

歡迎到 蒙大拿州 MONTANA

蒙大拿州是一個遺落在人間的天堂角落，在這裡您可以放慢腳步，細細品味大自然的壯麗。在超過 3,800 萬公頃的土地上，只居住著 100 萬居民，蒙大拿州沒有其他城市的喧囂和擁擠的人群，取而代之的是秀麗的風景和野生動物，這裡是美國最偉大的寶藏。蒙大拿州擁有兩座國家公園，24 座山脈以及數百萬公頃的保護區，值得您去探索。這是一個可以讓遊客在白天欣賞壯麗的自然環境地方，也是一個可以在夜晚享受熱情小鎮的國度。

蒙大拿以適合釣魚的河流，高山及開闊的大自然而聞名外，還有令人興奮的西部開拓歷史，混合著文化及表演藝術的傳統，是被蒙大拿壯麗的景色及當地居民所啟發的。

冰河國家公園高聳入雲的山峰，以及黃石國家公園地熱的特點，吸引了來自世界各地的遊客。但蒙大拿州還有一些不為人熟悉的天然美景是給那些不循著步道行走的探險客最好的獎賞。在蒙大拿州旅遊將帶給您畢生難忘的旅行經驗。



Eastern Montana (Lynn Donaldson)



Middle Fork of the Flathead River (Donnie Sexton)

大多數的蒙大拿居民住在被優美景色所包圍的小鎮，吸引了來自各地的藝術家、作家、音樂家和冒險家在這裡建立他們的家園。稀疏分散的農業小城藉由公路將彼此相連，每個城鎮都有他們獨特吸引人的地方。在這裡的生活步調緩慢，但傳統的牛仔競技和慶典活動卻是非常熱鬧。

無論您拜訪的是四萬人的城市或是四百人的小鎮，都能品嚐到美味的食物，以及體驗到熱情的居民是如何熱切地想和你分享生活中的美好事物，不論是教您釣魚的技巧、窺探古老洞穴、滑雪經驗、或是分享哪一家的牛排最多汁等。

蒙大拿州是如此特別，無論是在景觀還是在當地的文化，讓您會願意臨時改變您的行程，以便更融入當地生活。每個地區都擁有不同的風景、迷人的歷史和娛樂，以及自己的特色。

請由不同季節來認識蒙大拿州。在夏季，慶典、健行、背包客和水上活動等，只是您可以嘗試的一小部分。在秋天，有亮黃色的白楊樹、飛蠅釣魚、健行、駕車欣賞風景可以體驗。在冬季，滑雪場、越野滑雪道，冰凍的湖泊，雪上摩托車、溜冰等雪上活動，都是您不可錯過的。當春天來臨，可從事泛舟、釣魚等活動。另外，歷史悠久的飯店、博物館、舒適的咖啡館和溫泉都是可以配合您戶外探險的好選擇！

身為美國第四大州，蒙大拿州廣大的土地提供旅客多樣化的探險。我們將蒙大拿分成六個區域，方便旅客更容易的認識她。



蒙大拿小檔案

- + 面積: 38,108,600公頃 (美國第四大州)
- + 於1889年11月8日成為第41個州
- + 人口: 998,199
- + 名稱由來: 拉丁文“montaanus”，多山之意
- + 州鳥: 西部草地鸚 Western Meadowlark
- + 州花: 比特魯特 Bitterroot
- + 州樹: 黃松 Ponderosa Pine
- + 國家公園: 兩座 (黃石及冰河國家公園)
- + 蒙大拿州有世界上最短的河流，位於大瀑布市的羅伊河 (Roe River)
- + 蒙大拿州的最高處是位於在Beartooth Range的Granite Peak，高3,901米。
- + 紅石湖國家野生動物保護區(Red Rock Lakes National Wildlife Refuge) 發現北美最大的水禽—號角天鵝，平均11公斤，生命長達30年。
- + 蒙大拿州西南方接壤愛達荷州，南方連接懷俄明州，東邊緊鄰北達科他州以及東南方比鄰南達科他州，整個北面則是加拿大的邊境。
- + 蒙大拿州有兩種州寶石，瑪瑙和藍寶石。
- + 想感受溫暖的冬天微風嗎? 天氣現象被稱為“欽諾克風 (Chinook)”，讓氣溫可以在數分鐘內提高到10C，並在一天裡就融化一呎深的積雪。在1972年1月15日，在Loma曾創下從-47C至9.4C的紀錄。
- + 大陸分水嶺沿著落磯山脈穿越蒙大拿州，美國境內大多數的河流都是從蒙大拿州流向各處的。

瀏覽更多訊息 visitmt.com/facts



Philipsburg (Donnie Sexton)

蒙大拿各區



Beargrass, Glacier National Park (Donnie Sexton)



Nevada City (Donnie Sexton)



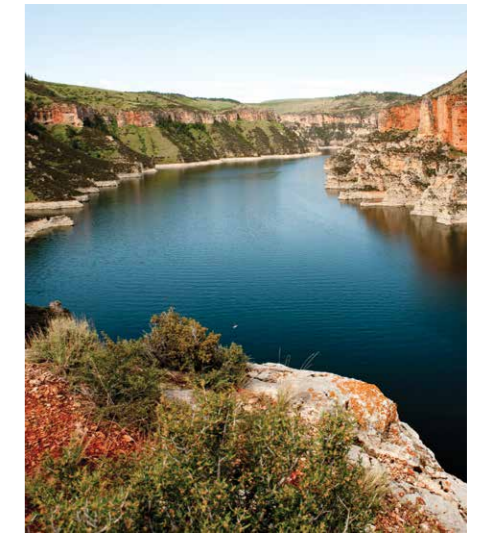
Missouri River (Donnie Sexton)



Gallatin National Forest (Donnie Sexton)

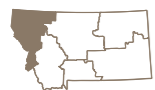


Sage grouse (Tony Byrum)



Bighorn Canyon (Donnie Sexton)

冰河區



冰河區擁有蒼翠繁茂的景色、美麗的湖泊、巍峨的大山以及豐富的野生動物棲息地，包括美洲野牛和熊。冰河國家公園美到無法言語的風景被 Seeley-Swan 區、Bitterroot Valley 和 National Bison Range 所包圍。

平頭湖 (Flathead Valley) 是美國西部最大的天然淡水湖泊。您可以走訪許多沿岸的州立公園，欣賞湖光山色。也可以帶著你的球桿在這裡享受揮杆樂趣，在45分鐘車程的距離，共有9個公開賽的高爾夫球場。在一個充滿樂趣的一天後，您可以在附近的 Kalispell 放鬆一下。

在 Missoula，您可以乘坐手工雕刻的旋轉木馬，走訪農夫市場或享受美食餐館。在 Bigfork，您會發現各種美味佳餚、藝術畫廊和高爾夫球場。無論您是徒步或騎單車，吃壽司或是野牛，喜歡當地的啤酒或葡萄酒，冰河區都是您不可錯過的地方之一。

瀏覽更多訊息
www.glaciermt.com

蒙大拿西南區

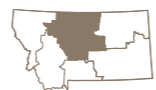


當您走在鬼鎮的街上挖掘藍寶石，或探索舊蒙大拿州監獄，您會發現歷史在此區無所不在。有可能是在華麗的 Helena 豪宅，或是在有“世界上最富有的山區”之稱的傳奇淘金城鎮 Butte，抑或是在路易斯與克拉克石灰岩洞 (Lewis & Clark Caverns)。

您可以藉由在大號角古戰場 (Big Hole National Battlefield) 健行，或漫步在保留淘金時期基地的 Bannack 來緬懷歷史。絕對不能錯過 Virginia City，她就像是一個活的博物館，展現1860年代的淘金熱。到曾經是蒙大拿州最大的畜牧帝國的 Grant-Kohrs Ranch National Historic Site 牧場參觀，或是在附近許多溫泉中挑選一個，放鬆一下都是不錯的選擇。

瀏覽更多訊息
www.southwestmt.com

蒙大拿中央區



中央區是有生動的景色和對比的景觀，高山和平原在此交會。在大瀑布市 (Great Falls) 看到著名牛仔藝術家查理羅素 Charles M. Russell 的著名繪畫活了過來。您也可以計劃拜訪位於密蘇里河沿岸和巨泉州立公園的旁邊的路易斯與克拉克詮釋中心 (Lewis and Clark National Historic Trail Interpretive Center)。

蒙大拿州的 Fort Benton 是一個歷史悠久的小鎮，在那裡您可以沿汽船堤岸步行，走訪曾經被稱為“西部最血腥的街區”，這裡也是保存傳統的舊區，目前有考古學的研究與重建。在 Havre 市可以嘗試有趣的地下通道之旅。

或是擺脫這一切，乘坐獨木舟在密蘇里河來個數天的旅程。

瀏覽更多訊息
www.centralmontana.com

黃石區



黃石區擁有美國第一座國家公園，這裡有三個前往黃石國家公園的入口。北口 Gardiner，也是原始的公園入口羅斯福拱門的位置，全年開放；東北 Cooke City，連接全美國最美麗的公路——“熊牙公路 (Beartooth Highway)”；西口 West Yellowstone，是棕熊與狼保育中心 (Grizzly and Wolf Discovery Center) 的所在地。

當您離開黃石公園後，可以前往 Bozeman、Livingston、Big Timber 和 Red Lodge 等城鎮。歷史愛好者可以在這些地方追隨路易斯和克拉克，有許多博物館值得您駐足或探索，還有豐富的美洲原住民的歷史。

想體驗豪華的山間木屋和森林服務小屋、牧場、日間水療中心、世界級的滑雪設施、激流泛舟、徒步旅行和騎自行車等，黃石區都能滿足想探索的您。

瀏覽更多訊息
www.visityellowstonecountry.com

密蘇里河區



密蘇里河區域保留了全美國本土最廣大的原始景觀。有著北美大鹿、野鹿和叉角羚羊放牧的草原，甚至延伸到許多超出該地區的野生動物保護區。在看似無盡的原野，可以發現許多罕見鳥類的蹤跡。

小鎮居民的熱情也反應在他們努力保護的歷史上，鎮上大多都有當地的博物館和每年一度的當地特色慶典。您可以留在1930年代的 Fort Peck 旅館，並且觀賞 Fort Peck 劇院夏季的現場演出。花點時間停留在 Fort Peck 博物館及其解說中心、眾多的恐龍足跡，或開車跨越世界最大的液壓土填充水壩之一的 Fort Peck 水壩。

在這適合所有狩獵及捕魚的地方，特別是在適合冰釣和暖釣的中心——Fort Peck，在大天空之下欣賞印地安慶典、牛仔競技表演、牛仔趕集、篷車之旅及牧場生活。從正宗的西式酒吧到恐龍化石，蒙大拿州的東北部仍然保留著野性和和平是永久不變的。

瀏覽更多訊息
www.missouririver.visitmt.com

蒙大拿東南區



蒙大拿州東南部是大型牧場和印第安人的保留區，您可以在這裡參與牛仔趕集、牛仔競技表演、野馬趕集和印第安慶典等。甚至在蒙大拿州最大的城市 Billings 的牛排館和酒吧內，還保存著自1902年的大獎盃。

小號角戰場 (The Little Bighorn Battlefield) 和象形文洞穴州立公園 (Pictograph Cave State Park) 也在 Billings 附近。Miles City 的野馬拍賣會和牧場騎士博物館都富有牛仔傳統。但是如果您想在蒙大拿州的東南部充分享受，建議可以騎單車、狩獵、釣鱒魚、騎馬、採瑪瑙及在 Makoshika 州立公園附近或 Custer National Forest 從事越野滑雪。另外還有烏鴉慶典、牛仔競技或選擇在一個度假牧場，也能創造出非常多美好的回憶。

在外型奇特的高原、被鼠尾草覆蓋的丘陵和岩石的景觀，600米高的大角峽谷裡，Pompeys 之柱及和 Medicine Rocks State Park 只是少數蒙大拿州在許多好萊塢西部電影中出現的場景的代表。

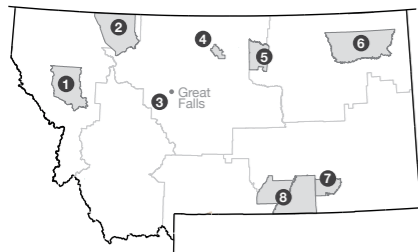
瀏覽更多訊息
www.southeastmontana.com

原住民部落

蒙大拿州從以前就被稱為“大天空”之州，印第安人知道，這個珍貴的“家”擁有美麗且富饒的豐富土地。在蒙大拿州有七個印第安人保留區，在那裡有成千上萬的故事等著被訴說，每一個深刻且感人經驗都充滿了驕傲、榮譽和傳統。印第安部落位於蒙大拿州各個地方，讓您在規劃旅程時都有機會拜訪它們。

訪問蒙大拿的印第安人部落，吸收歷史和文化寶藏，是一生一次千載難逢的經驗。親切的部落成員藉由印第安慶典 powwow 分享他們的獨特的文化，熱鬧且具有文化意義，同時也是各族展現其部落特色的好機會。您也有機會參觀收藏原住民藝術品的博物館，探索充滿活力的當代藝術畫廊，欣賞印第安人如何在今日仍保存他們的特有精神。

在蒙大拿州的原住民部落



1. Flathead Indian Reservation
2. Blackfeet Indian Reservation
3. Little Shell
4. Rocky Boy's Indian Reservation
5. Fort Belknap Indian Reservation
6. Fort Peck Indian Reservation
7. Northern Cheyenne Indian Reservation
8. Crow Indian Reservation



Crow Fair (Donnie Sexton)

要了解出生與成長於烏鴉印地安保留區的美國原住民藝術家Kevin Red Star, 及黑腳族部落成員的作家Darrell Kipp, 請瀏覽www.visitmt.com/Montana-stories 上的兩支影片。



Blackfeet Indian Reservation (Donnie Sexton)

在印第安慶典和慶祝活動中，您可以聽到在部落中世代所傳下來的歌曲。包括長者到小孩的美國原住民舞者，藉由他們的舞蹈和鼓聲中，讓您可以感受到他們的喜悅和驕傲。拜訪“小巨角戰役國家紀念館 (Little Bighorn Battlefield National Monument)”，在博物館和解說中心裡，有安排導覽的節目，讓您了解發生在1876年印第安遭遇卡士達第七騎兵隊戰役時的勝利。在步道旁邊的解說告示牌也敘述著這些故事。在Plenty Coups 酋長州立公園裡，您可以在由烏鴉族最後一任酋長所捐獻給公家的土地上，緬懷他追求和平和友誼的精神。

要了解更多關於在蒙大拿州的原住民部落活動和景點，請瀏覽網站 www.indiannations.visitmt.com

西部度假

在蒙大拿州仍存在著不朽的美國牛仔生活。當您握住韉繩，住在蒙大拿州度假農場裡，您可以放鬆一下，將您的緊張忙碌生活置於腦後，洗去一天的疲累。

大多數的牧場生活自18世紀後期就維持不變，牧場的員工還是騎在馬背上照顧他們的牲畜，牛仔們在同樣的大天空下伴隨著營火和未受汙染的土地上傳唱浪漫情歌，遊客也可以在工作牧場體驗牧場生活。



Bannack State Park (Donnie Sexton)

無論是在鄉村的工作牧場或在提供全面服務的度假牧場，您有許多機會可以跳上馬鞍體驗騎馬快感，不論您是新手或是擁有多次騎馬經驗的老手。藉由騎馬遊覽，您和您的馬兒很快可以成為熟悉的旅伴。欣賞眼前的高山和平原等壯觀美景，沿途您可能會遇到一些新朋友，或有機會近距離觀賞野生動物。無論您是在度假牧場或工作牧場，待您從馬鞍上下來，等著您的一定是一桌美味佳餚。

但騎馬只是體驗牛仔生活的方式之一。試想一下您可以從事更多的冒險活動，嘗試在河裡飛蠅釣魚或在山間野餐，您也有機會學習一門技能，像是如何追蹤動物或識別植物，又或者可能參加一場牛仔趕集。騎馬到曠野，您將有機會聽到麋鹿昂揚發出的聲音或圍繞著營火和同伴說著故事。

參加牧場假期最好的事情是，您什麼都不需要準備。全包式的假期，包括膳食，住宿和活動，讓您從早到晚無微不至的備受照顧。

瀏覽更多訊息www.visitmt.com/ranch



Top: Cabin (Donnie Sexton)
Bottom: Riding horseback (Donnie Sexton)



Little Bighorn Battlefield National Monument (R. Valentine Atkinson)
10 VISITMT.COM

歷史與文化

蒙大拿州的歷史開始於史前的恐龍時代，您可以在蒙大拿恐龍大道（Montana Dinosaur Trail）上尋找它們的蹤跡。蒙大拿州境內有許多恐龍博物館及中心，可以讓您參觀到在上世紀所發現的許多很重要的恐龍化石，包括仿製品和真的恐龍骨架。

在白人往西部拓荒前，印地安人擁有蒙大拿的土地已有一萬年之久，是屬於黑腳族（Blackfeet）、夏安族（Cheyenne）、阿西尼波族（Assiniboine）、格羅斯族（Gros Ventre）、平頭族（Flathead）以及阿薩洛亞族（Absarokas）。每一個印第安部落在歐洲人往西部拓荒前，已保有自己的故事和文化長達幾個世紀，這些蒙大拿州的部落歷史都被完整的紀錄及保存在博物館、歷史遺跡及紀念中心裡。

早在蒙大拿州成為美國領土一部分之前，路易士上尉及克拉克上尉，在探險時找到一個連接太平洋及大西洋的水路，兩位探險家走出了一條涵蓋許多未成開發的河流和路徑的探險路線，也創造出許多冒險的故事。您可以在博物館、解說中心、或親身參加獨木舟之旅，重現他們當時的路線。

當初卡士達將軍帶領他的軍隊，在蒙大拿州東部與印第安部落組成的聯盟，發生的慘烈戰役，這在蒙大拿州的歷史中是個血腥的章節。在小巨角戰役國家紀念館（Little Bighorn Battlefield National Monument）裡有著非常完善的設備及解說，是歷史愛好者所不能錯過的。

在1800年代時，移民者被毛皮、金、銅及開放的土地等財富所吸引，來到了這裡，他們成群結隊地從斯堪納維亞半島、德國、波蘭、南斯拉夫、法國、義大利、西班牙、愛爾蘭、英國和其他國家來到這裡，他們的歷史在蒙大拿州許多有民族特色的城鎮裡可以被追溯，這些城鎮包括有：Butte, Anaconda, Red Lodge, Glasgow, Wolf Point, Scobey 以及 Plentywood。



An Ri Ra Festival (Donnie Sexton)

蒙大拿州居民喜愛音樂家的音樂，而這些音樂家也喜愛蒙大拿州，全州境內在每年夏天有許多慶典活動，蒙大拿州的美麗風景提供了藝術家一個最棒的戶外舞台，搭配著美食、美酒、和舞蹈，是個難忘的體驗。視覺上的藝術享受是蒙大拿州另一個傲人的傳統。夏季裡許多城鎮都舉行藝術有關的活動和展覽，讓旅客們能一邊享受清新的空氣，一邊欣賞因蒙大拿州自然美景所激發的作品。

但是蒙大拿的文化並不侷限在音樂廳和博物館的建築物裡，蒙大拿州典型的牛仔競技表演是獨一無二的，伴隨著牛仔帽和牛仔靴，讓這些活動更加完整。在這裡有各式各樣的牛仔競技表演，讓在場上比賽的牛仔們和場邊加油的群眾們，一起隨著心跳的加速而賣力吶喊，豐富多彩的遊行和當地的節慶活動能讓您品嚐到具有特色的食物，享受當地的啤酒及欣賞有趣的道具服飾。

壯麗的風景能夠創造出有靈感的人，無論您是在畫廊裡、在節慶活動中、在印第安慶典上，或在遊行裡都能體驗蒙大拿州的文化，您也能有被啟發靈感的機會。

請上網查詢更多訊息 www.visitmt.com/culture

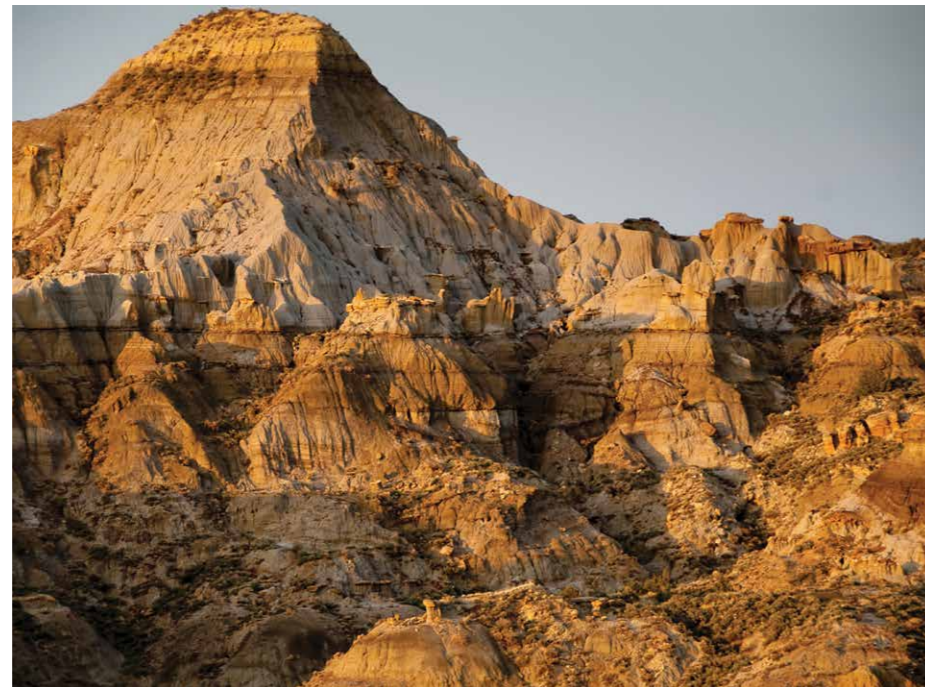


Top: Miles City Bucking Horse Sale (Donnie Sexton)
Bottom: Grand Victorian Ball in Virginia City (Donnie Sexton)

州立公園

您有嘗試新東西的衝動嗎？行駛在蒙大拿州的公路上，您有機會看到美麗的湖泊、地質奇觀、史前遺址、鬼鎮、考古寶藏、釣魚勝地等等。蒙大拿州擁有超過50個州立公園，每一座都有其獨特的魅力，等待您來體驗。

路易斯和克拉克洞穴州立公園 (Lewis and Clark Caverns State Park)，是蒙大拿州第一個也是最知名的州立公園，園內有美國西北部最大的石灰岩洞。在5月至9月可參加岩洞導覽行程。



Makoshika State Park (Victor Bjornberg)

1862年發現金礦後，Bannack州立公園是蒙大拿州第一個大型金礦產地，也是所有蒙大拿州鬼鎮中保存最完好的一個，仿佛老西部電影場景再現。在公園紀念日 (Bannack Days) 當天造訪，可以觀賞到亡命之徒的槍戰，也可在現場淘金試試您的運氣。從5月中旬至9月中旬都可以參加導覽行程之旅。Granite和Elkhorn州立公園是您可以深入探索的另兩個鬼鎮。

野牛跳崖州立公園 (First Peoples Buffalo Jump State Park) 是目前已發現北美最大的野牛跳崖的考古遺址，數百年來美國印地安人沿著超過一英里長的懸崖來追獵亂竄的野牛。當地設有教育中心，提供文化展覽、故事分享、書店及其它相關設施來紀念印地安人，及他們所尊崇且全能的野牛。

Makoshika是蒙大拿州境內最大的州立公園，怪石林立，這個名稱的原意是惡靈的土地。幽深的峽谷、陡峭懸崖、如乾草堆般的山丘，奇形怪狀如尖塔般是百萬年侵蝕造成的。該公園擁有超過10種的恐龍化石遺跡。遊客服務中心提供恐龍化石及骨骼的展示及解說。

蒙大拿州的州立公園有各式的水上活動。除了白魚湖 (Whitefish Lake)、鮭魚湖 (Salmon Lake)、還有平頭湖 (Flathead Lake) 和佩克堡湖 (Fort Peck Lake) 外，還有更多不勝枚舉。

瀏覽蒙大拿州立公園網站 (stateparks.mt.gov)，在這個擁有全世界最棒的野營、登山、垂釣、游泳、划船的地方來探險，發現一些地球上最大的自然和文化寶藏。您可以在線上stateparks.mt.gov或來電+1.855.922.6768，預定您的營地、小木屋、帳篷或印第安帳篷住宿。您可以從出發前2天到9個月前預訂活動及住宿。



Top: Lewis and Clark Caverns State Park (Donnie Sexton) Below: Giant Springs State Park (Donnie Sexton)

蒙大拿州的冬季

冬天的白雪如同毯子一般把蒙大拿州廣闊的大地給籠罩了起來，也讓這個原本就美得令人屏息的世界更加神奇。蒙大拿州會帶給您真正的下坡滑雪，在高峻的山下著大雪，顯得纜車更為渺小。無論您喜歡典雅、舒適的度假酒店或日常開放的滑雪區，這裡還有很多叫不擁擠的山區，讓您可以乘坐纜車到山頂觀賞壯麗的雪國景色。

在蒙大拿州滑雪和騎馬是種難以形容的經驗。位於蒙大拿州西南部連接著Big Sky Resort及Moonlight Basin是美國最大的滑雪場，一票到底讓滑雪客及遊客可以利用27座纜車，進出超過2,225公頃的空曠滑雪地。還有山坡上的小木屋、許多晚間及適合家庭一起的活動。沿路再過去就是知名的黃石國家公園。

Whitefish Mountain Resort位於蒙大拿州的西北部，自1947年就以美好的時光、友善的人們及厚厚的積雪成為美國最受歡迎的旅遊勝地之一。在年度滑雪雜誌中的讀者調查中一直穩居高人氣，大家最喜愛這個地點和緩的雪坡及超深的積雪。

在蒙大拿州的16個滑雪區內，還有兩個值得一提的是在Bozeman外圍的Bridger Bowl渡假村及靠近Red Lodge的Red Lodge渡假村。



Whitefish Mountain Resort (Chuck Haney)

數千公頃的公共土地開放做為越野滑雪，許多度假村也提供私人且較有規劃的越野滑雪道系統。蒙大拿州也擁有若干條美國最長的雪上摩托車步道。您可以自駕租用的雪地摩托車，或參加有導遊帶領的雪上摩托車遊覽。

雪上巴士可帶您從西黃石進到黃石國家公園享受冬天的景色、欣賞野生動物和捕捉動物們的照片。您還可利用雪鞋、滑雪和有導遊帶領的雪上摩托車行程，來體驗冬天的黃石公園。

參加有導遊帶領的雪鞋遊覽及越野滑雪活動可依客人的喜好和能力進入冰河國家公園，雪上巴士或越野滑雪之旅接下來帶您進入冰河國家公園。也可試試泡溫泉、狗拉雪橇、坐雪地馬車或參加蒙大拿州的冬季嘉年華活動。

請上網查詢更多訊息www.wintermt.com



Top: Wintering elk (Donnie Sexton) Middle: Dogsledding (Donnie Sexton) Bottom: Snowmobiling (Donnie Sexton)

冰河國家公園區

冰河國家公園 (Glacier National Park) 連接加拿大的瓦特頓國家公園 (Waterton Lakes National Park)，是世界上第一個國際和平公園。在這片北落磯山脈的骨幹，您可以看到落磯山山羊依著崎嶇的山壁，冰河切割著山峰，瀑布傾瀉而下，注入翠綠的湖水，這些美景都串聯在這條雙線道的向陽大道 (Going-to-the-Sun) 上。

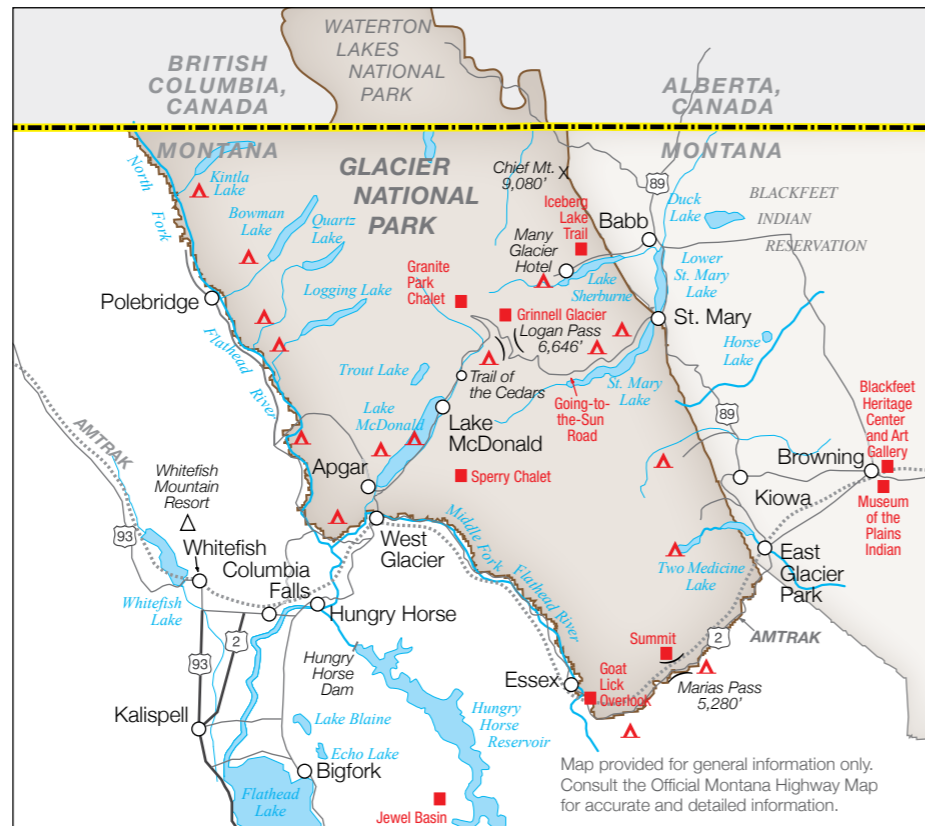
沿著向陽大道 (Going-to-the-Sun Road)，野花盛開，高山遠景映入眼簾。您可以將車停在湖邊，沿著冰河小溪乘坐獨木舟，或靜靜凝視著如此偉大的深谷，連雀鳥都飛在您的腳下，有時您甚至還要禮讓身旁的山羊通過呢！



Swiftcurrent Lake, Glacier National Park (Donnie Sexton)

您可以預留時間品嚐一塊剛出爐的派，或在香柏森林內野餐，可以在公園最大的湖泊邊的麥當勞湖飯店享受一下，或是欣賞Swiftcurrent Lake如同鏡面般美麗的倒影。如果您勇於嘗試，可計劃到冰河公園的後山區去探索難得的美景。欲了解更多訊息，請至 [visitmt.com / glac](http://visitmt.com/glac)。

冰河國家公園是全年開放，但向陽大道和許多公園內的服務中心視天氣情況，只從5月中旬開放到9月中旬。請在出發前預先查詢道路狀況，舉凡道路的剝雪進度、步道、安全設備、接駁車、天氣情況和公園通行證等訊息，請至 [nps.gov / glac](http://nps.gov/glac) 查詢。



冰河國家公園小檔案

- + 1910年5月11日成立
- + 包括約4,092平方公里，(410,186公頃)
- + 1,126公里以上的健行步道
- + 260種鳥類
- + 70種哺乳動物，包括山羊，棕熊，黑熊

冰河區夏季行程建議

考慮所有看到冰河國家公園及周邊地區，有太多可看景點，我們很難列出所有的選項。您可以參考 [www.visitmt.com / glac](http://www.visitmt.com/glac)，www.crownofthecontinent.net 和 [www.nps.gov / glac](http://www.nps.gov/glac)，所列出的建議來規劃您完美的行程。



Going-to-the-Sun Road (Donnie Sexton)



Lake McDonald (Donnie Sexton)



Young mountain goat (Donnie Sexton)

一日遊

- + 走訪國家公園內最熱門的景點：
 - 搭乘古董紅色巴士沿壯觀的向陽大道 Going-to-the-Sun Road 遊覽
 - 從東冰河出發，參加黑腳族 (Blackfeet) 部落的 Sun Tours
 - 選擇一條健行步道開始健行、拍照，留下美好回憶
 - 乘船遊覽麥當勞湖 (Lake McDonald) 或聖瑪麗湖 (St. Mary Lake)

+ 花一天的時間在白魚鎮 (Whitefish)，遊覽市區，以健行或騎單車的方式探索城鎮之美，或是在白魚山度假村享受揮杆樂趣

+ 在布朗寧 (Browning)，拜訪黑腳族印第安人保留區、黑腳族傳統中心和藝術畫廊、平原印第安博物館等。您甚至可以在 Lodgepole Gallery 和 Tipi Village 內睡在印第安帳篷，和享用黑腳族的傳統食物

+ 在 Kalispell 的 Great Northern Historical Trail 騎單車

+ 划獨木舟橫跨平頭湖 (Flathead Lake) 與野馬島 (Wild Horse Island) 窺探野馬的蹤跡

三日遊

+ 第一天，到平頭湖釣魚或打高爾夫球，在午後參加一個當地現釀啤酒廠的遊覽 ([visitmt.com / brewerytour](http://visitmt.com/brewerytour))。晚上住在 Kalispell 或白魚鎮 Whitefish，以便品嚐當地的特色早餐。第二天，進入冰河國家公園沿著向陽大道前往羅根山隘 (Logan Pass)，除了可以看到野生動物外，還可以欣賞令人驚嘆的美景，傍晚在聖瑪麗湖的日落巡航結束。第三天，參觀東冰河公園，並沿著 2 號公路返回。您可以在平頭湖的 Middle Fork 享受漂流樂趣，尋找山羊在 Goat Lick Overlook 峭壁上的蹤跡，之後在 Essex 市的歷史悠久 Izaak Walton Inn 休息。

+ 如果您喜歡泥土的道路和原始自然的生活，可以花個三天在公園的 North Fork 區域。住在小巧的 Polebridge，那裏有商品店、美麗的酒吧、幾間原始的小木屋和一個很棒的烘培坊。白天，您可以在平頭湖的 North Fork 漂流、釣魚，騎自行車穿過樹林，在 Bowman 湖和 Numa Ridge 附近健行，或在陡峭的 Glacier View 眺望美景。附近都有橡皮船和划槳以及單車的出租服務。

+ 單車騎士可以挑戰向陽大道陡峭的爬坡道路，享受只有健行者和單車騎士才能到達的秘密景點。歡迎在 [nps.gov / glac](http://nps.gov/glac) 網站參考有關騎單車的指導路線和限制。

五日遊

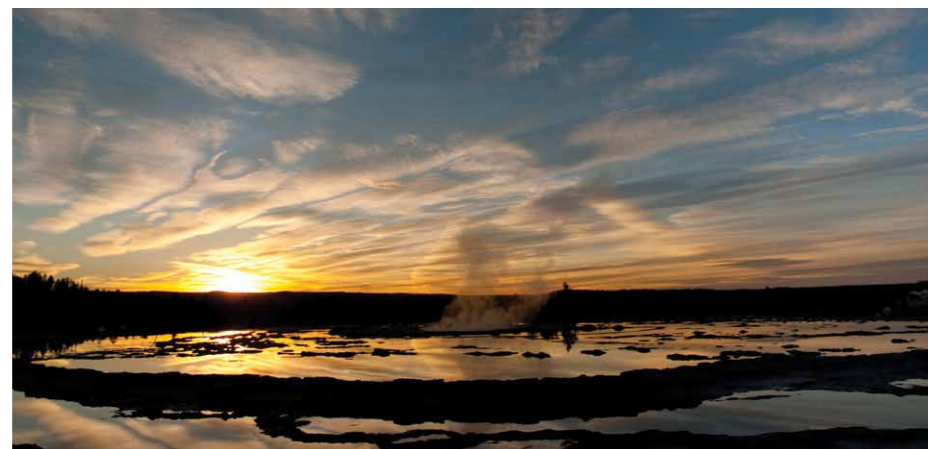
+ 第一天，在雙麥迪遜湖 (Two Medicine Lake) 釣魚，在 Scenic Point Trail 步道健行，稍後前往歷史悠久的 Glacier Park Lodge 飯店休息。第二天，由 Babb 進入國家公園。來個 16 公里來回的健行，欣賞充滿冰山及翠綠湖水美景的 Iceberg Lake，之後到歷史悠久的 Many Glacier Hotel 休息。第三天，回到聖瑪麗湖乘船，走訪在旅客服務中心的美國印地安展覽，接漫步到聖瑪麗瀑布。第四天，在羅根山隘 (Logan Pass) 預備征服沿著 Garden Wall 的高海拔步道。您可以選擇徒步 12 公里到 Granite Park 營地，或是繼續徒步 6 公里前往搭乘到 Logan Pass 的接駁車。第五天，享受一個輕鬆的上午，漫步在雪松步道 (Trail of the Cedars)，您可以在麥當勞湖岸邊悠閒野餐，接著參加在平頭湖由導遊帶領的漂流活動，最後在 Belton Chalet 享用晚餐，為五天的旅程畫下完美句點。

+ 您可以藉由在超過 1,126 公里長的步道上健行，來探索冰河國家公園境內的野外小徑，您將需要申請偏遠地區許可證，並明白相關規定。如果您沒有把握自己從事這種野外探索的活動，建議僱一個嚮導陪伴或協助規劃您的行程。

黃石國家公園區

黃石國家公園是全世界第一座國家公園，也是美國最大的國家公園之一。在這裡，可您有很多機會看到熊、美洲野牛、美洲大鹿和狼—當然是在安全的距離，因為牠們自由生活在這片最天然的土地上，在這裡也有充滿驚奇的地質活動，奇特的間歇泉、溫泉、泥泉及氣洞等地熱現象，是黃石公園中最引以為傲的特有景觀。

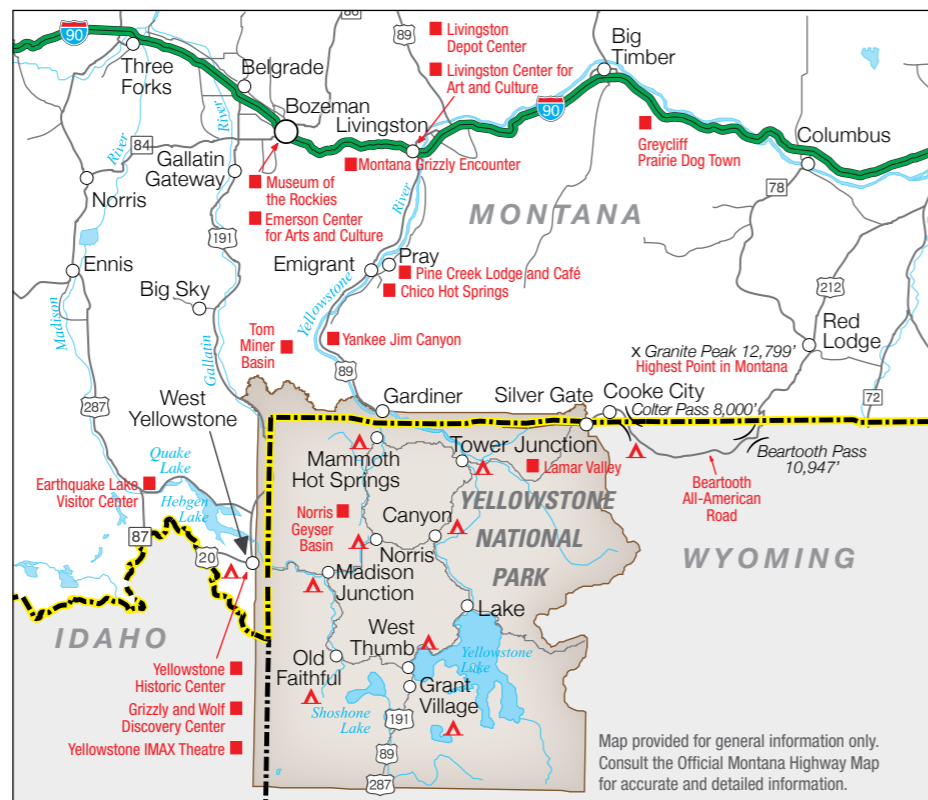
黃石公園就像是個永恆的地方，您會發現許多地方從136年前開園時就不曾改變過，沒有其他地方能比得上這裡的壯觀噴泉、雷鳴般的瀑布、水晶般湖泊，全景的峽谷風光。



Yellowstone National Park (Donnie Sexton)

您可以由三個在蒙大拿的入口進入黃石國家公園：西黃石 (West Yellowstone)、Gardiner或Cooke City。如果您想尋找野生動物的蹤跡，您可以坐上巴士或自行開車，前往有“美國的塞倫蓋蒂 (America's Serengeti)”美稱的Lamar Valley。您沿著被河水切割的黃石大峽谷 (Grand Canyon of the Yellowstone) 健行，並遠眺原始瀑布，然後走訪老忠實噴泉，見證大自然的奇蹟。請睜大眼睛，因為永遠不知道在前進的路上有什麼驚喜等著您！欲了解更多相關訊息，請瀏覽網站visitmt.com/yell。

黃石國家公園是全年開放的，然而許多公園的道路在11月到隔年5月，是禁止一般車輛進入的 (除了雪上交通工具)。想知道更多關於春季騎單車路線、主要的旅遊景點及公園收費等訊息，請瀏覽網站visit nps.gov/yell。



黃石國家公園小檔案

- + 1872年3月1日成立
- + 佔地8,992平方公里 (899,116公頃)
- + 1,528公里的野外小徑
- + 60餘種哺乳動物，包括棕熊、狼及美洲野牛。
- + 超過10,000地熱景觀

黃石地區夏季行程建議

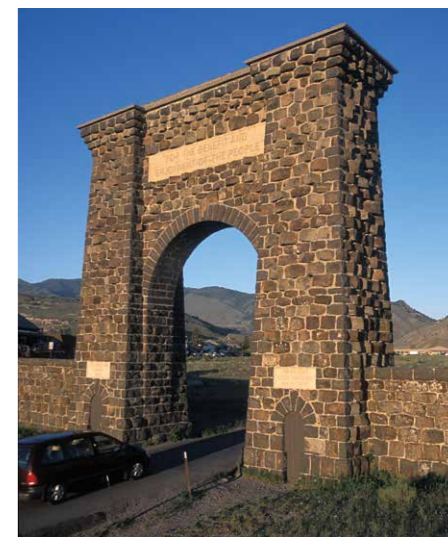
沒有一本旅遊指南可以列出所有您可以在黃石國家公園的冒險，但我們可以提供一些建議讓您開始規劃旅程。如需更多選擇，請參考以下網站：www.visitmt.com/yell, www.visitmt.com gyr, and www.nps.gov/yell。



Bison (Donnie Sexton)



Beartooth All American Road (Donnie Sexton)



Roosevelt Arch, Gardiner (Donnie Sexton)

一日遊

+ 黃石國家公園最經典的一日遊路線：由西黃石或Gardiner進入國家公園，沿著主要環型道路前往老忠實噴泉、湖泊區、峽谷區和諾里斯噴泉盆地 (Norris Geyser Basin)

- 見證經典的黃石公園景象：老忠實噴泉的噴發

- 走訪Lamar Valley，準備好您的長鏡頭，運氣好的話可以拍到美洲野牛、羚羊或狼

- 在Silver Gate和Cooke City享用晚餐及住宿小木屋

+ 安排一天在Bozeman的市中心，參觀洛磯山博物館 (Museum of the Rockies) 和Emerson Center for Arts and Culture，或選擇該區許多步道中的一條去探索美景

+ 在充滿創意的牛仔故鄉Livingston血拚購物，或拜訪藝廊，在驛站中心 (Depot Center) 停留，並參觀利文斯頓藝術和文化中心 (Livingston Center for Art and Culture)

+ 走訪1959年大地震移動了大約7200萬公噸岩石的堰塞湖 (Quake Lake)

+ 開車前往被譽為“全美國最美麗的公路” — “熊牙公路” (Beartooth Highway)，欣賞壯觀風景

+ 在Gallatin或黃石河從事激流泛舟等活動

+ 在清澈的河流、湖泊或小溪裡享受釣魚樂趣

+ Big Sky度假休閒中心騎乘登山自行車，健行或試試刺激好玩的滑索zipline

三日遊

+ 第一天，從西黃石驅車前往黃石公園的諾里斯間歇泉盆地 (Norris Geyser Basin)，可以看到彩色鍋噴泉區 (Fountain Paint Pots) 和Lone Star噴泉，晚上住宿在Grant Village。第二天，在黃石湖上乘船遊覽，觀看在海頓山谷 (Hayden Valley) 的野生動物，夜晚在Canyon Village露營。第三天，見證黃石大峽谷與黃石瀑布的奇蹟，之後從Cooke City、Gardiner 或西黃石離開。

+ 從充滿美食與購物的Red Lodge出發，沿著熊牙公路到海拔的高原，在居高臨下的步道健行，之後回到營地休息結束一天。第二天，經過一個上午健行，體驗西部風情，在漂亮的Crazy Creek休息，然後在日落前返回在Cooke City飯店。第三天，進入黃石公園沿著環狀公路旅行。

+ 在Bozeman，您可以在早上時散步健行，在下午參觀藝廊，晚上欣賞音樂會或戲劇表演。第二天，開車前往Livingston血拚購物和用餐，還順道參觀Montana Grizzly Encounter，然後繼續南下，夜宿在歷史悠久的Chico Hot Springs。第三天，從Gardiner進入黃石公園開始一天的巡禮。

五日遊

+ 第一天，在Gallatin Gateway用過早餐後，向南行駛到Gallatin Canyon風景區，您可以選擇健行、釣魚、激流泛舟或攀岩，之後前往Big Sky用餐和參觀啤酒廠。在Big Sky的第二天，您可以租輛單車或乘坐滑雪登山吊椅，體驗刺激的滑索ziplines、高爾夫或在水療中心放鬆身心。第三天，開車前往西黃石，參觀遊覽黃石歷史中心、黃石IMAX電影院和棕熊與狼保育中心。第四天和第五天，遊覽國家公園，也可以嘗試浸泡在天然的溫泉池Boiling River中，為美好的一天畫下句點。

+ 為自己規劃一個進入黃石公園未開發的後山地區，或在該地區的任何國家森林中徒步旅行。在這些偏遠地區旅行需要申請許可證，請向公園管理處或遊客服務中心詢問。

旅客服務

您已準備來到蒙大拿州了，但還想知道火車是否有行駛？國家公園是否開放？是否有巴士到滑雪場？您可以利用這些旅客服務 (Traveler Services) 為您的旅程做最完善的準備。



Cowboy accommodations (Donnie Sexton)

聯繫如何取得蒙大拿州的資訊

您可以透過網站、iPad或是手機來規劃您的蒙大拿旅程。

Facebook
www.facebook.com/visitmontana

Twitter
www.twitter.com/visitmontana

VisitMT.com是一個百科全書式的全方位網站，且非常容易使用，裡面包含了許多實用資訊：豐富多樣摩托車路線、各地的印第安慶典、現釀啤酒廠的旅遊路線，鬼鎮的概要和更多訊息給您參考。

m.visitmt.com

在旅行的途中想要尋找一個熱泉、熱飲或是熱門景觀，您可以在智慧型手機上的M.VisitMT.com找到需要的訊息。它幾乎就是整個VisitMT.com的縮小版，您要的酒店列表，推薦景點或是旅客服務等，全部濃縮在手機的界面上。

蒙大拿州的iPad雜誌 (IPAD APP)，這是有關蒙大拿州所有訊息的線上雜誌，透過專題文章、照片散文、短欄等，您可以透過當地人介紹私房美食、歷史以及各地有趣的活動等消息，讓您在蒙大拿的旅程更為特別。

<http://magazine.getlostmt.com>

GETLOSTMT.COM 沒有人比蒙大拿州的當地居民更瞭解蒙大拿了，您可以透過點擊蒙大拿虛擬地圖，見到當地人分享他們他們私房餐廳、民宿及景點，將您喜歡的地點組合成快速旅遊，開始一個週末或幾天的旅程。利用手機下載應用程式或上GetLostMT.com找到連旅遊書上都可能沒有介紹到的景點喔。

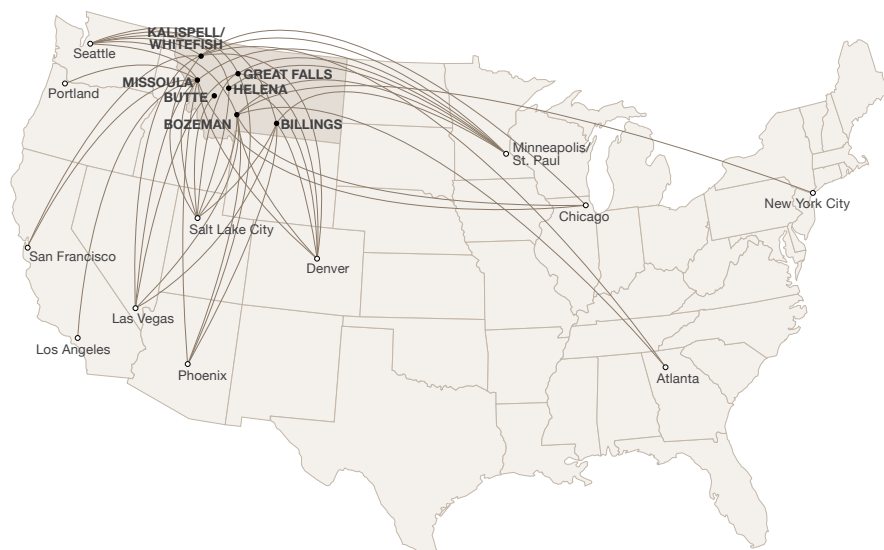
如何前往

您可以搭乘飛機前往蒙大拿較大的城市 (或搭乘火車前往北部的城市)，或是在機場租車，因為駕車探索蒙大拿是最方便的方式，若計劃前往野外的地區走碎石路、泥濘小路，或在冬天的雪季裡，租用四輪傳動車是較適合選擇。

飛機：若您是從西雅圖、舊金山、洛杉磯、拉斯維加斯、鹽湖城、鳳凰城、丹佛、明尼亞波利斯/聖保羅、芝加哥、波特蘭和亞特蘭等地來蒙大拿州，您可以選擇直飛航班 (依季節)。請至visitmt.com/transportation/Air_Service參考機場及航班列表。

火車：您也可來趟鐵路旅行，搭乘Amtrak火車沿途經過蒙大拿北邊的Wolf Point, Havre、冰河國家公園以及Libby。您可乘坐有玻璃頂的列車欣賞沿途風光。請瀏覽網站www.amtrak.com

護照：所有進入美國的旅客都會被要求出示護照或其他有效旅行證件。請至cbp.gov查詢相關資訊。



航班時刻根據季節變化會有調整，請至各航空公司網站查詢最新的航班狀態。