

ICELAND

NOVEMBER 2026

# 冰岛

## 12天10晚行程

冰川湖三晚 / 玻璃屋两晚 / 蓝湖温泉酒店

北京国航往返 • 两位女生同行

2026. 11. 16 – 11. 27

12天10晚 / Hotel Kría连续2晚版

玻璃屋2晚 • 维克2晚 • 冰川湖3晚 • 蓝湖特色酒店  
黄金圈 / 南岸瀑布 / 蓝冰洞 / 飞越冰川与降落

行程建议稿。酒店、活动场次及车辆尚未确认；航班以出票为准。实景照片包含不同季节与往季素材，不代表出行当日景观。

# 冰岛行程地图

纯冰岛 · 2位女生 · 英文活动导游 · 自行拍照 · 不自驾



全岛和南岸放大图。酒店位置为示意，出行时按实际地址导航。

## 往返航班

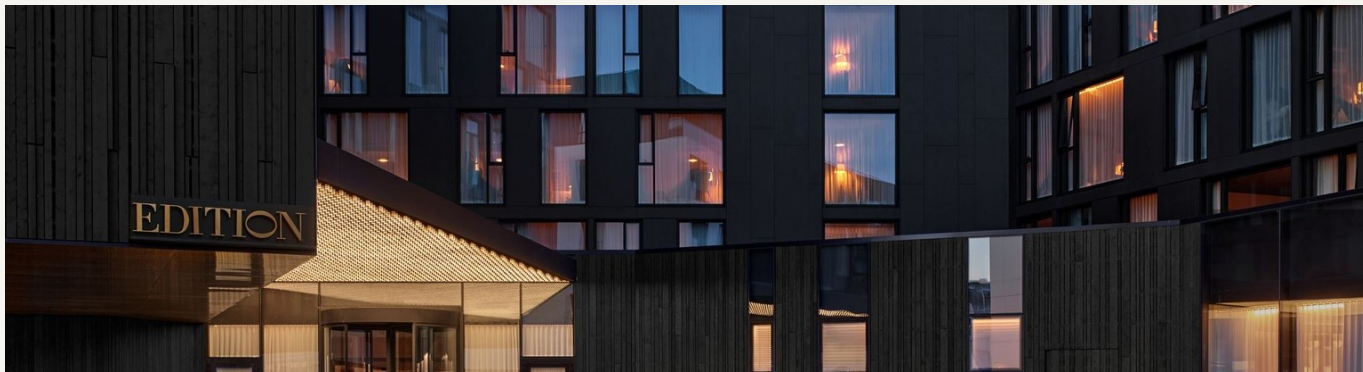
11月16日 CA807: 北京03:30 → 冰岛11:15

11月26日 CA808: 冰岛13:45 → 北京11月27日12:20

航路经停哥本哈根；以上为当地公布时刻，出票时确认。11月15日晚前往首都机场。

一般9点出发。机场进城坐巴士，市区和蓝湖末段自行打车；郊外酒店和景点之间提前订接送或包车。18日去黄金圈，24日是长途返回日。

# 雷克雅未克酒店与玻璃屋



## The Reykjavík EDITION

海港设计酒店 / 共2晚，分开入住

11月16日、11月24日

房型：优先海港景观房；床型不限，询价时比较大床与双床。

适合：酒店靠近海港和Harpa音乐厅，周边适合散步、拍建筑，也方便找餐厅。

备注：11月16日和24日各住1晚。17日退房后先寄存行李，直升机结束后回来取。早餐是否包含、房间朝向，订房时确认。



## Tiny Glass Lodge

玻璃屋与私人热池 / 连续2晚

11月17日入住，11月19日退房

房型：独立玻璃屋，2位入住；床型以房源为准。

适合：有玻璃卧室、私人热池和桑拿，可以在屋内拍照，晚上天气好时看看极光。

备注：自助入住，没有前台。16:00后入住，10:00前退房，门锁密码会提前发来。17日去酒店途中买好两天的早餐、饮水和简餐。18日游览黄金圈后回这里。

# 维克与冰川湖酒店



## Hotel Kría · Mountain View

维克山景房 / 连续2晚

11月19日入住，11月21日退房

房型：Mountain View山景房，约19平方米；可双床或大床。

适合：山景房装修简洁，窗外就是山。连续住2晚，瀑布和黑沙滩分两天去。

备注：山景房官网标注含早餐，15:00入住、11:00退房。20日游览后回同一间酒店。去Reynisfjara黑沙滩需要坐车。



## Hótel Jökulsárlón

Glacier Lagoon Hotel · 冰川湖酒店 / 连续3晚

11月21日入住，11月24日退房

房型：优先询价景观较佳房间；床型不限，房间景观须书面确认。

适合：连续住3晚，一天去蓝冰洞，一天拍冰川湖和钻石沙滩，晚上都回酒店。

备注：16:00入住，11:00退房。早餐需要订房时选好，房间内不能做饭。酒店没有接驳车；参加普通小团需要另订车去集合点。

# 蓝湖温泉与Silica酒店



## Silica Hotel · Blue Lagoon

蓝湖熔岩精品酒店 / 1晚

11月25日入住，11月26日退房

房型：优先询价Silica Deluxe，再与其他房型比较景观及差价。

适合：最后一晚住蓝湖附近，下午去主蓝湖泡温泉、拍照，晚上回酒店休息。

备注：官网标准住宿包含早餐、Silica住客温泉和主蓝湖Premium门票。订房后预约主蓝湖入场时间。主蓝湖可以拍照，住客温泉先问酒店；Retreat专属温泉和Spa不允许使用相机。



### 为什么选择Silica?

把主蓝湖的拍照时段放在25日下午，晚上住在温泉酒店。住客专用温泉和主蓝湖的体验可以分开安排。

主蓝湖允许拍照；Silica住客温泉须现场询问。Retreat Spa及Retreat Lagoon禁止使用相机和电子设备。

照片为酒店实景参考，房型、景观及温泉权益以订单为准。

DAY 01 / 11月16日 · 周一

# 北京 → 雷克雅未克



出发：抵达后进城  
住宿：The Reykjavík EDITION

**03:30** 北京首都机场搭乘CA807；11月15日晚到机场。  
**11:15** 预计抵达KEF，预留入境、取行李时间。  
**13:00-15:00** 搭机场巴士进城，寄存行李或按酒店规定入住；午餐和休息。  
**下午** Harpa音乐厅、海港或酒店附近短距离散步，不安排远程活动。

## 交通安排

自行乘Flybus机场巴士进城，在BS□换小巴到EDITION附近站点。下车后步行或打车去酒店。订票时确认下车站。  
车程参考：机场至BS□约45分钟；换乘送站另留时间。均为规划估算。

拍照与备注：可以拍Harpa、海港和酒店。抵达当天若累了，城市照片留到24日或25日。航班晚点就直接去酒店休息。早到可以寄存行李，提前入住要看房间是否准备好。

DAY 02 / 11月17日 · 周二

# 直升机冰川降落 → 玻璃屋



出发：09:00左右，按飞行场次调整  
住宿：Tiny Glass Lodge

**09:00左右** 早餐后退房，将大件行李寄存在EDITION；自行打车至RKV集合。  
**10:00左右** 计划预订上午场Glacier Landing：飞行加冰川降落约75-95分钟，其中降落约15分钟。  
**12:00-13:00** 回到酒店取行李、午餐；预订司机在EDITION接人。  
**13:00-16:00** 单程前往Tiny Glass Lodge，沿途采购食材、饮水和早餐。  
**16:00后** 自助入住，拍玻璃屋、泡私人热池；夜晚视天气观察极光。

## 交通安排

酒店往返直升机基地自行打车，集合地点是雷克雅未克国内机场RKV。下午安排司机从EDITION接人，带行李送到玻璃屋，途中停一次超市。

车程参考：市区至RKV短程出租车；RKV/酒店至玻璃屋约1.5-2小时，以玻璃屋实际地址为准。均为规划估算。

拍照与备注：冰川降落约15分钟，按飞行员安排拍照。入住玻璃屋时可能已接近天黑，可以先拍室内，第二天再拍外景。直升机至少4人成行，两位需要确认能否拼飞或另报包机。若天气取消，可以问25日上午是否有补飞机会，时间合适才安排。

DAY 03 / 11月18日 · 周三

# 黄金圈一日游



出发：09:00

住宿：Tiny Glass Lodge

09:00 司机到Tiny Glass Lodge接人，不搬运行李。

上午 辛格维利尔国家公园，选择便于通行的观景路线，预留约60分钟。

中午 间歇泉区约45-60分钟，另留午餐约60分钟。

下午 黄金瀑布约60-75分钟；优先开放的安全观景台。

16:00-17:00 返回同一玻璃屋，热池、桑拿及晚餐；天空晴朗再观察极光。

## 交通安排

安排英文司机/导游从玻璃屋接人，游览黄金圈后送回同一玻璃屋。若改参加小团，需要先问清楚是否能在这里接送。

车程参考：全天驾驶约3-4小时；顺序随玻璃屋实际位置调整。均为规划估算。

拍照与备注：每处停留约45-75分钟，可以拍风景和人物。黄金瀑布选择开放的观景台。司机可以根据天气调整顺序。天气不好时减少户外步行。

DAY 04 / 11月19日 · 周四

# 南岸瀑布 → 维克



出发：09:00，退房后出发

住宿：Hotel Kría · Mountain View

09:00 玻璃屋退房，司机接人带行李向南岸出发。

上午 塞里雅兰瀑布约60-75分钟，以正面及侧面开放步道拍摄。

中午 午餐并稍作休息。

下午 斯科加瀑布约75-90分钟；瀑布底部为重点，台阶攀登自选。

15:00-16:00 抵达维克，入住Hotel Kría山景房。

## 交通安排

安排包车从玻璃屋接人，带行李游览两处瀑布，中途停留用午餐，最后送到Hotel Kría。

车程参考：分段驾驶约2.5-3.5小时；含拍照、午餐约6-7小时。均为规划估算。

拍照与备注：瀑布前留足拍照时间。背后步道冬季可能结冰或关闭，到时以现场开放情况为准。如果步道湿滑，缩减徒步。格柳弗拉布伊只在天气和时间都合适时顺路去。

DAY 05 / 11月20日 · 周五

## 黑沙滩、维克教堂



出发：09:00  
住宿：Hotel Kría · Mountain View

**09:00** 酒店早餐后出发，无需退房。  
**上午** Reynisfjara黑沙滩与海蚀柱观景约90分钟，拍摄仅在当日开放区域进行。  
**中午** 维克午餐，暖身休息。  
**下午** 维克教堂外观与高处镇景约45-60分钟；迪霍拉里只在开放、天气允许时加入。  
**15:00-16:00** 回Hotel Kría，自由拍山景房、休息和晚餐。

### 交通安排

安排当地半日包车，酒店接送，包含黑沙滩、维克教堂和拍照等候。迪霍拉里是否可去，由司机按当天情况确认。

车程参考：海岸半日用车约4-5小时；驾驶约1-1.5小时，含可选岬角。均为规划估算。

拍照与备注：可以拍海蚀柱、玄武岩和教堂。海滩只在允许的区域拍摄，不靠近海浪。 海滩或岬角关闭时，改拍小镇和开放的观景点。教堂内部是否开放，到时确认。

DAY 06 / 11月21日 · 周六

## 维克 → 冰川湖酒店



出发：09:00  
住宿：Hótel Jökulsárlón

**09:00** Hotel Kría退房，带行李东行。  
**上午** 沿一号公路看熔岩原与冰川远景，选一至两处正规停车点短停。  
**中午** 在途中营业的餐厅吃午餐。  
**下午** 天气允许可加Skaftafell周边短观景，不安排长徒步；抵达酒店后拍公共区域。  
**16:00后** 办理Hótel Jökulsárlón入住，酒店晚餐、热池与休息。

### 交通安排

安排司机从Hotel Kría接人，带行李送到冰川湖酒店。提前约好午餐地点及途中停留。

车程参考：驾驶约3-3.5小时；含午餐与短停按5-6小时预留。均为规划估算。

拍照与备注：拍酒店外观、山景和公共空间。湖边和钻石沙滩留到23日。 路况不好就减少停留，直接去酒店。酒店16:00开始入住。

DAY 07 / 11月22日 · 周日

# 蓝冰洞探险



出发：约09:00-10:00；以预订场次为准  
住宿：Hótel Jökulsárlón

**按确认单** 酒店早餐后，由接送车送至Jökulsárlón指定集合点，至少提前15分钟抵达。  
**约2.5-4小时** 跟随英文小团乘改装四驱车前往冰川，穿戴导游提供的防滑及安全装备。  
**活动结束后** 在约定集合点与接送司机会合，返回原冰川湖酒店。  
**下午/晚上** 休息、酒店拍照、热池与晚餐，之后自由休息。

## 交通安排

预订蓝冰洞英文小团，另订冰川湖酒店往返集合点的车。小团的四驱车从集合点出发。接送司机需知道活动结束时间，并与导游保持联系。

车程参考：酒店至冰川湖集合点往返，单程暂按20-30分钟规划，预订接送时确认。均为规划估算。

拍照与备注：两位自行拍照，时间跟随小团安排。网页照片是往季实景，实际冰洞每年都会变化。冰洞由导游根据当天条件选择。若取消，先尝试改到23日，并同步调整接送车。

DAY 08 / 11月23日 · 周一

# 冰川湖、钻石沙滩



出发：09:30-10:00  
住宿：Hótel Jökulsárlón

**09:30-10:00** 从酒店出发，前往Jökulsárlón冰川湖。  
**上午** 冰川湖预留90-120分钟，拍湖岸浮冰、冰川背景与人物。  
**中午** 午餐与休息，餐饮营业情况出发前确认。  
**下午** 钻石沙滩预留60-90分钟，约15:00-16:00返回酒店。  
**晚上** 酒店晚餐；天气晴朗可在允许区域观察极光。

## 交通安排

安排半日车，从酒店接人去冰川湖和钻石沙滩，拍照结束后送回原酒店。两处景点之间也由司机接送。

车程参考：本地半日用车约4-5小时，含等待；以当天路况为准。均为规划估算。

拍照与备注：冰川湖留90-120分钟，钻石沙滩留60-90分钟。沙滩上冰块的数量要看当天情况。若22日冰洞取消、23日可以补做，今天先安排冰洞，湖边和沙滩的拍照时间会缩短。

DAY 09 / 11月24日 · 周二

# 冰川湖酒店 → 雷克雅未克



出发：09:00  
住宿：The Reykjavík EDITION

09:00 冰川湖酒店退房，司机接人向雷克雅未克返回。  
途中 安排午餐与必要休息，只做少量安全停车点短停。  
16:00-18:00 按路况抵达EDITION；这时可能已经天黑。  
晚上 城市晚餐、酒店休息；彩虹街及教堂未完成的拍摄可留到25日上午。

## 交通安排

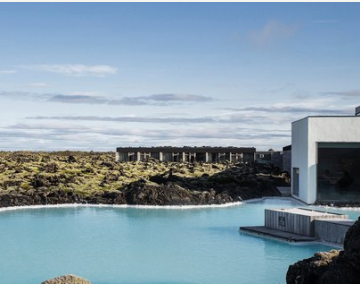
安排长途单程接送，从冰川湖酒店回EDITION，中途停留吃午餐和休息。当天不安排完整的南岸游览。

车程参考：驾驶约5-6小时；加午餐和休息按6-8小时预留。均为规划估算。

拍照与备注：途中在安全停车点短停。到城市后可能已经天黑，可以拍酒店和夜景。雪、风和道路情况都可能延长车程，晚上尽量早些休息。

DAY 10 / 11月25日 · 周三

# 蓝湖温泉、Silica酒店



出发：通常10:00；若直升机补飞需另调  
住宿：Silica Hotel · Blue Lagoon

上午 早餐及短距离城市自由活动；10:00左右出发前往Silica。  
11:00-12:00 抵达酒店寄存行李，午餐；办理入住按酒店规定时间。  
13:00左右 主蓝湖入场，安排2-3小时泡汤与拍照，提前预约住宿所含门票时段。  
下午/晚上 回酒店休息，可使用住客温泉；晚餐提前预订。

## 交通安排

自行预约当地出租车，从EDITION去Silica。若想坐蓝湖巴士，需要先查当天班次，并问酒店怎么从巴士站到Silica。酒店和主蓝湖之间可使用酒店确认的接驳或开放步道。

车程参考：城市至Silica约45-60分钟；以当天路况为准。均为规划估算。

拍照与备注：主蓝湖可以拍照，请避开更衣室并尊重其他客人。Silica住客温泉能否拍摄，先问工作人员。若上午补飞直升机，取消城市自由活动，再调整去蓝湖的时间。出发前确认酒店、温泉和道路正常开放。

DAY 11 / 11月26日 · 周四

# 冰岛 → 北京



出发：约10:00  
住宿：飞机上

早上 早餐、整理行李、退房。  
约10:00 乘前一日已预约的当地出租车离店，目标10:30左右到KEF。  
13:45 搭乘CA808，经停哥本哈根返回北京；出票时再核对时间。

## 交通安排

请Silica前台协助预约当地出租车，约10:00离店，目标10:30到机场，车费自行支付。  
车程参考：Silica至KEF约20-30分钟；道路变化另留缓冲。均为规划估算。  
拍照与备注：离店前可以简单拍几张酒店照片，按时去机场。 机票时刻或道路情况有变化，提前调整出发时间。

DAY 12 / 11月27日 · 周五

# 抵达北京



出发：按航班  
住宿：—

12:20 预计抵达北京首都机场，入境、取行李，行程结束。

## 交通安排

北京机场到家的交通自行安排。  
车程参考：无冰岛地面交通。均为规划估算。  
拍照与备注：— 抵达时间以实际航班为准。

# 交通安排 • 去程

需预订：拟安排但尚未确认的接送 / 包车。客人自理：自行预订并直接支付。

11/16 客人自理 / 机场巴士+必要短程出租车

KEF → BS□ → 酒店附近站点  
确认酒店对应站点及小巴换乘；班次衔接到达航班。

11/17 上午 客人自理 / 当地出租车

EDITION □ RKV直升机基地  
先寄存大件行李，活动前按确认单提前报到；RKV不是KEF。

11/17 下午 需预订 / 单程接送+超市停留

EDITION → Tiny Glass Lodge  
取回行李后接人；司机提前取得民宿精确到店指引。

11/18 需预订 / 英文包车日游

玻璃屋 → 黄金圈 → 原玻璃屋  
含三大景点、午餐及等待；小团接送地点需要先问清。

11/19 需预订 / 局部包车+换酒店

玻璃屋 → 两大瀑布 → Kría  
含行李、两处长停、午餐；不是纯接送报价。

11/20 需预订 / 当地半日包车

Kría → 黑沙海岸/教堂 → 原Kría  
岬角视开放情况；回到客人原酒店。

# 交通安排 • 返回

所有郊外接送须预订，不以现场临时叫车作为固定衔接。

11/21 需预订 / 单程接送+约定短停

Krifa → Hótel Jökulsárlón

含午餐与行李，16:00后办理入住。

11/22 需预订 / 当地往返接送+英文小团

冰川湖酒店 □ 冰洞指定集合点

小团和酒店接送分别预订，集合地点看活动确认单。

11/23 需预订 / 当地半日用车

酒店 → 冰川湖/钻石沙滩 → 原酒店

报价包含拍照等候；若改冰洞日期同步调整车辆。

11/24 需预订 / 长途单程接送

冰川湖酒店 → EDITION

含午餐和休息约6-8小时，当天以返回城市为主。

11/25 客人自理 / 预约当地出租车

EDITION → Silica

蓝湖巴士仅在确认班次与酒店末段接驳后替换。

11/26 客人自理 / 酒店协助预约出租车

Silica → KEF

约10:00出发、目标10:30到机场；出票后确认。

# 天气、拍照与预订备注

## 01 出发时间

一般安排9点出发，直升机和蓝冰洞按场次调整，必要时早一些。11月白天较短，雷克雅未克大约10点日出、16点前后日落。玻璃屋第二天安排黄金圈，24日是长途返回日。

## 02 极光

玻璃屋和冰川湖酒店附近都可以留意极光，没有另外安排追光团。能否看到要看云量、天气和当晚极光情况。

## 03 直升机和蓝冰洞

直升机首选17日，天气取消后可询问25日上午补飞。蓝冰洞首选22日，23日作为备选。改期要同时调整车辆和当天游览，能否补上要看实际场次。

## 04 天气与道路

司机每天出发前查看天气和道路情况。大风、下雪或封路时可能需要减少景点或改住宿。蓝湖酒店和温泉的开放情况也会在出发前再确认。

## 05 拍照与穿着

两位自行拍照，没有安排摄影师。去冰洞穿防水保暖外套和登山鞋，防滑与安全装备由活动方按需要提供；泡温泉带泳衣。海滩拍照听从现场指示，不靠近海浪。

## 06 预订与费用

目前是行程方案，还没有订房、出票或确认活动场次。费用需另行核算，包括机票、10晚住宿、接送与包车、直升机、冰洞及餐饮。蓝湖住宿已含的门票，不再重复购买。