

全國糖協快樂健康走～台東春之旅行程表

113 年 3 月 19 日(二) (台東火車站定點接駁)	
自強(3000)408 車次台北-台東：北車上午 07:30 搭車到達台東上午 11:15	
時間&地點	內容
12:00-13:30 台東聖母健康園區 田園餐廳	活力午餐
13:30-15:00 台東聖母健康園區	園區走透透
15:00-17:00 體驗活動	手揉麵包+香藥草
17:00-17:30 車行	芳心好美館
17:30	芳心好美館配寢+市區探險覓食(自理)
113 年 3 月 20 日(三)	
時間&地點	內容
建議個人行程: 05:30 步行 10 分鐘至海濱公園看日出。	
07:00-08:30 台東聖母健康會館	活力蔬食早餐
08:30-09:30 車行	泰源健康活力站
09:30-12:00 泰源健康活力站	部落巡禮
12:00-13:30 泰源健康活力站	部落風味午餐
13:30-17:00 眺望東海岸	都蘭糖廠、富岡地質公園~小野柳
17:00	台東市區探險 覓食去(自理)
113 年 3 月 21 日(四)	
時間&地點	內容
建議個人行程: 05:30 步行 10 分鐘至海濱公園看日出。	
07:00-08:30 台東聖母健康會館	活力蔬食早餐
08:30-08:40 車行	聖母健康會館-芳心拿行李-森林公園
08:40-10:20 台東森林公園	森呼吸-暢遊森林公園 (自租單車\$100~\$150/輛(費用自理))
10:20-10:40 車行	卑南遺址公園
10:40-12:30 文化的起源	展示廳導覽+史前家屋(戶外)/領取便當
12:30-12:40 車行	台東火車站
13:07-16:52 回程	自強(3000)421 車次 (台東 13:07-到達台北 16:52)