

電子報（四） | 聖加侖本地、近郊與出國

以聖加侖（St. Gallen）為樞紐，彙整可於交換期間安排的一日或週末短程路線，兼顧歷史與文化體驗、交通可行性與學生預算。文末附常用城市卡與票務資源。

1) 聖加侖本地：聖加侖修道院（Stiftsbezirk & Abbey Library）

為何必看：聖加侖修道院區連同修道院圖書館為聯合國教科文組織世界遺產，圖書館收藏中世紀手稿與珍稀羊皮紙建築平面圖，巴洛克大廳展現知識與藝術的疊合。

- 圖書館常設開放，臨時休館或導覽時段以官網公告為準。

官方網站：<https://www.stiftsbezirk.ch/en/stiftsbibliothek>

- 以「知識生產與城市空間」為題，觀察修道院區如何在當代延續抄寫—教化—城市治理的功能。

2) 附近（瑞士境內）

交通原則：SBB 自聖加侖直達 / 換乘多城；以 SBB App / 網站查詢與購票為主。

Zurich | 蘇黎世（~55–75 分、直達多班）

- 藝術館、湖畔步道與「Zürich Card」串聯交通與博物館折扣，適合當天往返的文化日。

Luzern | 琉森（~2 小時 15–30 分；或搭 Voralpen-Express 約 2 小時 30 分）

- 卡貝爾橋、湖山城市景觀，附近可銜接 Pilatus 纜車。

Basel | 巴塞爾（~2–2.5 小時）

- 博物館密度高；過夜旅客可領 BaselCard 享市內公車電車免費與多項 5 折優惠。

Bern | 伯恩（~2 小時）

- 聯邦之都，老城為世界遺產；建議以議會廣場—鐘樓—熊公園—玫瑰園為步行主線。

Interlaken | 因特拉肯（~3 小時）

- 伯恩高地門戶；時間有限可選湖畔與老城慢行。

Grindelwald | 格林德瓦（~4–4.5 小時，經 Interlaken Ost）

- 首推 First Cliff Walk 與 Bachalpsee 健行，視天候調整。

Lausanne | 洛桑 (~3.5–4 小時)

- 奧林匹克之都；過夜旅客可領 Lausanne Transport Card 享市區與近郊大眾運輸免費。

Chur / Churwalden | 庫爾 / 庫爾瓦爾登 (~1 小時 25–35 分)

- 瑞士最古老城市之一；Pradaschier 冒險山有 3 公里、31 彎的四季雪橇道。

3) 出國 (鄰國城市，皆可當天或週末往返)

Konstanz (德) 康斯坦茲 (~35–70 分)

- 湖濱城，老城與港灣 Imperia 雕像步行可達；適合超市補給與湖畔散步。

Tirano (義) 蒂拉諾 (經 Chur / St. Moritz, 單程 ~5 小時 +)

- 重點是 Bernina Express 觀景線 (需事先劃位)，可安排週末『去義大利吃午餐』再回程。

Milano (義) 米蘭 (~4 小時 10–45 分)

- 多為蘇黎世或 Arth-Goldau 轉車；博物館、設計與布雷拉美術館集中。

München (德) 慕尼黑 (~2.5–4 小時)

- 啤酒花園、王宮與藝術區；日歸可行，週末更從容。

Salzburg (奧) 薩爾茲堡 (~4.5–5.5 小時)

- 莫札特、要塞與老城；抓整天或輕宿一晚。

我的行程：

- St. Gallen → Chur / Churwalden → (Bernina Express) → Tirano → Milano
- St. Gallen → München → Stuttgart → Frankfurt → Köln → Amsterdam → Den Haag → Utrecht → Paris
- St. Gallen → Konstanz
- 跨境移動需要攜帶護照 / 居留證，以備抽查。

參考時程速覽 (自聖加侖出發，單程常見區間)

城市	單程時間
蘇黎世	55–75 分

琉森	2 小時 15–30 分
巴塞爾	2–2.5 小時
伯恩	約 2 小時
因特拉肯	約 3 小時
格林德瓦	4–4.5 小時
洛桑	3.5–4 小時
庫爾	1 小時 25–35 分
康斯坦茲 (德)	35–70 分
米蘭 (義)	4 小時 10–45 分
慕尼黑 (德)	2.5–4 小時
薩爾茲堡 (奧)	4.5–5.5 小時