

# Alps & Dolomites

锦囊 · 出发前必读

|      |     |       |           |
|------|-----|-------|-----------|
| 16 天 | 4 国 | 10 酒店 | ~1,800 km |
|------|-----|-------|-----------|

§ I BOOKINGS

预订清单

§ II MONEY

钱与防骗

**Seceda 缆车**  
Seceda 缆车 时段票 — 8/16 当天订 Critical 2026 起强制预约时段 · 2 成人 + 1 Junior (佳余 14 岁) · 选 10:00 档 (10:00-10:30 内有效, 过期作废) · €74+€74+€37, 提前 7 天 -5% = €176 为什么等到 8/16: 折扣只要提前 7 天 (8/17 截止), 而 8/16 时 8/24 才进入 7 天天气预报范围。现在订 = 用 €9.25 折扣赔 €176 的白雾风险。订前先看 8/24 Ortisei 天气, 云顶就改 D12/D13。Dolomiti Super Summer 卡 不被接受 · 退改政策官网未公布, 已问 ticket@seceda.it · 订票页

**Braies — 无需预约**  
Braies — 无需预约 (已住谷内) 限行是 09:00-16:00 (不是 9:30) · 停车场是 P4 (不是 P3/P2) · 收信用卡 (官网只写 No bancomat / No Amex) D9 已改住 Braies 谷内 Asterbel, 07:15 出发 07:40 到湖, 整套限行与你无关。只有在 09:00-16:00 进谷才需要 DAY-STAY €40 (含 €16 餐券, 到达前 3 天免费取消) · pragsparking.com

**拜仁揭幕战门票 (可选)**  
拜仁揭幕战门票 (可选) D15 8/28 20:30 拜仁 vs 斯图加特 · Combo Tour 已放弃 (比赛日 tour 停运) · 揭幕战票极难, 抢到再规划晚上 · fcbayern.com

**Alpe di Siusi — 坐 Ortisei 缆车, 不要开车**  
Alpe di Siusi — 坐 Ortisei 缆车, 不要开车 上山公路 09:00-17:00 禁私家车。"住客有通行许可"仅限住在高原上的酒店, 你住 Ortisei 不适用。走 Mont Sëuc 缆车 (Ortisei 直达高原, 约 08:30-17:00), 绕开整套限制。如果硬要开: P2 Compatsch €30/天 (现金或卡) · P1 Spitzbühl €15/天 (只收现金) · 好天气常在 09:00 前就满位封路 · seiseralm.it

**奥地利 Vignette**  
奥地利 Vignette 10天 €9.90 asfinag.at

**斯洛文尼亚 Vignette**  
斯洛文尼亚 Vignette 7天 €15 dfrst.si

**欧洲实体流量卡**  
欧洲实体流量卡 × 2-3 张 eSIM 作废 三部国行 iPhone (14 Pro Max / 13 Pro / 11 Pro) 走双物理 nano-SIM, 硬件无 eSIM, Airalo 装不上。卡槽 1 = 原中国号 (通话短信开、数据漫游必须关, 用于收银行 OTP / Booking / Sixt 短信); 卡槽 2 = 欧洲卡设为默认数据。11 Pro 不做热点 ——2019 机型, 跑一天 GPS 中午就没电。112 在四国通用, 无卡也能拨。

**驾照公证翻译 + 海牙认证**  
驾照公证翻译 + 海牙认证 (德/英/意三语) 已办妥 中国不签发 IDP ——中国不是 1949/1968 道路交通公约缔约国, 市面上卖的"国际驾照翻译认证件"不是 IDP。中国 2023-11-07 起加入海牙取消认证公约, 德奥意斯全是缔约国, 公证翻译 + 附加证明书在四国均可被接受。崔泽作为第二驾驶员需要同样一套文件。

**现金**  
◦ CASH · 现金 (金额待定) Braies P4 收信用卡 (官网只写 No bancomat / No Amex) ——原来写"停车机只收现金"是错的。真正只收现金的是: Alpe di Siusi P1 Spitzbühl €15、Val di Funes 教堂 (€4×2)、山上 rifugio、部分小镇停车机。金额等 Asterbel 回复付款方式后再定 ——若为到店付现, €702 会吃掉全部预算。除酒店外日常现金 €300-400 足够。

**Cards · 卡优先级**  
· 主 招行经典白 Visa (CNY 结算) 日常 · 机票与任何改签必须用它  
· 备 Citi SG PremierMiles Mastercard 主卡被风控时接管 · Sixt 押金  
· 禁 银联 德奥意受理率低, 不能当主力

两张卡分开放 (不同的包) ——放同一个钱夹 = 冗余为零。招行经典白的旅行不便险只保用该卡支付的行程: 8/29 若需改签或另购机票, 务必仍用它付。Sixt 押金用备卡 ——押金占用额度, 还车后释放需 1-2 周。加油: 自助机对境外卡预授权常失败, 进店人工付。汽油 Benzin / Senza piombo 95, 不是柴油。

**DCC · Booking**  
! 三个骗局 DCC 动态货币换算 — 刷卡选 CNY 隐含成本 3-8%, 永远选欧元。酒店前台、加油站、高速收费机都会问, 崔泽也要知道。出租车不跳表 — 先问价 或用 Bolt / FreeNow。Booking 假付款请求 — 攻击者拿下酒店后台账号后, 通过 官方消息系统 发"预授权失败请重填卡号/改用银行转账"。因来自真实订单极难识别。两笔住宿均已预授权, 正常流程不应再有任何付款动作; 任何要求转账/重填卡号/点链接验证的消息一律默认诈骗, 核实时 不点邮件链接, 开 Booking App 看订单页。

§ III FLIGHTS

出发 / 返程

**D1 · 8/13-14 · CA827**  
CA827 凌晨 02:10 起飞, 08:00 落地慕尼黑 T2。取车、入住、午睡——第一天的关键词是克制。不赶景点、不远行。身体需要一个完整的欧洲昼夜来交接时区。  
08:00 · MUC T2 落地 (CA827 中国国航 A350)

**D16 · 8/29 · LH726 22:20**  
16 天, 4 国家, 约 1,800 公里。一家人一起走完, 就够了。安联球场昨晚已经看过, 今天只剩收拢: 退房、把 M340 还回 MUC P6 (取车 MWZ 同一栋), 22:20 起飞。故事已经装进了记忆里。  
22:20 · LH726 起飞 · 11h30m

# Road Book 驾驶盲区

§ IV DRIVING HAZARDS

8 个坑

§ V THEFT RISK

按日风险等级

- D4 德奥边境 流动警察 — 护照放手边
- D6 + D9 Karawanken 隧道 — Vignette 外 独立收费，备现金/卡。免费替代 Wurzenpass 坡度近 18%，满载家庭车别走
- D7 Bled 老城 步行区 — 用住宿方提供的 停车入口 GPS，不是酒店地址
- D8 到 Goreljek — 林区山路，日落前到 会车困难
- D9 长驾 250km / 3h45 — Bohinj → 过境奥地利 不停 → Lienz → Prags。终点已在意大利，不再过 Winnebach
- D10 Val di Funes 观景台已设路障 — 非住村内者车辆禁入，须停村里主停车场 步行 20-30 分钟，往返多留 40-60 分钟
- D13 40+ 发夹弯 — 车速 <50。Passo Sella 正常开放（"周三封闭"是 2017 年旧闻，2026 不适用）
- D14 Brenner 过境 — Ortisei→因斯布鲁克→慕尼黑 245km/3h，奥地利 Vignette 必备，货车多别赶
- D14 周四下午 A8 — 进慕尼黑方向易堵，宁可早出发

D9 · 250km / 3h45  
Bohinj→Bled→Karawanken 隧道→Villach（加油，不停留）→B100 德拉瓦河谷→Lienz→Sillian→Toblach→Prags。约 250km / 3h45。

D14 · Brenner  
SS242→A22 Brennero→Brenner 边境→A13→因斯布鲁克→A12→Kufstein→A93→A8→慕尼黑。约 245km / 3h。可在因斯布鲁克老城短停午餐。

仅按 DAYS 对停车、行李与监控的明确告警分级；“未见专项告警”不等于零风险。

| 日       | 级 | DAYS 依据                             |
|---------|---|-------------------------------------|
| D1–D6   | 低 | 未见 DAYS 停车/行李盗窃专项告警                 |
| D7      | 中 | Bled 老城步行区 — 用住宿方提供的停车入口 GPS，不是酒店地址 |
| D8–D10  | 低 | 线路属欧洲犯罪率最低一档；相机永不留车内                |
| D11     | 中 | 别把满载行李和相机的车停在公共车库一整天                |
| D12     | 低 | 从 Ortisei 镇中心直接坐缆车上山，不用开车           |
| D13     | 高 | 所有行李留房间，车上完全清空，四山口观景台无监控            |
| D14–D16 | 中 | 市区短停；相机永远不留车内                       |

§ VI RETURN RUN

D16 机场倒计时

|                                            |
|--------------------------------------------|
| 18:20 · 出发去 MUC（关键时间）                      |
| 18:40 · Aral A92 Hallbergmoos 加满油（机场前最后一个） |
| 18:55 · MUC Parkhaus P6 还车 + 360° 视频留证     |
| 19:30 · Lufthansa 值机（T2 H 区柜台）             |
| 20:30 · 安检 + 出境                            |
| 21:50 · 登机口关闭（必须已到）                        |
| 22:20 · LH726 起飞 · 11h30m                  |

§ VII EMERGENCY

四国通用

112 Police · Ambulance · Fire · Rescue  
全欧通用 · 4 国有效 · 会自动转接当地

- 德国 · Munich/Berlin 089-23393920
- 奥地利 · Vienna 0664-1264655
- 意大利 · Rome 06-44231101
- 斯洛文尼亚 · Ljubljana 01-420-4150

# Ten Beds 住宿清单

§ VIII HOTELS 01-05

前半程

§ IX HOTELS 06-10

后半程

|      |                                                                                                                                           |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D1-3 | Holiday Inn Munich City Centre<br>Hochstrasse 3, 81669 Munich · #67840466<br>IN 15:00 · OUT 11:00<br>8/14 18:00 — Holiday Inn Munich D1-3 |
| D4   | Garconete<br>Haunspergstraße 30, 5020 Salzburg<br>IN 15:00-23:00 · OUT 07:00-11:00<br>8/17 18:00 — Garconete D4                           |
| D5   | Pension zur Wacht<br>Schöffaustraße 2, 5350 Strobl<br>IN 14:00-17:00 · OUT 10:00<br>8/3 23:59 — Pension zur Wacht D5                      |
| D6   | Vila Selena<br>Dvořakova ulica 9, 1000 Ljubljana<br>IN 15:00 · OUT 10:00<br>8/16 23:59 — Vila Selena D6                                   |
| D7   | Jazz Bled Guest House<br>Prešernova cesta 35, 4260 Bled<br>IN 15:00 · OUT 10:00<br>8/17 23:59 — Jazz Bled D7                              |

|        |                                                                                                                                                                                                           |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D8     | 伯祖卡耶尔卡酒店<br>Goreljek 93, 4247<br>IN 14:00-19:00 · OUT 06:00-10:00<br>8/15 23:59 — 伯祖卡耶尔卡 D8                                                                                                               |
| D9     | Hotel Asterbel<br>Außerprags 88, 39030 Braies (BZ), Italy<br>IN 14:00-22:00 · OUT 08:00-10:00<br>8/8 — Hotel Asterbel, Braies D9 已替换 voco Villach (已免费退订) · 8/6 前不付款 · Booking 预授权                        |
| D10    | 萨肯可雷梅酒店<br>Via Sacco 1, Grasstein, 39045 Fortezza<br>IN 15:00-23:00 · OUT 07:30-10:30<br>8/15 23:59 — 萨肯可雷梅 D10                                                                                           |
| D11-13 | Gran Tubla Apartments<br>Ortisei, Val Gardena<br>IN 15:00 · OUT 10:00                                                                                                                                     |
| D14-15 | Holiday Inn Express Munich City West<br>Friedenheimer Brücke 15, 80639 München<br>IN 15:00 · OUT 11:00<br>HIE Munich City West D14-15 · 积分 8/27-8/29 两晚 · 已替换 Lifesteil(Umhausen, 已退) + 旧 HIE · 取消截止以订单为准 |

§ X HOTEL QUIRKS

住宿暗雷

§ XI CHECK-OUT

退房物品检查

- Garconete (D4) — 无 WiFi · Booking 预授权（银行转账已作废） · 停车 €15/天需预约
- Hotel Asterbel (D9) — Außerprags 88, Braies · 半膳含晚餐（傍晚不用出门） · 室内泳池 + 4 种桑拿 · 45m² Suite, 佳余有 独立卧室 · check-in 14:00-22:00 · 待确认 15:00 到店是否受 Pragser Tal 09:00-16:00 限行影响
- 伯祖卡耶尔卡 (D8) — 无晚餐 · 下午在 Ribčev Laz 买外卖带回去
- Gran Tubla (D11-11) — 有厨房 · Despar 5 分钟 · 自己做 = 街上 1/3 价
- HI Munich(D1-3) / HIE City West(D14-15) (积分房 ×2) — 入住时间早餐 voucher。voco Villach + Lifesteil 已退订，积分房 2 家

- 行李箱今天整理好，明天只剩退房 + 还车 + 机场
- 回酒店区休息 / 行李最后检查 · 移动电源手提
- 还车 MUC Parkhaus P6（取车 MWZ 同一栋） + 360° 视频留证
- Aral A92 Hallbergmoos 加满油——机场前最后一个
- VAT 退税在 T2 安检前 Global Blue 柜台，购物发票 + 未拆封商品
- 移动电源 20000mAh × 2 必须手提，不能托运

# Insurance & Rescue

112

四国通用

安盛境外救援  
+86-28-95550 转 6

§ XII MOUNTAIN RESCUE

先授权

Soccorso Alpino  
! 山地救援 · Soccorso Alpino 意大利南蒂罗尔与斯洛文尼亚 Triglav 的山地救援 收费，直升机按分钟计，一次可达 €3,000-10,000。先打安盛救援电话取得授权，再让救援队出动——自行叫机、事后凭发票报销是这类条款最常见的拒赔理由。人命优先于流程，但能打电话时必须打。安盛境外救援 +86-28-95550 转 6（境内 95550 转 6）· 欧洲通用急救 112

§ XIII POLICY

安盛「智行天下」至尊款

- 保单号 24010000889260002713（20 位）· 2026-08-14 00:00 → 08-30 23:59:59 北京时间
- 医疗 ¥100 万/人 · 医疗运送与送返 ¥100 万/人 · 旅行证件遗失 ¥1.5 万 · 个人责任 ¥100 万
- 行李及随身财产 ¥10,000 总额 / ¥1,500 单件；随车行李 ¥4,500 / ¥1,500 单件 → 相机永远不留车内
- 佳余身故保额实际上限 ¥50 万，不是 ¥200 万：公共交通意外与自驾车意外身故均标注「不适用于未成年人」；且保监发〔2015〕90 号规定 10-18 周岁身故给付全市场合计 ≤ ¥50 万。医疗与残疾不受影响
- 未解决：高山徒步是否属承保的“热门娱乐活动”、海拔有无上限——责任免除在条款文件里，保单凭证上没有

§ XIV HARD LIMITS

零余量

- 不要买器材险  
不要买器材险 大疆绑缚大疆自家产品序列号，不承保 Sony A7M4；车内失窃是相机的主要损失模式，而各类器材险普遍对此除外；你的线路（Bled / Bohinj / Val Pusteria / Val Gardena / Ötztal）属欧洲犯罪率最低一档。改行为防御：相机永不留车内。
- 8/29 签证零余量  
8/29 签证零余量 签证 8/14-8/30，停留期 16 天正好用满（含头含尾）。任何滞留即 overstay 并进入申根系统。保单有「不可抗力保障期间延长 最长 10 天」，但特别约定 8 把 strike 列入除外——汉莎罢工导致的滞留大概率不适用。航班一出事，第一件事不是改签，是去机场警局拿书面记录。改签务必仍用招行经典白支付。
- 无人机  
Fanes-Sennes-Braies（D10 Braies）与 Puez-Odle（D11 Seceda / D10 Val di Funes）均为自然公园，无 ENAC + 公园许可飞行违法，罚款可达 €3,000+

§ XV PACKING

关键物品

- 防水徒步鞋（Vintgar 栈道湿、Braies 码头潮）
- 帽子 + 高倍防晒（Alpe di Siusi 紫外线强）
- 保温杯（山间泉水可直接喝）