



蔚藍海岸

Riviera Côte d'Azur



蔚藍海岸 Riviera Côte d'Azur

法國蔚藍海岸 (Riviera Côte d'Azur)，依山傍海，風光明媚。由於地中海的調節，使得這兒的氣候溫和，年平均溫度在攝氏14°C左右，全年超過300天的晴朗天氣，自18世紀下半葉起，就成了許多歐洲較寒冷國家的商賈與王宮貴族避冬的聖地，甚至遠在俄羅斯的皇室成員也慕名而來。

提起蔚藍海岸，立即讓人聯想到如尼斯、坎城、安堤貝與蒙地卡羅等矗立著頂級度假飯店的現代濱海城市。其實早在西元前6世紀，希臘人便來到這裡，建立貿易商港，緊接在後的是羅馬帝國。因此，許多蔚藍海岸的城市都有希臘羅馬遺跡，也有發人幽思的舊城區。除了濱海度假城市外，蔚藍海岸也有許多質樸的山城，保留著中世紀的風格，和各自的歷史與特色。現代與傳統兼容的蔚藍海岸也牽引著許多著名的畫家與藝術家，讓這裡更加燦爛。以尼斯為中心，往來蔚藍海岸各個濱海城市不需太久的車程，搭乘班次規律的公車，也可以暢遊濱海城市與迷人山城，還能節省交通費用。



Un jour, la beauté, qui se voulait éternelle, chercha un lieu qui ne la bouderait jamais. Elle découvrit la Côte d'Azur. Elle s'y installa et s'y trouva bien. Depuis elle y demeure.

某天，追求永恆的美在尋找一處能與她契合的地方。她發現了蔚藍海岸，落腳，感覺好極了。從此，她不再離開蔚藍海岸。

Louis NUCERA (1929-2000), 20世紀法國小說家



© CRT Riviera / Pierre Behar, Ballotide photo

尼斯 Nice

蔚藍海岸的首都。充滿國際色彩的歷史、溫和的天候條件、陽光燦爛的舊城區、沿著天使灣修築的英國人散步大道、不同藝術表現的博物館以及各項國際知名的節慶活動所交織出的豐富文化，都使得尼斯散發無法言喻的魅力，也成就其不凡的觀光地位。

尼斯旅遊局網址：www.nicetourisme.com

電話：+33 (0)8 92 70 74 07

電郵：info@nicetourisme.com

*與巴黎間每天大約有6班直達TGV往返，車程約5小時30分。

安提貝-朱安雷班 Antibes-Juan les Pins

蔚藍海岸唯一完好保存著自我靈魂的城市，在濃濃的普羅旺斯風情中，也透露著蔚藍海岸的活力：英式花園、白沙灘、海岸邊隨著時間而加深的銅綠色石頭、熱力十足的迪斯可舞廳，藝術美術館，如此多變的面貌與強烈對比使得莫札特深深著迷。

安提貝旅遊局網址：www.antibesjuanlespins.com

電話：+33 (0)4 97 23 11 11

電郵：accueil@antibesjuanlespins.com

*與巴黎間每天大約有6班直達TGV往返，車程約5小時20分。



© David Vincendeau

坎城 Cannes

坎城的生活是節慶的生活。這座蔚藍海岸眾星雲集之城因舉辦各類專業展覽與慶典而聲名大噪。其中最受矚目的就是「坎城影展」。浪漫奢華的十字大道與沙灘、港灣附近的雷漢諸島(Iles de Lérins)與蘇蓋(Suquet)舊城區散發令人難以抗拒的魅力。

坎城旅遊局網址：www.cannes.travel

電話：+33 (0)4 92 99 84 22-電郵：tourisme@palaisdesfestivals.com

*與巴黎間每天大約有6班直達TGV往返，車程約5小時。



© CRT Riviera / Anaïs Brochiero



© 曹振耀

艾茨 Eze

懸於聖若望卡普菲拉半島岩石上，有如鸞巢般地睥睨著地中海。鎮上的中古世紀建築被完好地保存著，蜿蜒的小路兩旁裝飾著拱形的石屋，藝術家與手工藝家的棚舖藏身其中，小鎮的制高點則是著名的異國花園。

艾茨旅遊局網址：www.eze-riviera.com

電話：+33 (0)4 93 41 26 00

電郵：office-tourisme-deze@wanadoo.fr

*與尼斯間每天大約有22班直達火車往返，車程約15分。

葛拉斯 Grasse

這座知名的香水之都，有著強烈的普羅旺斯風格。玫瑰與茉莉是這座花卉與香水之城最珍貴的詩歌。法國繪畫史上著名的畫家Fragonard就出生於此，也突顯了葛拉斯在國際上的文化地位。

葛拉斯旅遊局網址：www.grasse.fr

電話：+33 (0)4 93 36 66 66

電郵：info@grasse.fr

*與坎城間每天大約有17班直達火車往返，車程約25分。



© CRT / Pierre Behar, Ballotide photo

檬頓 Menton

蔚藍海岸最東邊的城市，氣候溫和，天空特別明亮澄澈，有露天溫室的稱號。形式各異的植物園是詩歌和旅遊的永恆主題，擁有美麗的巴洛克建築群，被列為「藝術與歷史之城」(Ville d'Art et d'Histoire)，吸引了無數藝術家，其中最著名的就是尚考克多(Jean Cocteau)。

檬頓旅遊局網址：www.tourisme-menton.fr

電話：+33 (0)4 92 41 76 76

電郵：tourisme@menton.fr

*與尼斯間每天大約有40班直達火車往返，車程約35分。



© CRT Riviera

聖保羅德芳斯 Saint-Paul de Vence

坐落在岬角上，面向著波光粼粼的地中海，背對著南部阿爾卑斯山，中古世紀的城牆，聖保羅德芳斯是蔚藍海岸最美麗的山城之一，散發出文化與藝術氣息吸引許多藝術創作者進駐。

聖保羅德芳斯旅遊局網址：

www.saint-pauldevence.com

電話：+33 (0)4 93 32 86 95

電郵：

tourisme@saint-pauldevence.com

*從尼斯每30至45分有巴士前往，車程約1小時。



© OT St-Paul/ Eric Zaragoza

摩納哥 Monaco

坐落於海洋與太陽之間，克里馬迪王朝在這塊土地烙下的歷史印記、各類博物館、各種尊榮的體育或專業活動、頂級的休閒度假飯店，摩納哥王國不愧為蔚藍海岸的上流之地。

摩納哥觀光局：www.visitmonaco.com

電話：+377 92 16 61 16

電郵：dte@gouv.mc

*與尼斯間每天大約有40班直達火車往返，車程約20分。



© GPR

蔚藍海岸城市巡禮

尼斯 Nice—蔚藍海岸之都

這座蔚藍海岸的中心城市擁有法國第二大大國際機場，熱鬧的節慶與度假的氛圍是遊客對它的第一個聯想。但是這裡舊城區的傳統市場、建築與美食更令人驚艷。20世紀初的英國維多利亞女王以及馬諦斯與夏卡爾等藝術大師都為尼斯傾倒。



▼ CRT Riviera / Pierre Behar, Balloide photo

舊城區(Vieux Nice)：Rue St François-de-Paule是通往舊城區的主要道路，路口處即可看到1855年美羅年代的建築作品尼斯歌劇院(Opéra)，城內有許多傳統老店。



▼ OTC Nice

推薦景點

城堡丘陵(Colline du Château)：當地人最愛的休閒場所，也是尼斯的發祥地，因為有絕佳的地理位置，希臘人在這山丘建了城堡。山丘上的尼采露台是欣賞天使灣及舊城區的最佳地點。



▼ OTC Nice



▼ OTC Nice

英國人散步大道(Promenade des Anglais)：1820年由居住在此的英國人所修建，現在則是尼斯居民休閒生活的重心。



▼ Marcel Borninkhof / OTC Nice

傳統市場：位在賽雷亞大道(Cours Saleya)上，賣著花卉、蔬果、海鮮、橄欖等傳統攤販林立，是尼斯人活力一天的開始。



▼ FFollet76 / OTC Nice

坎城 Cannes—眾星雲遊之地

悠閒與熱鬧聚集的城市，充滿了燦爛陽光、迷人沙灘以及世界知名精品店，讓這裡成為富豪名流的度假勝地。在5月份，一年一度的國際影展盛事坎城影展，更成為熱衷影迷追逐明星的地方。

推薦景點

節慶宮(Palais des Festivals)：建於1982，是坎城的經濟動脈，眾所矚目的坎城影展就是在此舉辦，也是歐洲數一數二的大型會議中心。



▼ 曹紹蘭



▼ Palais des Festivals et des Congrès de Cannes

城堡博物館(Musée de la Castre)：主要是當地古物和一些南美洲、非洲文物和中國樂器的收藏，在這也可以登上高塔，欣賞坎城的美麗全景。

十字大道(Boulevard de la Croisette)：世界各地名品牌聚集的主要商店街，在其平行的另一條街道(Rue d'Antibes和Rue Jean Jaurès)，則是提供中價位的名品。



▼ CRT Riviera/ Pierre Behar, Balloide photo

聖瑪格麗特島(Île Ste-Marguerite)：從節慶宮旁的港口搭渡輪約15分鐘的航程。現在這個島被列為國家保護地，不同於坎城的繁華，島上仍是保留著非常原始的生態環境。



▼ 曹紹蘭

葛拉斯 Grasse—香水之都

葛拉斯是國際聞名的香水城，環繞在這兒的香水工廠有數十家，許多經典的香水均於此地調配出來，例如：香奈兒、迪奧、蓮娜麗姿。在這裡可以透過免費參觀、香水製作實踐活動和芳香療法，熟悉香水生產的各道工序。籌畫這些活動最著名的香水廠有花宮娜(Fragonard)、加里瑪(Galimard)和茉莉奈(Molinard)等等。

推薦景點

國際香水博物館(Musée International de la Parfumerie)：館內介紹香水傳統製作過程以及所使用的器具，在香水瓶展間則是有各式各樣的古董香水瓶的展出。



▼ MIP

預約參加香水製作實習課程：

花宮娜香水廠 PARFUMERIE FRAGONARD

網址：www.fragonard.com

加里瑪香水廠 PARFUMERIE GALIMARD

網址：www.galimard.com

茉莉奈香水廠 PARFUMERIE MOLINARD

網址：www.molinard.com

普羅旺斯藝術歷史博物館(Musée d'Art et d'Histoire de Provence)：展出許多葛拉斯當地人所捐贈的古董傢俱、傳統服飾、考古遺跡和許多香水瓶的收藏。

法哥納美術館(Musée Jean-Honoré Franonard)：館中主要展出法哥納的畫作及其家族成員的創作，牆面上可以看到法哥納之子在11歲時花了二年時間所繪的壁畫。



▼ MAHP



▼ Villa Franonard



♡ 曹韻蘭

安提貝-朱安雷班 Antibes-Juan les Pins—蔚藍海岸之心

這裡的特殊風采深深吸引畢卡索。漫步沃邦港(Port Vauban)、悠久歷史的防禦城牆，領略老城風貌，或環遊恬靜的安提貝海角(Cap d'Antibes)。

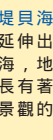
推薦景點

舊城區：有許多販賣當地傳統藝品、家飾及美食的小商店，每週二至週日早上到下午還有一個普羅旺斯市集，含蓋普羅旺斯所有的特產。

畢卡索美術館 (Musée Picasso)：原是建於4世紀的格里馬迪城堡(Château Grimaldi)，現在則為收藏畢卡索在1946年在此停留一年，所留下的五十多幅名作的美術館。



安提貝海角：延伸出地中海，地形狹長有著絕妙景觀的岬角。



♡ Yannick SEURET

♡ Yannick SEURET

艾茲 Eze—鷺巢之村

為了防止外敵入侵，整座城鎮在陡峭的岩壁建造而成，城牆圍繞成要塞村式。也因這中世紀古城有著美麗海岸線景緻，成為蔚藍海岸最受歡迎的度假小鎮之一。

推薦景點

尼采之路 (Chemin de Nietzsche)：在進城的入口處，有一條通往海邊的步道。1886年尼采散步其上，化為書中男主角人生哲理過程，順利完成《查拉圖斯特如是說》(Ainsi Parlaît Zarathoustra)這本書。



♡ 曹韻蘭

仙人掌公園 (Jardin Exotique)：位在山頂上的堡壘，在西元1949年從一座廢墟改建為仙人掌公園。在夏季6-8月在這還有12場的音樂會

中世紀舊城區：位於城堡內，尚有數十戶居民仍住在此，在這有許多手工藝品店、藝廊供觀光客參觀選購。



♡ 曹韻蘭



♡ 曹韻蘭



♡ OT St-Paul/ R.Michaud

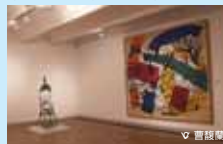
聖保羅德芳斯 Saint-Paul de Vence

—藝術山城

現在被列國家保護的歷史古蹟，也被票選為法國最美麗的村莊之一。高密度的藝廊，融合著現代感的手工藝術，成了這座古老山城的魅力所在。

推薦景點

梅格基金會現代美術館 (Fondation Marguerite et Aimé Maeght)：成立於1964年，館內展示了許多現代大師米羅(Miro)、馬諦斯(Matisse)以及夏卡爾(Chagall)等藝術家的作品。
www.fondation-maeght.com



♡ 曹韻蘭



♡ archives Fondation Maeght - J.J L'Héritier



檬頓 Menton—光明之城

特殊的氣候與土壤使得這裡栽種的柑橘成為法國美食餐廳的首選。19世紀許多中產階級或上流階層紛紛選擇這裡作為療養身體的地方，也因此留下許多美麗的宅邸與異國花園。

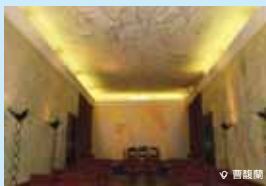
推薦景點

傳統市場 (Marché Couvert)：除了有檬頓盛產的柑橘類相關產品，還有許多普羅旺斯的農產品。

結婚禮堂：位於市政廳內，有法國知名導演尚考克多為兒子婚禮所繪製的壁畫，現場會播放英文解說壁畫的典故。



♡ 曹韻蘭



♡ 曹韻蘭

Place de la Conception廣場：這裡是眺望整個檬頓海岸最佳賞景的地方，17、18世紀興建的聖米歇爾教堂(Basilique St-Michel)，由黃紅石塊所建造，教堂正門上有聖米歇爾雕像；在聖米歇爾教堂右側鐘



♡ CRT Riviera/ Georges Veran

摩納哥 Monaco—奢華度假地

又一個與海爭地的知名典範，集合了王室貴族的氣質與極盡奢華的市中心，個人隱私絕對至上，國際名流紛沓而至。5月的一級方程式賽車F1，也是此賽事中唯一在市區街道舉行的比賽。

推薦景點

蒙地卡羅 (Monte-Carlo)：是摩納哥經濟中心，高級賭場與頂級度假飯店林立，透露了摩納哥的富庶現代化。



♡ 曹韻蘭



♡ 曹韻蘭

親王宮 (Palais Princier)：原是13世紀的防禦性城堡，現在仍為摩納哥親王的住所，也是摩納哥行政中心，廣場前每天11:55有衛兵交接的儀式，而在親王宮廣場兩旁的平台，是欣賞摩納哥全景最佳位置。

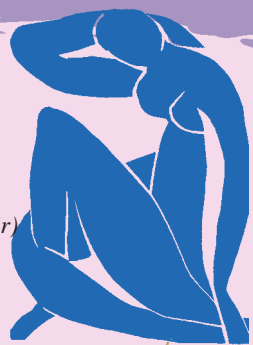
海洋博物館 (Musée Océanographique)：宏偉的建築內，有全歐洲最具規模的水族館，以及許多特殊的海洋生物。
網址：www.oceano.mc



♡ Musée Océanographique de Monaco/F. Pacorel

藝術大師在蔚藍海岸

蔚藍海岸自由的氣息、宜人的生活環境、終年晴朗的天氣以及友善熱情的居民使得許多藝術家深深為之著迷，並於19世紀末紛紛進駐其中為世人所熟知的有馬諦斯(Matisse)、畢卡索(Picasso)、夏卡爾(Chagall)、雷諾瓦(Renoir)和尚考克多(Jean Cocteau)蔚藍海岸變化多端的光線、豐富多樣的地理景觀更為這些前衛藝術家帶來源源不絕的創作靈感，並留下豐富的藝術創作傳於後人



© CRT Riviera / Georges Veran

展現無比抽象的藝術天才 畢卡索 (Pablo Picasso, 1881-1973)

抽象畫派的天才藝術家—畢卡索，一生中嘗試許多不同的創作風格，從最初充滿憂鬱與悲傷的「藍色時期」，到「粉紅時期」呈現出豁然開朗的色澤，然後一次次地藉著創作表現出他獨特的思考，創造出各種令人驚豔的造形藝術。

畢卡索為了讓他的作品更具備生命力，畢卡索在世界各地旅行，他於1920年來到了蔚藍海岸，被蔚藍海岸景色中的鮮豔色彩所震懾。美麗的視覺畫面激發了畢卡索的創意天分，於是他屢次與戀人旅居蔚藍海岸，安提貝迄今仍保留著畢卡索當時所繪製的作品，並成立了畢卡索美術館 (Musée Picasso)。

地址：Château Grimaldi, 06600 Antibes
開放時間：10:00 12:00, 14:00 18:00, 週二休館
網址：www.antibesjuanlespins.com

釋放野獸的狂歡境地 馬諦斯 (Henri Matisse, 1869-1954)

蔚藍海岸在法國野獸派藝術大師—馬諦斯的形容之下，是在充滿魔力的豔麗陽光下，或是置身於地中海湛藍的海邊，以及法國南部的青綠色棕櫚樹蔭旁，找尋到屬於人生最簡單的快樂。

當馬諦斯來到了蔚藍海岸的尼斯時，終年陽光普照的尼斯竟然連下了一個月的雨，就在他心灰意冷決定要離開之際，天氣突然放晴了，他目睹了雲朵被微風緩緩吹開的景致，看著金黃的耀眼陽光灑進屋子的美



© CRT Riviera / Georges Veran



© Succession H. Matisse pour les oeuvres d'art, Musée de Nice - musée Matisse/Nathalie Lavarenne

好，讓馬諦斯頓時下定決心長住於此，也因而創造出令人讚嘆的彩色拼貼畫。

在他燦爛的繪畫和剪紙作品當中，可以感覺到住在尼斯的馬諦斯，流露出絕對的幸福。在尼斯的馬諦斯美術館可欣賞他生平的豐富作品。

地址：164, Avenue des Arènes de Cimiez
06000 Nice
開放時間：夏季10:00 18:00,
冬季10:00 17:00, 全年無休
網址：www.musee-matisse-nice.org

如童話般夢與美的巧妙結合 夏卡爾 (Marc Chagall, 1887-1985)

出生在俄國的超自然畫派藝術家—夏卡爾，他的畫作裡總是充滿著裝飾性的夢幻風格，他認為那是一種真實的呈現，即使他到達法國學習藝術之後，他仍然追尋著內心情感的實際抒發，而非僅是對於外在線條與色彩的描繪而已。

夏卡爾的畫作常見教堂，因為有感於俄國當時政局混亂，他企圖以幽默與非現實的場景加以詮釋，當夏卡爾來到蔚藍海岸時，受到了尼斯的吸引。在1968年時，完成了尼斯大學的鑲嵌畫，成為美學的極致藝術。在尼



© CRT Riviera / Georges Veran



© CRT Riviera / Georges Veran



畫家的蔚藍海岸

印象派大師莫內(Monet)及其恩師布丹(Boudin)也曾旅居蔚藍海岸並有不少令人驚艷的畫作。循著「畫家的蔚藍海岸」(La Côte d'Azur des Peintres)參觀路線，探訪畫家筆下的迷人城鎮，典藏各畫家作品的美術館，與這些卓越的藝術家一起重現蔚藍海岸的過去與現在！歡迎上網 www.frenchriviera-tourism.com 查詢更多畫家及美術館資訊。

蔚藍海岸其它博物館推薦

尼斯美術館 Musée des Beaux Arts
www.musee-beaux-arts-nice.org
裴南雷捷藝術博物館 Musée Fernand Léger
www.musee-fernandleger.fr
雷諾瓦藝術博物館 Musée Renoir
www.cagnes-tourisme.com
亞洲藝術博物館 Musée des Arts Asiatiques
www.arts-asiatiques.com



© 曹麗娟



© 曹麗娟

鬼才尚考克多神秘、瑰麗夢境的藝術傑作

集作家、畫家、詩人及電影導演一身的法國藝術家尚考克多(Jean Cocteau, 1889-1963年)，曾負責摩頓市政廳的「結婚禮堂」的裝潢。上圖的堡壘式建築位於摩頓海邊，以往擔任戍衛的工作，如今則是尚考克多美術館(Musée Jean Cocteau)所在地。

地址：Bastion Vieux Port
開放時間：10:00 12:00,
14:00 18:00

特色風物 Shopping

流行的時尚品味與法國的傳統藝術
交織出最具蔚藍海岸色彩的紀念品

在蔚藍海岸愜意的購物

國際知名品牌的精品店和設計師名品，或是著名高級時裝、珠寶和皮革品牌，可在各城市的百貨商場、市中心和步行街區、品牌林立的商業街等選購。商店一般在週日歇業，部分商店週一歇業。營業時間：10:00 12:00，14:30 19:00。

地方特色紀念品及傳統手工藝店，可在各城市的舊城區、老城的小巷、步行街、傳統集市和店舖買到。



檬頓檸檬橄欖油

是檬頓Menton才有的傳統特產。將檬頓生產的檸檬加入橄欖油中，不僅保有橄欖油的香味還有些許的檸檬清香，讓食材料更具深度，適合用來料理沙拉。

果醬

法國南部因為陽光充足，檸檬及柑橘類水果果粒飽滿與多汁，用純天然新鮮水果以手工製造，不添加防腐劑，口味豐富，從花香到水果一應俱全，在各城市的傳統市集或果醬舖都可買到。



尼斯沙拉、尼斯洋蔥塔、尼斯餡餅

Salade Niçoise、Pissaladière、Farcis Niçois

尼斯沙拉使用南法盛產的各式蔬菜，加了蕃茄、洋蔥、蘑菇、大蒜、水煮蛋、羅勒、鯷魚或鮪魚肉末及橄欖油，份量豐富。另外，鯷魚和黑橄欖是尼斯洋蔥塔的主要材料。尼斯餡餅使用了筍瓜類、茄子、醃肉、蛋以及大蒜等食材。



苦艾酒 Absinthe

1797所發明的酒，原是軍人喝的酒，因酒精濃度太高，1915年被列為禁酒，直到2002年才開放，喝這種酒須要用特製的容器，先把上方糖的湯匙放在酒杯上，用冰滴的方式，讓苦艾酒結合甜味，一口喝下，



檸檬塔 Tarte au Citron

檬頓的特產甜點，用派餅作為酥餅皮，再將檸檬醬餡塞入內，柔細綿密的鮮奶油口感香淳濃郁，酸酸甜甜的滋味，拌著檸檬芳香，非常好吃。



葛拉斯香水

來到葛拉斯Grasse一定要購買世界名牌時尚的香水，陶醉在飄逸的花香之中，親自聞聞喜歡的香味之後，再購買屬意的香水。



▽ Fragonard Parfumeur



▽ CRT Riviera / Anaïs Brochiero

瓦洛麗陶瓷

陶瓷之都瓦洛麗Vallauris是一座獨特的創作之地，吸引著許多知名藝術家，畢卡索也曾經來這裡探索這項「火的工藝」。這項蘊含地中海溫柔氣息的傳統工藝造就了瓦洛麗在蔚藍海岸的特殊地位。

比歐玻璃

坐落在安堤貝東部的比歐Biot，它完美保持了源自歷史和手工創作的生活品質和傳統特色。1956年創立的比歐玻璃廠La Verrerie de Biot，不僅重拾吹玻璃的傳統工藝，也讓法國玻璃藝術重獲新生。



▽ photo Claude Germain



▽ 曹詠蘭

摩納哥瓷器

1927年即創立的知名品牌，是摩納哥Monaco當地所設計的瓷器，各系列的作品都典雅高貴、獨具特色。www.mdpm.com

拜訪蔚藍海岸心靈手巧的藝術家和工藝師
相關資訊請上網查詢：
www.frenchriviera-tourism.com

風味美食 Gastronomie

只有在蔚藍海岸
不論是傳統市集還是巷弄小酒館
才能品嚐道地尼斯菜的美味料理
再搭配粉紅酒或白酒
就是一場超完美的美食饗宴了



尼斯菜 Cuisine Nissarde

在法國，尼斯是少數幾個能以市名給菜系冠名的城市。在市內只要看到貼有尼斯菜(Cuisine Nissarde)標誌的傳統餐館，便可以品嚐到正宗而且道地口味的尼斯風味菜肴。例如尼斯沙拉、尼斯洋蔥塔、尼斯風味蕃茄汁燉牛(羊)肚(tripes à la niçoise, à la sauce tomate)等。
相關資訊請查詢：www.cotedazur-en-fetes.com



▽ 曹詠蘭

糖漬水果 Fruits Confits

外表看來晶瑩剔透，吃起來甜而不膩，是一種非常耗時的手工甜點。其中最受歡迎的是金黃透明的小柑橘Clémentine。

索卡 Socca

尼斯著名小吃，像是披薩的一種鹹餅，用鷹嘴豆粉、水及橄欖油為原料，再以木

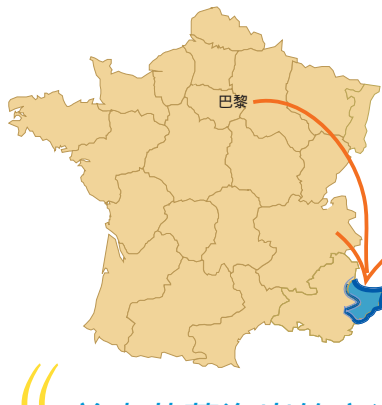
▽ 曹詠蘭



蔚藍海岸 *Riviera Côte d'Azur*

CÔTE D'AZUR
COMITÉ RÉGIONAL DU **TOURISME**
RIVIERA CÔTE D'AZUR

蔚藍海岸觀光局
Comité Régional du Tourisme Riviera Côte d'Azur
400, Promenade des Anglais, BP3126
06203 Nice Cedex 3, France
電話：+33 (0)4 93 37 78 78 傳真：+33 (0)4 93 86 01 06
網址：www.frenchriviera-tourism.com(一般休閒旅遊)
www.frenchriviera-cb.com(商務旅遊)



前來蔚藍海岸的交通

法國航空(Air France)飛航到巴黎後，接駁國內班機到尼斯。長榮、國泰、泰國航空等航班到巴黎戴高樂機場後，可直接轉乘TGV。巴黎里昂車站(Paris Gare de Lyon)有TGV前往尼斯和坎城。從尼斯機場出發除了有藍線巴士(Ligne d'Azur)前往尼斯火車站，也有到其它各主要城市市中心的接駁巴士。蔚藍海岸跨市和跨村的巴士網路相當發達，凡持“Ticket Azur”就能以每趟1歐元的價格探索蔚藍海岸。網址：www.symitam.fr

法國國鐵券 - 搭火車遊法國的最佳選擇

持法國國鐵券在有效期限內在同一天內可不限次數、不限目的地搭乘法國鐵路公司的各種列車，並得以優惠折扣搭乘多種高速火車如TGV、Eurostar等，讓您的行程規劃更有彈性，也可省下排隊購買單程車票的時間或避免語言不通的困擾。法國國鐵券，不含訂位、臥舖與餐飲等費用，購買或詳細資訊請洽國內代理旅行社。

查詢火車時間或其它相關資訊請上網：
www.raileurope.fr 或 www.sncf.com

主要節慶活動

1月份的坎城購物節 Cannes Shopping Festival

www.canneshoppingfestival.com

每年2月下旬舉辦的3大冬季節慶

尼斯嘉年華Carnaval de Nice

www.nicecarnaval.com

檸檬檸檬節 Fête du Citron

www.feteducitron.com

蒙德琉拉納普勒(Mandelieu-

La Napoule)的合歡花節 Fête

du Mimosa-www.ot-mandelieu.fr

5月份的重要節慶

坎城影展 Festival International du Film-www.festival-cannes.fr

葛拉斯國際玫瑰展 Expo Roses-www.grasse.fr

摩納哥一級方程式賽車 Grand Prix de Formule 1

www.grand-prix-monaco.com

7月下旬的重要活動

尼斯爵士音樂節 Nice Jazz Festival-www.nicejazzfestival.fr

安堤貝朱安雷班爵士音樂節 Festival de Jazz à Juan

www.antibesjuanlespins.com



蔚藍海岸4天3夜行程建議

第1天：尼斯 艾茨

早上先前往傳統市場(週一是古董市集)，體驗當地人的生活。在英國人散步大道上感受悠閒，隨後登上城堡丘陵，觀賞天使灣美麗全景。下午前往Cimiez區，參觀馬諦斯和夏卡爾博物館或考古遺址及美麗年代的豪宅。



第2天：艾茨 檸檬 摩納哥

上午前往艾茨，探訪中世紀山城，下午前往盛產柑橘的藝術城鎮—檸檬，遊逛充滿異國風情的花園；續往摩納哥參觀親王宮，接著可至精品街購物或參觀海洋博物館，夜晚體驗高級賭場的奢華，夜宿蒙地卡羅。

第3天：安堤貝 朱安雷班 坎城

上午前往安堤貝參觀畢加索博物館，環遊安堤貝海角，再漫步至舊城區，遊覽特色小巷。下午前往坎城，在精品林立的十字大道及安堤貝路盡情購物，從舊城高處平台遠眺坎城海灣全景，夜宿坎城。

第4天：聖保羅德芳斯 葛拉斯

上午前往聖保羅德芳斯，體驗藝術村的魅力，再前往梅格基金會現代美術館，下午前往葛拉斯香水工廠，訂製屬於自己的香水，並參觀花宮娜美術館，夜宿葛拉斯。



蔚藍海岸的賽馬場 Hippodrome de la Côte d'Azur

這座蔚藍海岸的賽馬場坐落於尼斯於坎城之間的卡涅須梅(Cagnes-Sur-Mer)，地理位置優越，不論開車或是乘坐火車都能抵達。

賽馬場面向地中海，矚目望

去盡是一片青翠與地中海仙境般的景致。賽馬場裡設有一家可欣賞地中海景觀的餐廳，全年開放。

冬季賽馬活動Meeting Hiver主要於12月中旬至3月中旬舉辦，夏季賽馬活動Meeting Été則於7月至8月間進行。

更多資訊請查詢賽馬場網址：

www.hippodrome-cotedazur.com



封面圖片版權，上方小圖由左而右：第一排：© Palais des Festivals et des Congrès de Cannes / Valérie Vincent, © CRT Riviera / Pierre Behar, Balloide photo, © CRT Riviera / Georges Veran, © Palais des Festivals de Cannes, © CRT Riviera / Anaïs Brochiero (尼斯嘉年華)；第二排：© CPR, © CRT Riviera / Edith Andreotta, © CRT Riviera / Pierre Behar, Balloide photo, © 曹越蘭；第三排：© CRT Riviera / Georges Veran, © SBM；下方2大圖由左而右：© CRT Riviera / Georges Veran, © CRT Riviera / Cindy Joigny



法國旅遊發展署



台北辦事處 台北市復興北路167號13F
電話：(886 2) 2714-8987
網址：<http://tw.franceguide.com>

香港辦事處 香港德輔道中199號維德廣場18樓
電話：(852) 2815-5877
網址：<http://hk.franceguide.com>