 庄园都是当地人的最爱。
- 齐亚马的喷海口(Blowhole)是一个独一无二的自然景观，在海水和陆地的交界处，大海打造了属于它自己的喷泉。
- 皇家(Royal)国家公园是澳大利亚最古老的国家公园。离悉尼市中心只要一个小时的车程，这里让游客体验到极限，不论是雨林活动还是海滩运动无所不有。
- 游览亚热带Minnamurra 雨林，这里有壮观的瀑布，还有那个带你走进这400多公顷大雨林的盘旋的步行走廊。
- 拜访南半球最大的佛教圣地南天寺。
- 想参加更刺激的活动吗？那就去卧龙岗来一次有生难忘的海滩跳伞吧！
- 海崖桥(Sea Cliff Bridge) 和保德观景台(Bald Hill Lookout)，不仅是欣赏海景的最佳地点，也是国际著名滑翔点。
- 如果你想抱抱可爱的考拉，亲手喂喂袋鼠，看看袋鼠，针鼹和鸸鹋这些澳洲特有动物，Symbio 野生公园是你的最佳去处。
- 坐落在100 公顷的Darkes 森林里Glenbernie Apple Orchard 苹果园，四季开放采摘活动。- 需要预定





## 车程 (估算)

From	To	Time	Km	Miles
<b>Canberra</b>	Batemans Bay	1 hr 59 mins	149	93
<b>Canberra</b> (via Batemans Bay)	Mollymook	2 hrs 39 mins	199	124
	Jervis Bay	3 hrs 56mins	290	181
	Kiama	4 hrs 9 min	308	192
	Nowra	3 hrs 34 mins	266	165
	Wollongong	4 hrs 37 mins	346	215

### **BATEMANS BAY** 游客中心

Princes Highway  
Batemans Bay NSW 2536  
T: +61 2 4472 6900  
info@eurobodalla.com.au  
[eurobodalla.com.au](http://eurobodalla.com.au)

### **KIAMA** 游客中心

Blowhole Point Road  
Kiama NSW 2533  
T: 1300 654 262  
tourism@kiama.com.au  
[kiama.com.au](http://kiama.com.au)

### **SHOALHAVEN** 游客中心

42 Bridge Road, Nowra NSW 2541  
T: +61 2 4421 0778  
tourism@shoalhaven.nsw.gov.au

### **ULLADULLA** 游客中心

Civic Centre, Princes Highway  
Ulladulla NSW, 2539  
T: +61 2 4444 8819  
ullavisitor@shoalhaven.nsw.gov.au  
[shoalhavenholidays.com.au](http://shoalhavenholidays.com.au)

### **WOLLONGONG** 游客中心

Southern Gateway Centre: Bulli Tops  
93 Crown Street,  
Wollongong NSW 2500  
T: +61 2 4267 5910  
tourism@wollongong.nsw.gov.au







## 探索宝石蓝水域

### CANBERRA-BEGA-EDEN-MERIMBULA-BERMAGUI

堪培拉-贝嘎-一丹-莫仁贝拉-波玛贵

探索这片没有太多人注意的澳大利亚海岸线，给你真正在大自然里释放自己的机会。沉浸在国家果园的油绿中，发掘宽广的海岸线和宝石蓝色的海域。了解丰富的海洋生物，包括的观鲸活动，品尝最新鲜的海鲜和生蚝。

### 必经之旅

- 一丹是春天观鲸的好地方，只需几分钟的船程，你会在这个被称为背头鲸高速的海上通道看见大鲸妈妈和小鲸鱼宝宝练习拍水和翻跟头的有趣画面
- 在Boyd塔上也可以看到鲸鱼，或者去参观留着历史痕迹的捕鲸站。
- 这里纯净的海水养育了上等的生蚝，去生蚝养殖场看个究竟，或者到任何一件当地餐厅品尝上等生蚝。
- 在静谧的入海口玩皮划艇，和你作伴的只有海豚和海鹰。
- 到无人海滩走走，在静静地沙滩上印下你的脚印，在浪花轻轻的把它们带走。
- 很多景点都有一个过去捕鲸的传说。
- 在波玛贵钓鱼圣地，挑战一下钓鱼的乐趣。
- 爬到 Ben Boyd 国家公园的山顶环路上看看袋鼠和沙袋鼠的日常生活。
- 附近的 Mimosa Rocks 国家公园的山顶环路上看看袋鼠和沙袋鼠的日常生活。更多信息请访问 [sapphirecoast.com.au](http://sapphirecoast.com.au)

#### 车程 (估算)

From	To	Time	Km	Miles
Canberra	Cooma	1 hr 19 mins	117	110
	Bega	2 hrs 47 mins	229	142
	Merimbula	2 hrs 55 mins	243	151
	Eden	3 hrs 13mins	265	165



#### BERMAGUI 游客中心

1 Bunga Street, Bermagui NSW  
2551  
T: +61 2 6493 3054  
[vic@bermaguichamber.org.au](mailto:vic@bermaguichamber.org.au)  
[visitbermagui.com.au](http://visitbermagui.com.au)



#### MERIMBULA 游客中心

2 Beach Street,  
Merimbula NSW 2548  
T: 1800 150 457  
[info@merimbulatourism.com.au](mailto:info@merimbulatourism.com.au)  
[merimbulatourism.com.au](http://merimbulatourism.com.au)



#### EDEN GATEWAY 游客中心

Princes Hwy and Mitchell Road,  
Eden NSW 2551  
T: +61 2 6496 1953  
[info@visiteden.com.au](mailto:info@visiteden.com.au)  
[visiteden.com.au](http://visiteden.com.au)





## 堪培拉的自然海滩

### CANBERRA-BATEMANS BAY-NAROOMA-TILBA VALLEY

#### 堪培拉-贝特曼斯湾-纳如玛-提尔巴

四大河流域，83个未开发海滩，广阔无边的国家公园和森林，20座岛屿，古雅的小镇，富足的野外生物和古老且绝美的地岬。从首都到堪培拉的自然海滩只要两小时的车程，并且一路风景无限。

在贝特曼湾等待你的是美丽的Clyde河，生蚝之家，钓鱼圣地和数不胜数的亲子活动。在南部，纳如玛是著名Montague岛的家，上千只的候鸟，小企鹅和海洋生物，还有大量毛茸茸的海狮。袋鼠，沙袋鼠，鸬鹚。旅游项目包括钓鱼，环岛游，皮划艇，和自行车游。以当地资源设计的活动五花八门，打造了这个已自然为主题的路线。

## 必经之旅

- 划着皮划艇游览美丽的Clyde河，游船也可以带你到历史小镇Nelligen或者去买路财小岛上垂钓。
- 穿越海景路到Mogo动物园转转，还有淘金主题的公园和小镇。
- 周二农贸市场和周六乡村市场让Moruya又出了一次名，它有名的原因还有它盛产的花岗岩是悉尼大桥和很多著名建筑的必用石材。
- 踏着玉文土著人的脚步，跋涉在Bingi梦境山路上。或者到历史小城Bodalla品尝一下纯正新鲜的奶酪，酸奶和冰淇淋。
- 到Tuross海口，你可以看到鸬鹚，海豚，这里可以骑自行车，玩皮划艇，钓鱼，冲浪，或者玩保龄球和高尔夫。也可以在湖边喂喂小鱼。
- 从Narooma游览到Montague岛，参观古老的灯塔，和友好的海豹一起游泳，或者在重新翻修过的守灯人小屋里留宿一晚。
- 提尔巴是一个让历史重现的小城，古老的精品小店摆设有琳琅满目的手工饰品。自然环境养育的奶牛也让这里的乳制品颇受欢迎。有特殊文化意义的Gulaga山峰也是登山者的好去处。

#### 车程（估算）

From	To	Time	Km	Miles
Canberra	Batemans Bay	1 hr 58 mins	149	93
	Mogo	2 hrs 6 mins	158	98
	Tuross Head	2 hrs 32 mins	193	120
	Bodalla	2 hrs 39 mins	200	124
	Narooma	2 hrs 56 mins	220	136

#### BATEMANS BAY 游客中心

Princes Highway  
Batemans Bay 2536  
T: 1800 802 528  
info@eurobodalla.com.au  
eurobodalla.com.au

#### NAROOMA 游客中心

Princes Highway  
Narooma 2546  
T: +61 2 4476 2881  
info@eurobodalla.com.au  
eurobodalla.com.au





ONE  
*Good Thing*  
AFTER  
ANOTHER



VISITCANBERRA.COM.AU

