

夕陽下的聖米歇爾山

諾曼第 · 10天9夜

諾曼第，信仰與自由之地

從諾曼第的聖地到登陸海灘，走進信仰、勇氣與希望核心的旅程

盧昂 · 聖萬德里耶 · 翁弗勒 · 里修 · 卡昂 · 奧馬哈海灘 · 聖母教堂鎮 · 聖米歇爾山 · 阿朗松 · 巴黎

旅程簡介

信仰與
歷史
交會之地

有些土地，彷彿特別深刻地烙印著歷史的足跡。

數個世紀以來，修士們在此建立了至今仍守護著山谷的**修道院**。**聖女貞德**在盧昂獻出生命，**聖女小德蘭**在阿朗松與里修長大，她家庭的信仰傳遍了全世界。

而在**1944年6月6日**，諾曼第的海灘成為決定第二次世界大戰勝負之戰役的舞台。來自美國、英國、加拿大等盟國的無數年輕人渡海而來，**只為讓歐洲重獲自由**。

這趟旅程以朝聖的從容步調，將兩段歷史合而為一：**讚嘆、理解、默想、傳承**。

信仰	勇氣	希望
第1–4天	第5–7天	第8–10天



盧昂聖母主教座堂

以三個詞描繪一個故事

I

信仰

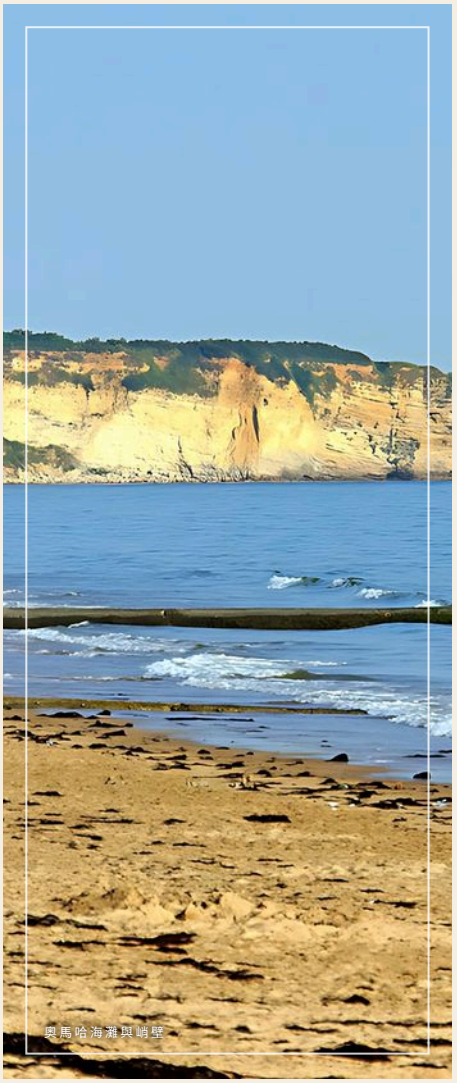


大殿中殿，里修

聖女貞德、聖萬德里耶的修士、聖女小德蘭與她的父母路易與翠麗·馬丁——千年的祈禱與聖德。

II

勇氣



奧馬哈海灘與峭壁

在海灘登陸的盟軍士兵，以及熬過戰爭考驗的諾曼第平民。

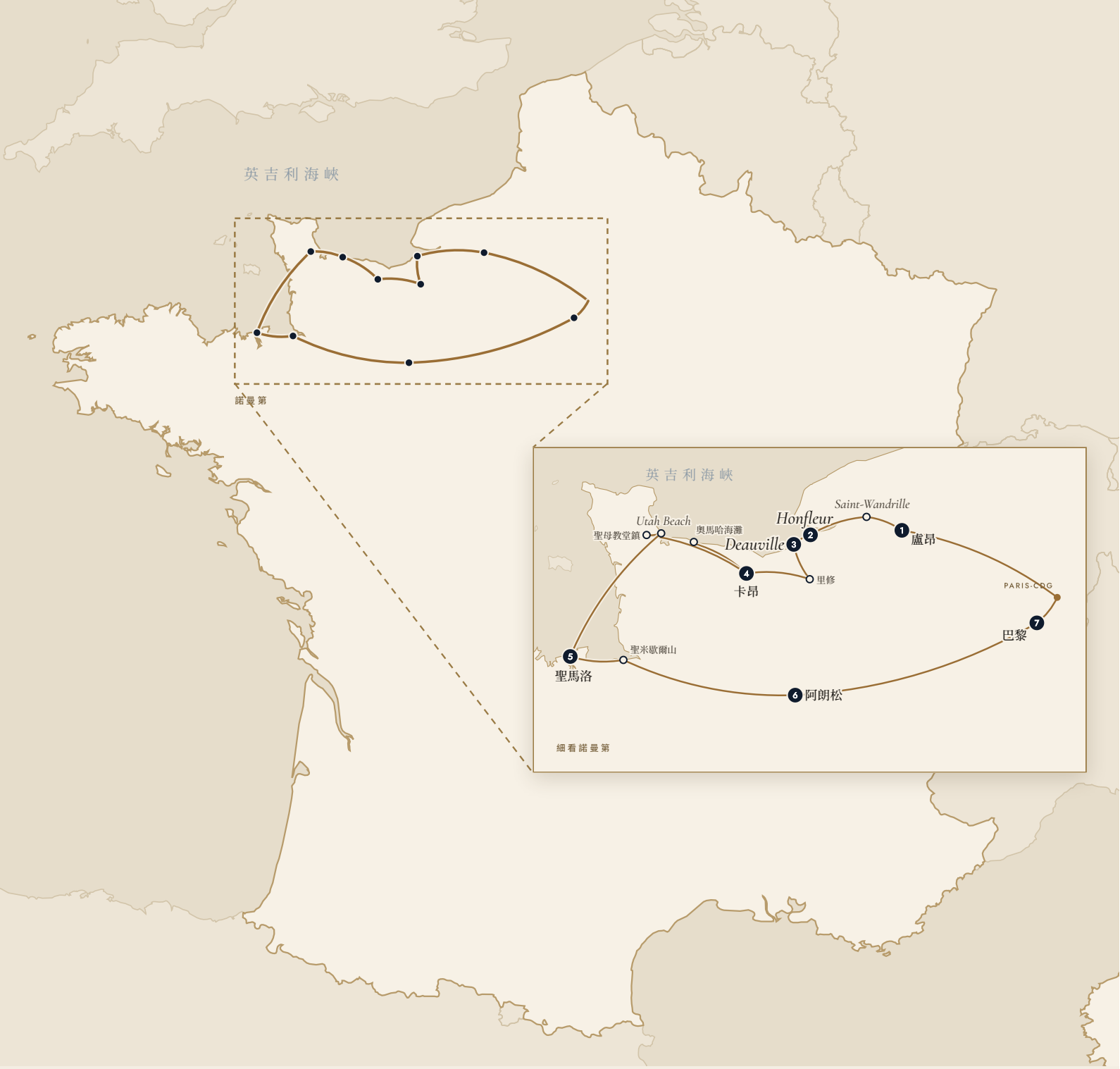
III

希望



暮色中的聖米歇爾山

直到聖米歇爾山之巔，傳承給下一代的記憶、和平與和解。



旅程路線

環遊
諾曼第一周

10天9夜，全程專屬豪華旅遊巴士，從巴黎戴高樂機場出發，再回到戴高樂機場。

1 盧昂
第1天 · 1晚

2 翁弗勒
第2天 · 1晚

3 多維爾 或特魯維爾
第3天 · 1晚

4 卡昂
第4–6天 · 3晚

5 聖馬洛
第7天 · 1晚

6 阿朗松
第8天 · 1晚

7 巴黎
第9天 · 1晚



老聖艾蒂安教堂，卡昂

留有1944年戰火痕跡的教堂

八個年份，十三個世紀

從豐特奈勒到封聖

您將追隨的歷史關鍵時刻。

649 聖萬德里耶

曾為宮廷重臣的萬德里耶創立豐特奈勒修道院。

708 聖米歇爾山

阿夫朗什的奧貝爾主教將這座山奉獻給聖彌額爾總領天使。

1066 征服者威廉

創立男子修道院的諾曼第公爵成為英格蘭國王。

1431 聖女貞德

受審後被判有罪，5月30日在盧昂被處以火刑。

1858 路易與翠麗·馬丁

7月13日在阿朗松聖母堂成婚。

1897 聖女小德蘭

24歲時於里修聖衣會隱修院安息。

1944 諾曼第登陸

6月6日，盟軍在諾曼第的五個海灘登陸。

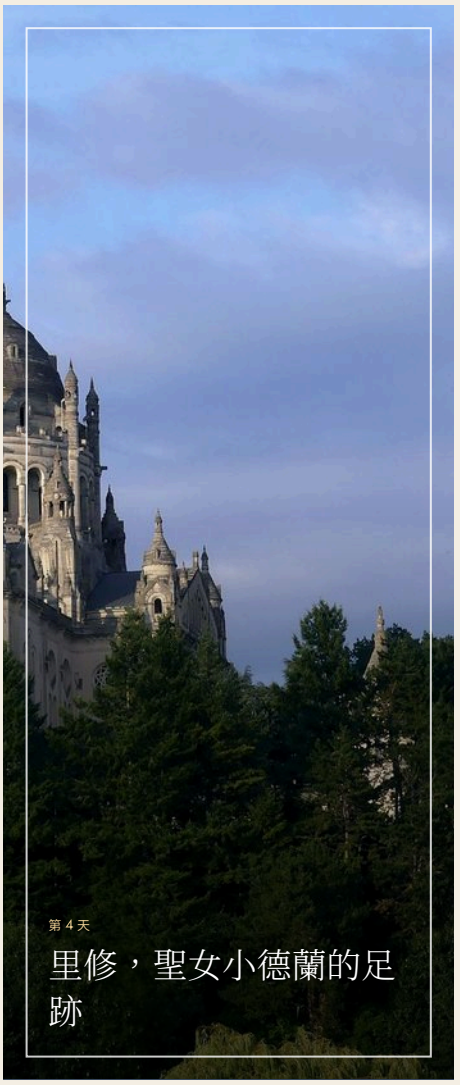
2015 路易與翠麗·馬丁

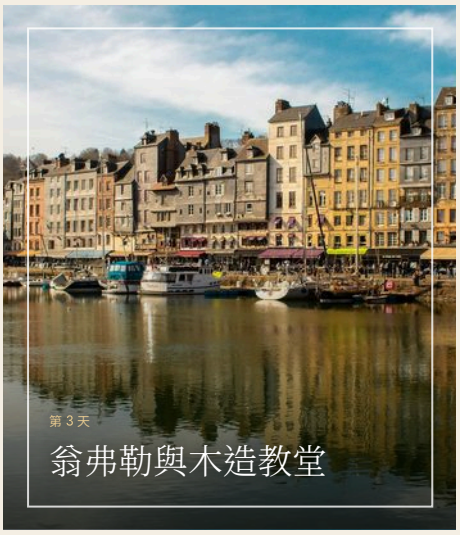
夫婦一同被冊封為聖人，是首對一同列入聖品的夫妻。

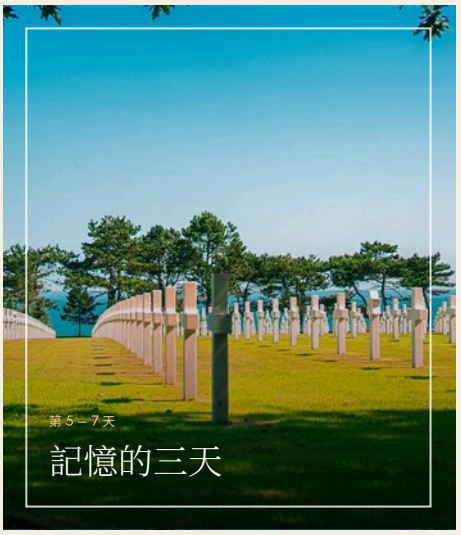
與歷史相遇的六個時刻

從千年修道院到奧馬哈的峭壁，以從容舒適的步調前行。

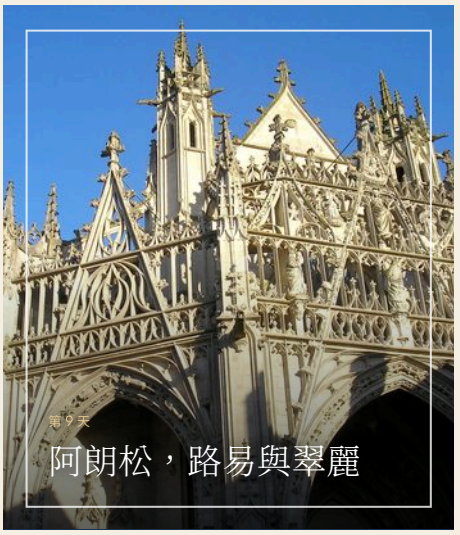














盧昂主教座堂中殿

I

第 1 – 4 天

信仰之路

從盧昂主教座堂到里修聖衣會，追隨聖女貞德、本篤會修士與聖女小德蘭的足跡。

盧昂 · 聖萬德里耶 · 翁弗勒 · 里修



盧昂舊城與主教座堂尖塔

第 1 天

歡迎來到 諾曼第

巴黎戴高樂機場 – 盧昂

上午	**抵達巴黎戴高樂機場** 迎接團員
下午	**專屬豪華旅遊巴士接送** 入住酒店、休息
晚上	**歡迎晚宴** 夜宿盧昂

機場接機後，前往諾曼第的歷史首府**盧昂**。結束長途飛行後，在酒店享有**休息時間**。

晚上以**歡迎晚宴**揭開序幕，展開一趟穿越近**千年**宗教與歐洲歷史的旅程。



半木結構老屋，盧昂舊城

您知道嗎？

100

盧昂有近百座教堂與小堂，雨果稱這座城市為「百塔之城」。



盧昂主教座堂的中殿與大玫瑰窗

第 2 天

盧昂，聖女貞德與修士們的遺產

盧昂 – 聖萬德里耶修道院 – 翁弗勒

上午	**盧昂導覽** 主教座堂、老市集廣場、大時鐘
下午	**聖萬德里耶修道院** 依修道院情況參觀
晚上	**前往翁弗勒** 夜宿翁弗勒

在**專業導覽**陪同下，造訪莫內畫了三十多次立面的**聖母主教座堂**，以及1431年**聖女貞德**殉難的**老市集廣場**。她的審判、信仰與1456年的平反，在每條老巷中重現。

下午造訪建於649年的**聖萬德里耶修道院**。至今仍有**本篤會修士**團體依循聖本篤會規**祈禱與勞動**。可依修士的作息安排默想時光。

您知道嗎？

151m

1876年完工的盧昂主教座堂鑄鐵尖塔是法國最高的尖塔。



大時鐘，盧昂



一座小堂的彩繪玻璃

塑造這片
信仰之地的人們



聖女貞德，盧昂

1412 — 1431 · 第2天 · 盧昂

聖女貞德

洛林地區的年輕農家女。她護送王太子加冕後，十九歲在盧昂殉難。1456年平反，1920年封聖。



聖女小德蘭臥像，里修

1873 — 1897 · 第4天 · 里修

里修的聖女小德蘭

十五歲成為聖衣會修女，二十四歲安息，她教導人信賴的「小道」。1997年獲封教會聖師。



小德蘭出生故居，阿朗松

19世紀 · 第9天 · 阿朗松

聖路易與聖女翠麗·馬丁

阿朗松的鐘錶匠與蕾絲師傅，五位修女的父母。2015年一同封聖的首對夫妻。



聖艾蒂安教堂，男子修道院

約1028年 — 1087 · 第5天 · 卡昂

征服者威廉

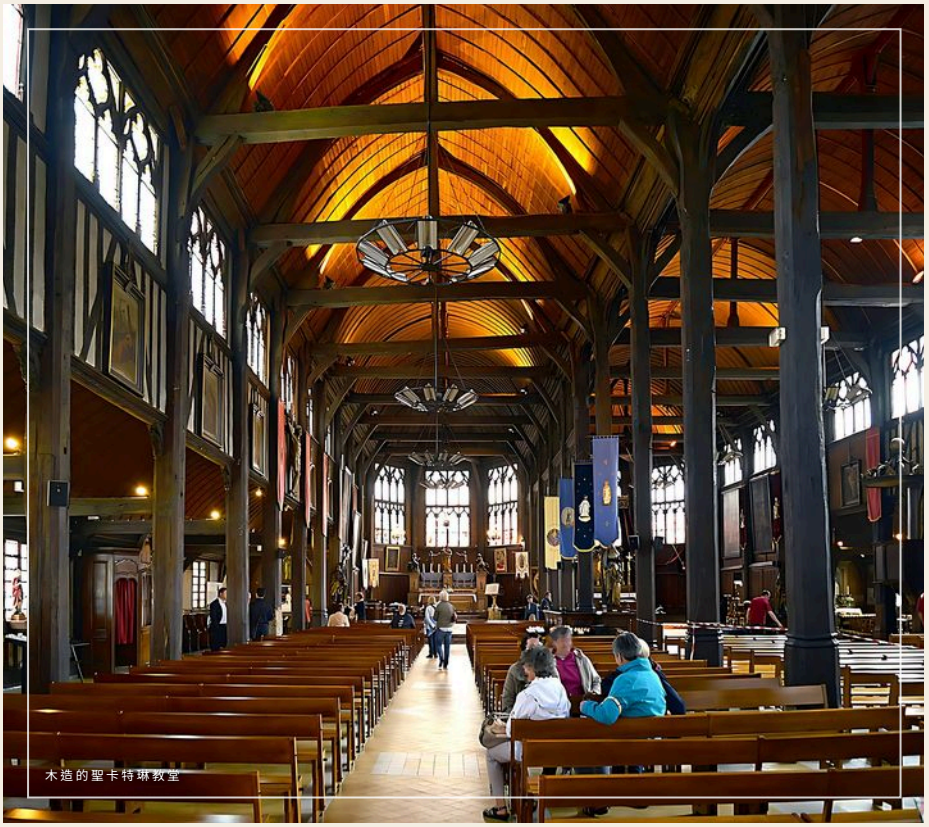
諾曼第公爵，1066年成為英格蘭國王，長眠於他所創立的男子修道院。

第 3 天

翁弗勒，在信仰與諾曼第傳統之間

翁弗勒 – 奧日地區 – 多維爾或特魯維爾

上午	**翁弗勒導覽** 聖卡特琳教堂、舊港
下午	**地方探訪** 奧日地區品嚐
晚上	**花之海岸** 夜宿多維爾或特魯維爾


木造的聖卡特琳教堂


舊港旁聖卡特琳教堂的木造鐘樓


奧日地區的莊園宅邸

在**專業導覽**陪同下，造訪由**造船木匠**建造、法國最大的木造教堂**聖卡特琳教堂**，其雙中殿令人聯想到倒置的船身。接著漫步**舊港**，高聳的老屋保存著水手與漁民的記憶。

下午造訪**奧日地區**的一位生產者，**品嚐**蘋果製成的特產與諾曼第乳酪，並備有**無酒精**飲品。傍晚入住**花之海岸**的酒店。

您知道嗎？

1608

薩繆爾·德·尚普蘭從翁弗勒啟航，建立了魁北克。這座港口送走了無數前往新大陸的探險家。

第 4 天

里修，
聖女小德蘭的足跡

多維爾或特魯維爾 – 里修 – 卡昂

上午	聖女小德蘭大殿 馬賽克與地下聖堂
下午	聖衣會與比索內故居 祈禱時光
晚上	前往卡昂 夜宿卡昂

一整天與**聖嬰耶穌德蘭**同行：造訪1954年祝聖的**大殿**，以及她從1888年直到安息都生活於此、至今仍安放其聖髑龕的**聖衣會隱修院**。童年故居**比索內**依開放情況參觀。

一天之中安排多段**祈禱**時光，並可依聖地情況及隨團神父是否同行舉行**彌撒**。

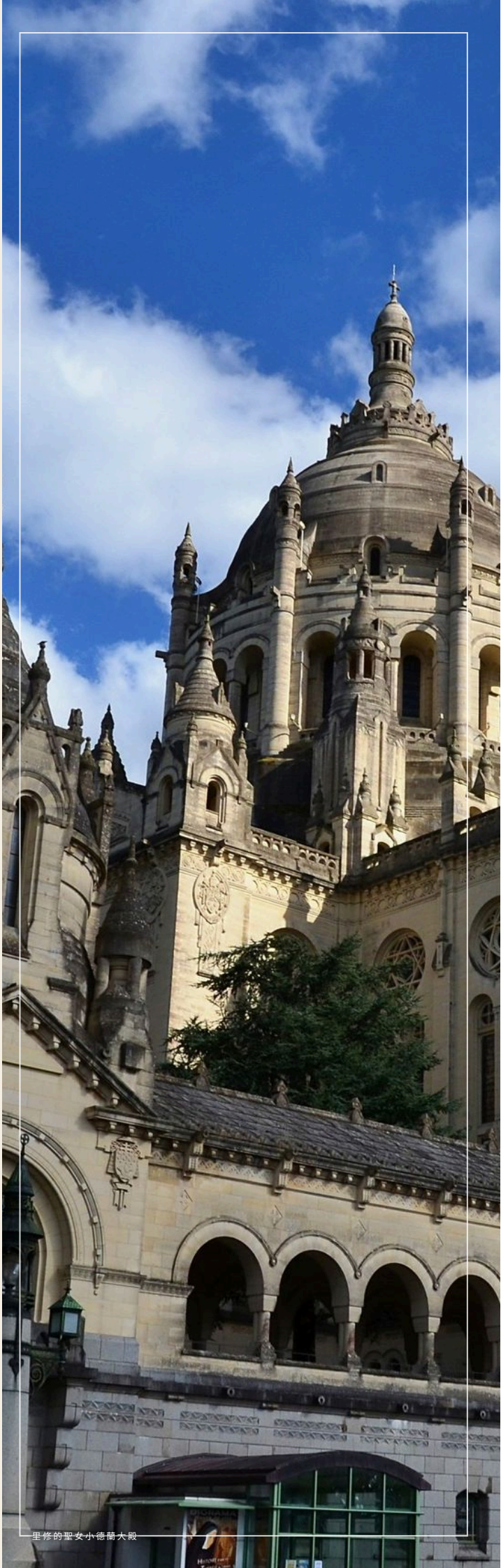


里修聖衣會隱修院教堂

您知道嗎？

1925

小德蘭去世後僅28年便被冊封為聖人。她的自傳《一個靈魂的故事》已被譯成數十種語言。



里修的聖女小德蘭大殿



第 4 天 · 里修

聖女小德蘭大殿

以馬賽克覆蓋、20世紀最大的宗教建築之一。小德蘭曾許諾：「我願在世上行善，來度過我的天堂。」



奧馬哈海灘前的紀念雕塑「勇者」

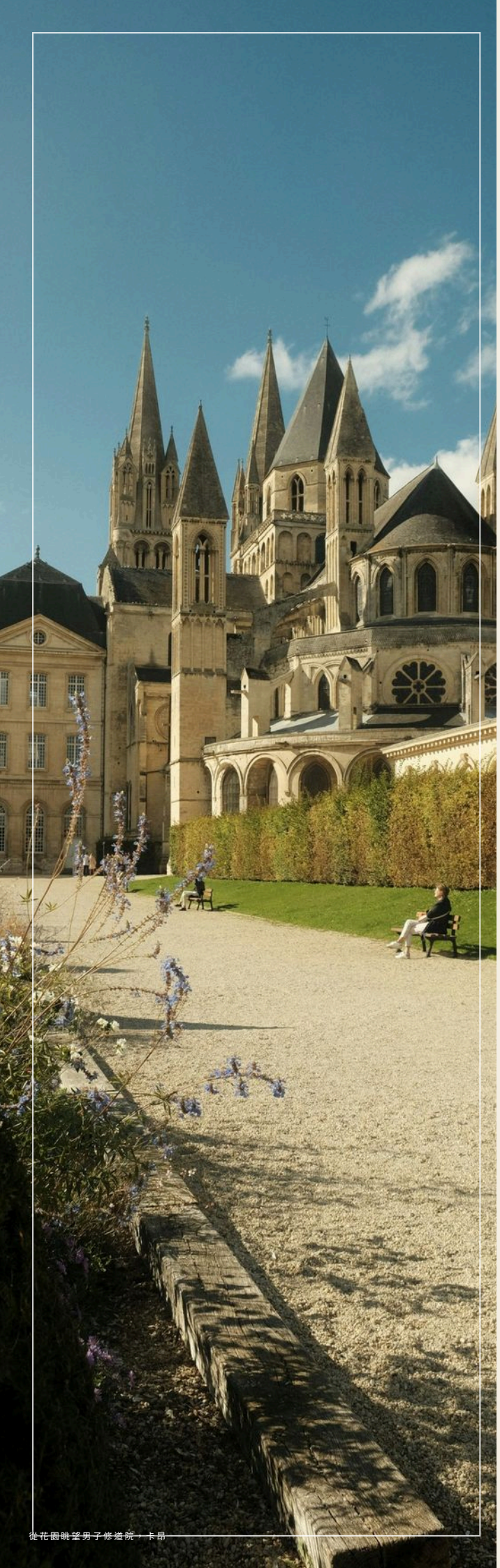
II

第 5 – 7 天

勇氣與記憶

理解戰爭、理解犧牲、理解軍事行動——建立在嚴謹史實上、各有重點的三天。

卡昂 · 奧馬哈海灘 · 科勒維爾 · 聖母教堂鎮 · 猶他海灘



從花園眺望男子修道院，卡昂

第 5 天 · 理解戰爭

卡昂，從征服者威廉到第二次世界大戰

卡昂，全天

上午	卡昂和平紀念館 約4小時
下午	男子修道院 聖艾蒂安修道院教堂
晚上	返回酒店 卡昂第二晚

卡昂和平紀念館回顧戰爭的起源、佔領、迫害、抵抗運動、**諾曼第登陸**以及解放，是造訪海灘前不可或缺的背景。

下午造訪**征服者威廉**創立的**男子修道院**，以及安放其墓的修道院教堂**聖艾蒂安**——一天之中遇見歷史的兩張面孔。



卡昂和平紀念館

您知道嗎？

1988

和平紀念館建於昔日德軍指揮所之上。1944年的卡昂戰役摧毀了城市的大部分。



一望無際的奧馬哈海灘

第 6 天 · 理解犧牲

奧馬哈海灘，自由的代價

卡昂 – 奧馬哈海灘 – 科勒維爾濱海 – 卡昂

上午
奧馬哈海灘
諾曼第登陸專業導遊

下午
美軍公墓
靜默時光

晚上
返回卡昂
卡昂第三晚

在專攻諾曼第登陸的**合格專業導遊**陪同下，追溯**奧馬哈海灘**的故事：洶湧的海浪與峭壁、德軍陣地的頑強抵抗，以及有文獻記錄的每一位美軍士兵的經歷。

海灘上方的山丘上是**科勒維爾濱海美軍公墓**：成排的十字架與大衛之星、紀念碑與小堂。特意保留充裕時間，供**默想**與靜默。

您知道嗎？

9,388

位美軍士兵長眠於科勒維爾，其中包括葬在1918年陣亡的弟弟昆汀身旁的小西奧多·羅斯福將軍。



英吉利海峽畔的貝桑峭壁



美軍公墓紀念碑，科勒維爾濱海



第 6 天 · 科勒維爾濱海

科勒維爾的靜默

沒有儀式，也沒有演說。在墓碑間漫步、讀著名字，為那些再也沒能回家的人祈禱。

1944年6月6日 · 霸王行動

五個海灘，眾多國家

這趟旅程聚焦於美軍區域，但不忘解放是多個盟國共同完成的，諾曼第平民同樣付出了巨大的代價。



阿羅芒什，黃金海灘：英軍人工港遺跡

猶他

美國

在空降部隊支援下的第4步兵師。

奧馬哈

美國

第1與第29步兵師。

黃金

英國

日後興建阿羅芒什人工港之處。

朱諾

加拿大

加拿大第3步兵師。

寶劍

英國

與基弗少校率領的法國突擊隊並肩作戰。

≈ 156,000	≈ 7,000	5	≈ 20,000
6月6日登陸或空降的盟軍士兵	投入的艦艇與登陸艇	由西至東，80公里海岸上的海灘	在諾曼第戰役中罹難的平民

第7天 · 理解軍事行動

聖母教堂鎮與猶他海灘

卡昂 – 聖母教堂鎮 – 猶他海灘 – 聖馬洛

上午	聖母教堂鎮 教堂與空降博物館
下午	猶他海灘 諾曼第登陸專業導遊
晚上	前往聖馬洛 夜宿聖馬洛

6月5–6日

第82與第101空降師傘兵之夜

約2小時

參觀展示當年運輸機與滑翔機的空降博物館

約2公里

猶他海灘預定登陸點與實際登陸點之間的距離

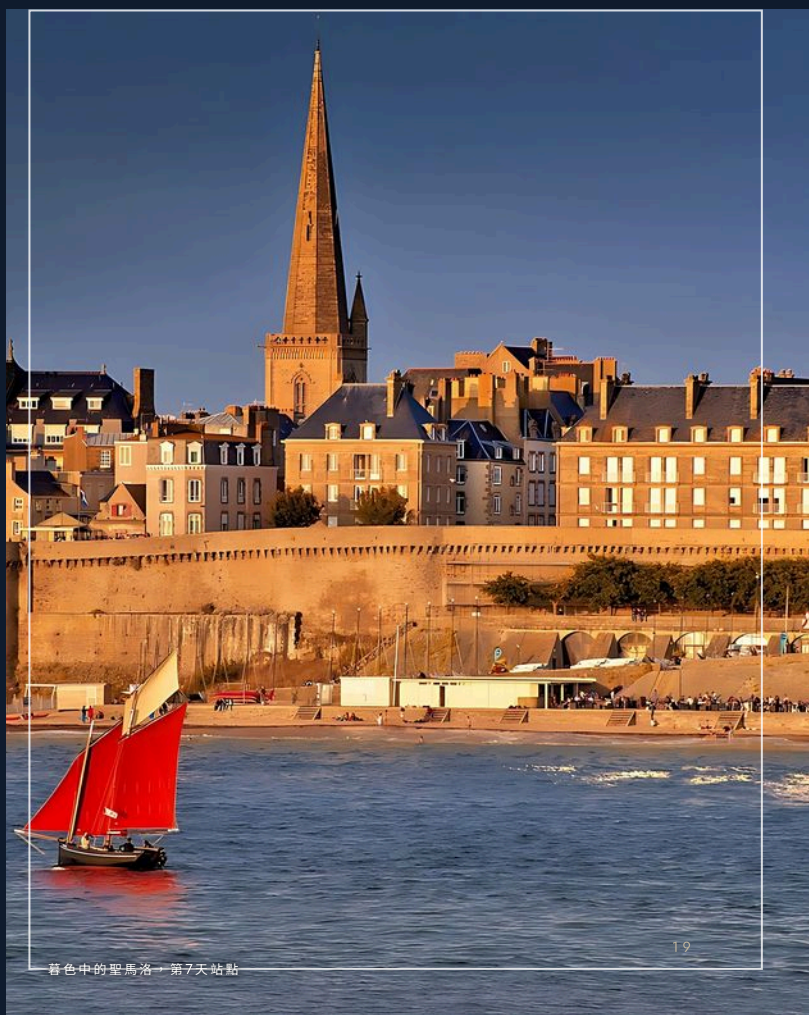
在**諾曼第登陸專業導遊**陪同下，造訪位於空降行動核心、最早獲得解放的村莊之一**聖母教堂鎮**。在**教堂**前，聆聽降落傘掛在鐘樓上的傘兵**約翰·斯蒂爾**的故事。

空降博物館生動重現傘兵們的經歷。在**猶他海灘**，看見紀念登陸部隊與空降部隊聯合作戰的紀念碑。傍晚前往**聖馬洛**。

您知道嗎？

「我們就從這裡開始打這場仗」

發現部隊被潮流推離預定地點後，小西奧多·羅斯福將軍決定就地登陸。猶他海灘成為五個海灘中傷亡最少的一個。



暮色中的聖馬洛，第7天站點



霧中的聖米歇爾山

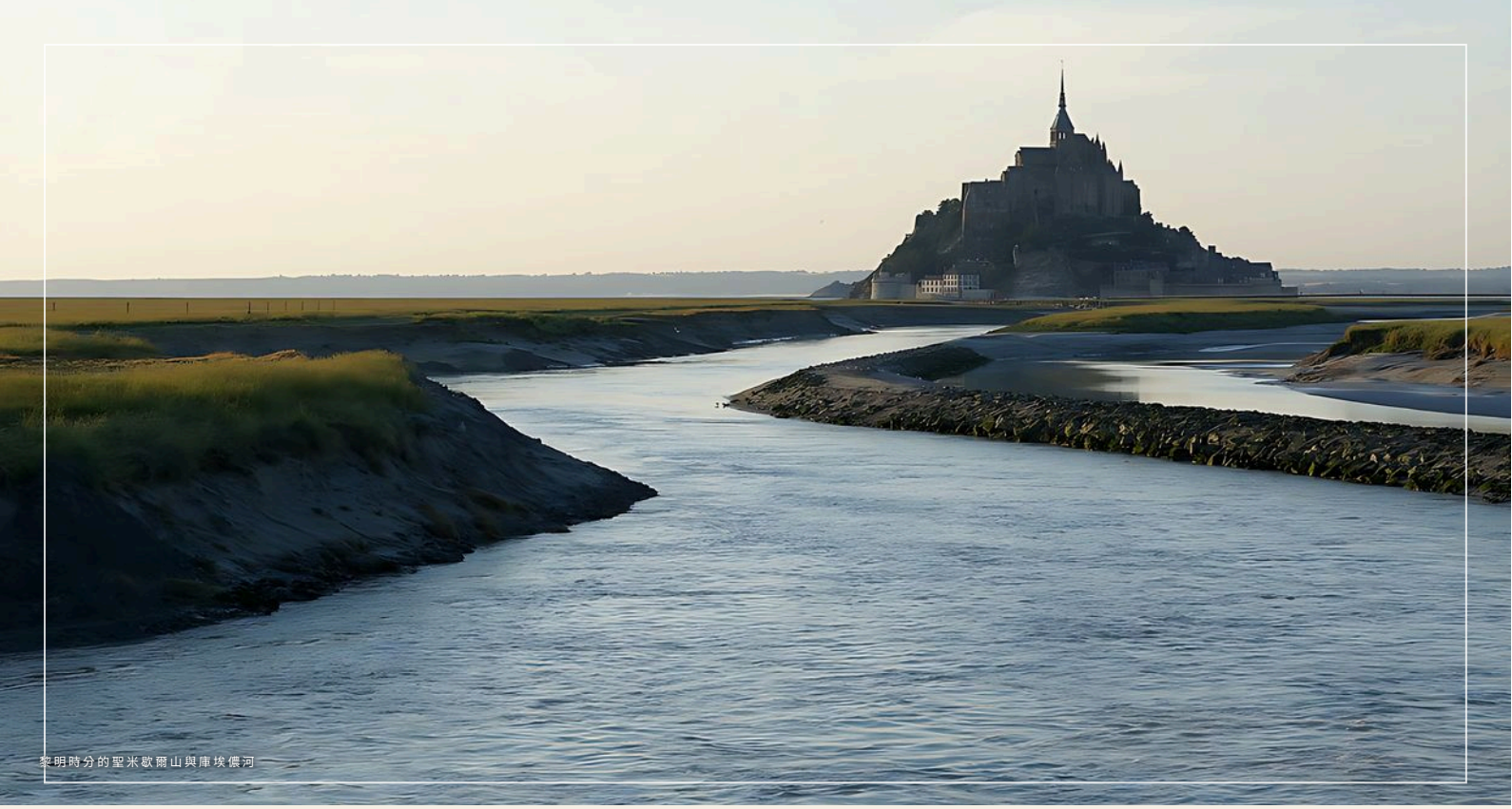
III

第 8 – 10 天

希望之路

聖米歇爾山、阿朗松聖路易與聖女翠麗的故居，以及從塞納河上欣賞的光之巴黎。

聖米歇爾山 · 阿朗松 · 巴黎



黎明時分的聖米歇爾山與庫埃儂河

第 8 天

聖米歇爾山，千年的信仰

聖馬洛 – 聖米歇爾山 – 阿朗松

上午	**聖米歇爾山導覽** 修道院與山村
下午	**午餐、自由時間** 前往阿朗松
晚上	**入住** 夜宿阿朗松

在**專業導覽**陪同下，造訪奉獻給**聖彌額爾總領天使**的**修道院**：修道院教堂、彷彿懸浮於空中的迴廊，以及建於花崗岩上的13世紀「**奇蹟**」建築群的宏偉大廳。

接著漫步山村的街巷與城牆，面對歐洲**潮差**最大的海灣。這是特意安排得從容悠閒、可作個人**默想**的一天。

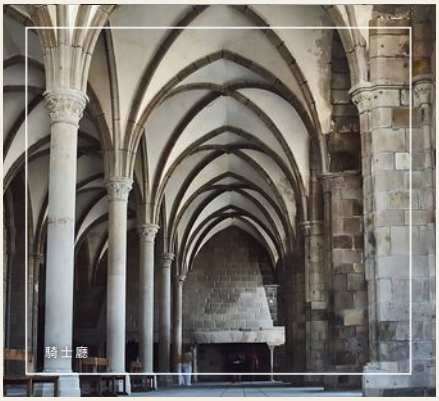
您知道嗎？

708

相傳總領天使顯現於阿夫朗什主教聖奧貝爾，主教隨即在通布山建立了第一座聖所。



「奇蹟」建築群的迴廊



騎士廳



從城牆眺望海灣



第 8 天 · 聖米歇爾山

修道院教堂的祭壇區

千餘年來，修士與朝聖者登上此地祈禱。修道院教堂的哥德式祭壇區完整保留了這份光芒。

第 9 天

阿朗松，
在小德蘭聖召的根源

阿朗松 – 巴黎

上午	路易與翠麗聖地 馬丁家族故居
下午	聖母大殿 前往巴黎
晚上	塞納河晚宴遊船 夜宿巴黎


阿朗松聖母大殿


描繪小德蘭受洗的彩繪玻璃，阿朗松聖母大殿


暮色中的亞歷山大三世橋，巴黎

阿朗松是小德蘭與她的父母**聖路易**與**聖女翠麗·馬丁**的出生地。**聖地**與**家族故居**依開放條件參觀，訴說19世紀一個家庭中活出的信仰。

在路易與翠麗成婚、小德蘭受洗的**聖母大殿**默想。晚上在巴黎享用旅程的惜別晚宴——塞納河**美饌晚宴遊船**。

您知道嗎？

阿朗松蕾絲

翠麗是一位蕾絲師傅。「阿朗松蕾絲」於2010年列入聯合國教科文組織人類非物質文化遺產。

第 10 天

再見了，法國

巴黎 – 巴黎戴高樂機場

上午	酒店早餐 巴黎的最後時光
下午	專車接送 前往巴黎戴高樂機場
晚上	回程航班 行程結束

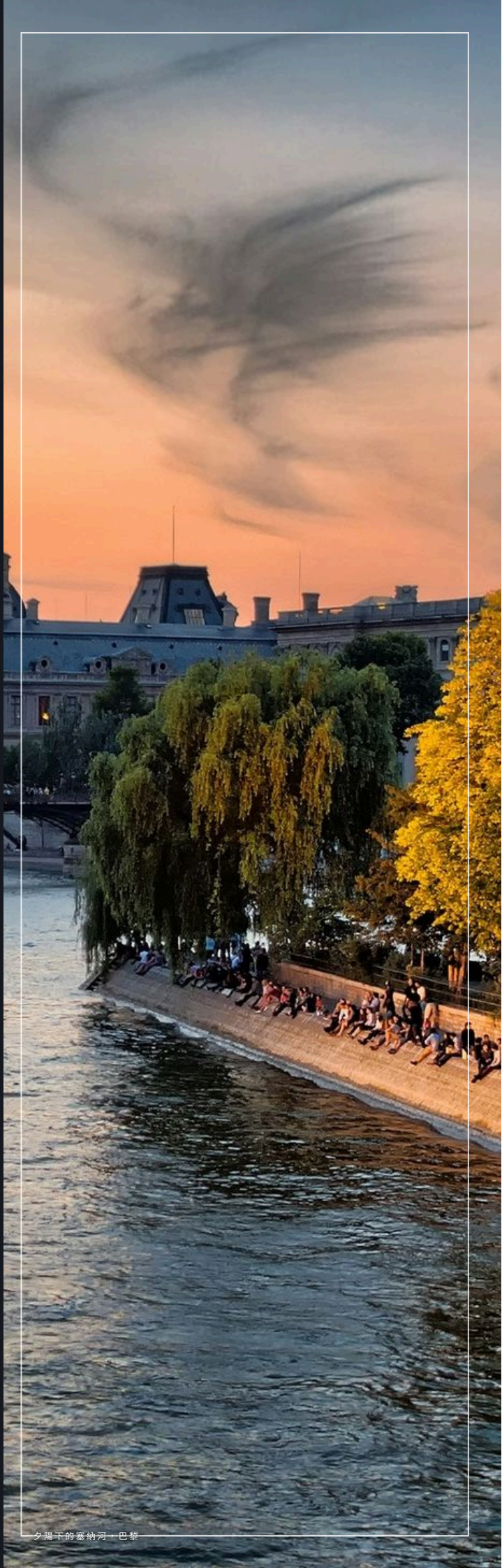
早餐後，**專車**將團員送往**巴黎戴高樂**機場。

每個人都帶著對**貞德**、**小德蘭**、**路易與翠麗**，以及讓歐洲重獲自由的年輕士兵們的記憶踏上歸途。

您知道嗎？

10天

記憶的三天、五場專業導覽，以及六位偉大人物：萬德里耶、威廉、貞德、小德蘭、路易與翠麗。



夕陽下的塞納河，巴黎

旅程體驗

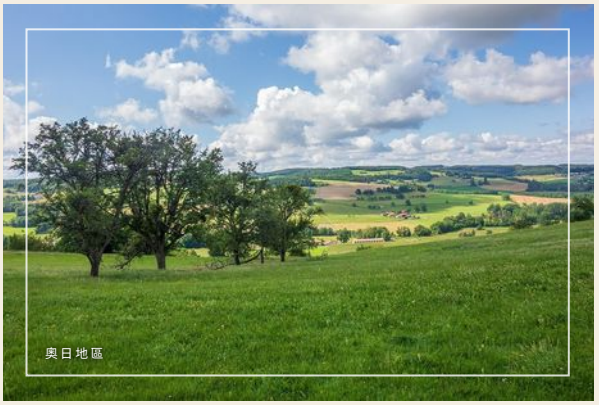
共享的
四個時刻


盧昂舊城

第1天 · 盧昂

歡迎晚宴

在諾曼第的歷史首府中心，於溫馨氛圍中度過旅程的第一個夜晚。


奧日地區

第3天 · 奧日地區

諾曼第的美味

在接待團體的生產者家中，品嚐蘋果特產、乳酪與地方飲品，並備有無酒精飲品。


里修大殿的圓頂

第4天 · 里修

靈修時光

在聖女小德蘭身旁祈禱與默想。依聖地情況及神父是否同行舉行彌撒。


從塞納河上欣賞的光之巴黎

第9天 · 巴黎

塞納河晚宴遊船

欣賞燈火輝煌的古蹟，在河上享用美饌晚宴，作為旅程的惜別晚宴。

五場專業導覽，其中兩天聚焦諾曼第登陸

全程陪同的中文領隊，以及在每個登陸現場講解事件背景、講述有文獻記錄之個人故事的專業導遊。

I 第 2 天

盧昂

聖母主教座堂、歷史遺產，以及與聖女貞德相關的地點。

2 第 3 天

翁弗勒

聖卡特琳教堂、舊城與舊港。

3 第 6 天

奧馬哈海灘與科勒維爾

與諾曼第登陸合格專業導遊同行的一天。

4 第 7 天

聖母教堂鎮、空降博物館、猶他海灘

與諾曼第登陸合格專業導遊同行的一天。

5 第 8 天

聖米歇爾山

由專業導遊帶領參觀修道院與山村。

卡昂和平紀念館、男子修道院、里修、阿朗松等其他地點，採自由參觀或依各地參觀方式進行。聖萬德里耶依修道院接待訪客的條件參觀。

用心安排的
旅程

交通

- 巴黎戴高樂機場接機
- 全程專屬豪華旅遊巴士
- 城市、參觀地點與酒店之間的接送
- 最後前往巴黎戴高樂機場

住宿

- 精選頂級酒店住宿9晚
- 四星級與五星級頂級酒店，阿朗松為精選高級酒店

參觀與門票

- 5場專業導覽，其中兩天聚焦諾曼第登陸
- 聖萬德里耶修道院，依接待訪客條件而定
- 卡昂和平紀念館與男子修道院
- 聖母教堂鎮空降博物館
- 聖米歇爾山修道院

體驗

- 盧昂歡迎晚宴
- 諾曼第美味探訪與品嚐
- 塞納河美饌晚宴遊船

9晚住宿安排								
第1天	第2天	第3天	第4天	第5天	第6天	第7天	第8天	第9天
盧昂	翁弗勒	多維爾 特魯維爾	卡昂	卡昂	卡昂	聖馬洛	阿朗松	巴黎

國際航班不包含於地面服務中。餐食包含範圍、開放時間、彌撒，以及比索內故居與馬丁家族故居的參觀，將於行程籌備期間確認。

圖片：Customerly / Unsplash · Ale / Unsplash · Florian Pépellin / Commons CC BY-SA 4.0 · Dennis Jarvis / Flickr CC BY-SA 2.0 · Tim Rebkavets / Unsplash · Jasper Garratt / Unsplash · Patrick / Flickr CC BY-SA 2.0 · Nicolas Denorme / Unsplash · Nick van den Berg / Unsplash · Thomas Dorgler / Unsplash · Ikmo-ned / Commons CC BY-SA 4.0 · Andrii Lytvynenko / Unsplash · Yevhenii Deshko / Unsplash · Vlad_Aivazovsky / Pixabay · Cbyd / Commons CC BY-SA 3.0 · Tama66 / Pixabay · ChBougui / Commons CC BY-SA 4.0 · paws and prints / Unsplash · Christel F. / Unsplash · truthseeker08 / Pixabay · isamiga76 / Flickr CC BY 2.0 · Daria Strategy / Unsplash · Gabrielle Richaume / Unsplash · Giulia Perera / Unsplash · Pom' / Flickr CC BY-SA 2.0 · mtsjrdl / Unsplash · Wim van 't Einde / Unsplash · Richard Hedrick / Unsplash · Rich Kantita / Unsplash · EvgeniT / Pixabay · David Brossard / Flickr CC BY-SA 2.0 · Angel de los Rios / Flickr CC BY-SA 2.0 · Angelo Brathot / Flickr Public Domain Mark · Gervasio Varela / Flickr CC BY 2.0 · Romain Bréget / Commons CC BY-SA 3.0 · Patrick / Commons CC BY-SA 2.0 · Unsplash · Luc L / Unsplash · ArminEP / Pixabay.



黎明時分的聖米歇爾山

諾曼第，信仰與自由之地

讚嘆、理解、默想、傳承

諾曼第的大修道院見證了數個世紀的祈禱。里修與阿朗松訴說一個家庭的故事，其信仰跨越一切國界而閃耀。盧昂保存著聖女貞德的記憶，聖米歇爾山則承載著建築師們的天才。

然而，諾曼第也是世界歷史轉向的土地。在奧馬哈與猶他的海灘，在聖母教堂鎮與科勒維爾濱海，您將遇見那些橫渡大洋、為歐洲贏回自由之人的勇氣。

發現一片靈性之地，緬懷為自由而戰的人們，與法國歷史進行難忘相遇的10天。