

Day 2 · 10月3日（周六）— 伊豆 Day1：城崎海岸 + 黒根岩風呂

时刻表

时间	事项	备注	费用
08:00	起床	酒店早餐	—
08:30	退房	大件行李寄存东京站酒店，只带一晚换洗衣物+浴巾	—
08:30	步行至东京站	从八重洲口步行约5-10分钟	—
09:00-10:40	东京站→热海	JR东海道本线，1h40min，20-30分一班	¥1,980
10:40-11:10	热海站换乘	约30min	—
11:10-11:53	热海→城崎海岸	伊豆急行线直通（下田方面），43min。⚠️ 部分列车在伊豆高原站会拆分，坐前3节车厢	¥1,300
11:53	抵达城崎海岸站	步行20min到餐厅区域	—
12:15-13:15	午餐	金目鲷是名物，选煮鱼/烤鱼	—
13:15-15:15	城崎海岸徒步	門脇吊橋→門脇灯台登顶→折返。预留25分钟走回车站	—
15:19-15:33	城崎海岸→伊豆北川	伊豆急行线下行（南下），14min，约40-60分一班	¥500
15:33-15:40	步行至黒根岩風呂	沿海边小路约7分钟	—
15:40-16:40	黒根岩風呂 拍照泡脚	在岩石上坐着泡脚看海	¥600
16:40-16:47	步行回伊豆北川站	—	—
17:03-17:06	伊豆北川→伊豆热川	伊豆急行线，1站3分钟。上车时微信联系酒店班车	¥180
17:06	抵达伊豆热川站	出站口等酒店班车	—
17:11	到达酒店 Check-in	热川温泉蓝海酒店	—
17:40-19:15	晚餐	吃干粮（面包/泡面/零食），酒店周边无餐厅	—

时间	事项	备注	费用
19:15-20:00	酒店海边散步	晚风+海浪声	—
20:00-20:30	房间看海入睡	开窗听太平洋涛声	—

黒根岩風呂 信息

- 伊豆北川海岸的天然岩石露天温泉，建在海边礁石上
- 费用：¥600（自助投币箱）
- 营业：通常 8:00-18:00，浪高时关闭
- 混浴：穿泳衣或用浴巾包裹
- 自带浴巾！穿可下水的拖鞋，建议出发前穿好泳衣在里面

Plan B（热海下雨时）

如果 10:40 抵达热海时雨势较大，改热海半日游：

时间	事项
10:40-11:30	热海站前足湯 + 駅前逛逛
11:30-13:00	热海银座商店街
13:00-14:00	午餐（金目鲷/海鲜盖饭）
14:00-15:00	MOA美术馆(室内) 或 咖啡厅躲雨
15:30	热海→伊豆热川

住宿

- 热川温泉蓝海酒店 — 素泊まり（不含餐），微信预约接送