

# 茂宜島探險之旅

## 茂宜島探險之旅 — 第 1 日

哈雷阿卡拉國家公園觀賞日出及火山下坡單車樂 (Haleakala National Park)

▼ 單車程需時 2 小時

踏單車到達山腳後

▼ 車程需時 3 小時

哈納自駕遊 (Hana) 及歐黑奧水潭暢泳 (Pools of Oheo)

早上

哈雷阿卡拉國家公園觀賞日出 (Haleakala National Park)

(建議活動時間: 3–4 小時)

- 茂宜島的最高峰，火山海拔 10,023 英尺
- 日出的最佳觀賞地，入夜後更是星光燦爛的夜晚
- 哈來亞卡拉在夏威夷語中意為「太陽之屋」

火山下坡單車樂 Volcano Downhill Bike Tour

(建議活動時間: 2 小時)

- 以單車形式一邊踩單車沿途一邊觀賞哈雷阿卡拉山美景

建議單車公司:

1. Maui Sunriders Bike Co.
2. Haleakala Bike Company

中午

哈納 (Hana) 自駕遊及歐黑奧水潭 (Pools of Oheo) 暢泳

(建議活動時間: 4–5 小時)

- 被譽為是夏威夷最後一塊未遭到破壞的原始土地
- 哈納公路 (HI-360) 上有 620 個彎道和 59 座橋

- 沿途將穿越茂盛雨林、飛流瀑布、跌水潭和壯觀海景
- 公路全長 84 公里車程需要兩至四小時，因為一路都是狹窄的單車道小橋、急轉彎和壯觀的海島風光
- 歐黑奧水潭（Pools of Oheo）位於哈來亞卡拉下坡的 31 號公路上
- 可看到水源來自瀑布的層層疊疊美麗水池
- 水池的水源自 3.2 公里以外的內陸

---

## 宜島探險之旅 — 第 2 日

觀賞座頭鯨（可乘坐船出海）

▼ 車程需時 10 分鐘

拉海納鎮漫步體驗昔日風情及用膳（Lahaina Town）

早上至中午

觀賞座頭鯨（可乘坐船出海） \* 季節性，每年 12 月至 5 月活躍於夏威夷出沒

（建議活動時間：2–3 小時）

- 世界上最佳觀賞地點之一是西茂宜島（拉海納 Lahaina 和卡納帕利）
- 夏威夷主要島嶼周圍溫暖的淺水區（深度不到 183 米），是座頭鯨最愛的目的地
- 科學家估計，北太平洋三份之二的座頭鯨族群，會回到夏威夷繁殖、產子、哺育下一代
- 從阿拉斯加灣全速飛馳逾 4,828 公里來到夏威夷

建議船公司：

1. Alii Nui Sailing Charters
2. Pacific Whale Foundation

晚上

拉海納鎮漫步體驗昔日風情及用膳（Lahaina Town）

（建議活動時間：2 小時）

- 充滿陽光明媚的氣候和海濱環境，已被列入了美國《國家歷史名勝古蹟》
- 沿著充滿生機的前街（Front Street）漫步，瀏覽拉海納歷史小徑上具有歷史

- 意義的景點，如美國水手醫院（U.S. Seamen's Hospital）、Hale Paaho（拉奈島監獄）和拓荒者客棧（Pioneer Inn）時，能體會到舊日的拉海納
- 拉海納老城區（0.22 平方公里）已經被劃為歷史區域
- 

## 茂宜島探險之旅 — 第 3 日

基黑玩站立式槳板或皮划艇（[Kihei](#)）

▼ 車程需時 40 分鐘

帕依亞鎮用餐（[Paia Town](#)）

早上至中午

基黑玩站立式槳板或皮划艇（[Kihei](#)）

（建議活動時間：2–3 小時）

- 有 6 英哩長的海灘，是茂宜島陽光最明媚，最乾爽的西南海岸上的海灘尋寶之地
- 夏威夷王室經常小住的地方
- 適合各種水上活動如游泳、衝浪、浮潛和划獨木舟等

建議租用水上用品公司：

1. [Maui Stand Up Paddle Boarding](#)
2. [Maui SUP Rentals](#)

晚上

帕依亞鎮逛街及用餐（[Paia Town](#)）

（建議活動時間：2–3 小時）

- 茂宜島北海岸歷史悠久的帕依亞鎮（Paia）分為下帕依亞和帕依亞
- 在茂宜島製糖業的巔峰時期，熱情好客的帕依亞，曾是繁榮的種植園小鎮
- 風景如畫的鄉村房舍，遍佈著本地畫廊、獨一無二的精品店和風味餐館