

Day 3 · 10月4日（周日）—伊豆 Day2：日出 + 大室山 + 热海 午后 → 返东京

时刻表

时间	事项	备注	费用
05:15	起床看日出（约 05:28）	东海岸直面太平洋日出	—
05:30-06:30	早餐+洗漱	自带干粮泡杯热茶，边看海景边吃	—
06:30-07:15	整理行李+最后看海	—	—
07:15	退房	微信约好班车，酒店→伊豆热川站3分钟	—
07:38-08:11	伊豆热川站等车	站前逛逛/拍照，周边有足湯	—
08:11-08:29	伊豆热川→伊豆高原	伊豆急行线上行（北行），18min	¥330
08:29-09:00	伊豆高原站等巴士	出站找2号站台	—
09:00	伊豆高原→大室山	东海巴士I70/I72路，25min	¥370
09:25-11:30	大室山	缆车往返，山顶步道可绕半圈	¥1,000
11:30-11:50	搭巴士回伊豆高原站	原路返回	¥370
11:50-12:40	伊豆高原→热海	伊豆急行 → JR伊东线直通，50min	¥1,680
12:40-13:30	午餐	热海银座商店街：金目鲷/海鲜盖饭/热海布丁	—
13:30-17:00	热海午后	Sun Beach沙滩/熱海銀座/駅前足湯/MOA美术馆	—
17:00-17:15	步行回热海站	热海银座→热海站约10分钟	—
17:30-19:10	热海→东京站	JR东海道本线，1h40min，20-30分一班	¥1,980
19:10-19:20	步行回酒店	取回寄存行李	—
19:20	到酒店休息	八重洲地下街/便利店解决晚餐，早休息明天迪士尼	—

大室山 Tips

- 缆车往返 ¥1000，山顶风大，带外套
- 山顶步道全程约1km，可随时折返
- 强风天气缆车停运，去前查天气

热海推荐

- 金目鯛の煮付 — 伊豆半岛名物
- 热海布丁 — 昭和风布丁，银座店排队名物
- 温泉馒头 — 站前/街边小吃
- 駅前足湯 — 免费泡脚放松