

# 西藏神秘國度 拉薩、日喀則、羊卓雍措、 林芝雅魯藏布大峽谷航空8天



## 行程特色

- ALL IN ONE 【全包價】
- 觀世界海拔最高大峽谷【雅魯藏布大峽谷】
- 中國最美雪山【南迦巴瓦峰】（遠觀）
- 感受當地藏民轉經的最佳地點【大昭寺廣場】
- 【藥王山觀景臺】50元人民幣的背面圖案拍攝地
- 世界上最宏偉的宮殿【布達拉宮】
- 羊卓雍措 - 西藏三大聖湖之一，世界上高海拔的淡水湖之一，景色絕美。
- 日喀則 (扎什倫布寺) ~ 拉薩 (卡若拉冰川)
- 每團安排隨團醫護人員；安心出遊



報名熱線：

**2804 2288**

[www.goldchoice.com.hk](http://www.goldchoice.com.hk)  
[fb.com/goldchoiceholidays](https://fb.com/goldchoiceholidays)

戶口名稱：Gold Choice Holidays Limited

☎ 恆生:371-109364-883    📞 中銀:012-806-1-032586-4

## 第一天

【香港 → 成都】（參考航班CA428 17:25--20:20）

## 第二天

【成都 → 林芝（參考航班CA2539 07:40--09:55）～雅魯藏布大峽谷景區 (環保車、遠眺南迦巴瓦峰)～林芝】

地球上最深、最長的大峽谷，億萬年來，江水的沖刷與山脈運動，造就了世界上最深的雅魯藏布大峽谷：全長504.6公里，最深處落差達6,009米，遠超最深處約2,000米的美國科羅拉多大峽谷。景區入口在林芝地區的派鎮，在這裡可以看到著名的雅魯藏布大拐彎以及南迦巴瓦峰。平均海拔低於2200米，且植被茂密含氧量高，徒步時一般不會遇到缺氧高反。

## 第三天

【林芝 (喇嘛林寺) → 日喀則 (復興號)】

喇嘛林寺，又名桑多白寺，藏語意為“銅色蓮花山寺”，位於西藏林芝縣布久鄉尼洋河下游左岸的三級階地上，是林芝地區最大最生果的藏傳佛教場所，屬紅教寺院。喇嘛林寺始建於二十世紀初，由原墨脫宗內寧瑪派海參佛頓炯嚴明哲·益喜多傑創建

## 第四天

【日喀則 (扎什倫布寺)～拉薩 (卡若拉冰川、羊卓雍措)～拉薩】

扎什倫布寺全名為「扎什倫布白吉德欽曲唐結勒南巴傑瓦林」，意為「吉祥須彌聚福殊勝諸方州」，是中國西藏自治區日喀則市最大的寺廟，為四世之後歷代班禪喇嘛駐錫之地。位於日喀則市桑珠孜區城西的尼色日山坡上。它與拉薩的「三大寺」甘丹寺、色拉寺、哲蚌寺合稱格魯派的「四大寺」。四大寺以及青海的塔爾寺和甘肅的拉卜楞寺並列為格魯派的「六大寺」。

羊卓雍措與納木措、瑪旁雍措並稱西藏三大聖湖

【溫馨提示】（全日車程約6h）抵達西藏的當日不要做任何劇烈運動，盡可能不要沐浴或沐浴時間不要過長，多飲水，勿暴食多休息。如出現頭疼胸悶的現象是高原反映的現象，為了更好的適應高原氣候，建議當天晚上避免洗頭及洗澡，充足的睡眠是減低高原反應的最佳辦法。

## 第五天

【拉薩 (藥王山觀景台、布達拉宮、色拉寺、工藝品中心)】（平均海拔約3800米）

\*【溫馨提示】（全日車程約1.5h）布達拉宮安排：

- 1) 每個團可能會拆分成多批次進入布達拉宮；名單是隨機安排，同團親友可能會被拆開；
- 2) 每批次進布宮參觀的時間不一致；
- 3) 每批次跟隨不同導遊上進入布達拉宮，也會出現客人自行（無導遊）的情況，但不影響遊覽品質。進入布宮須嚴格遵照排期時間進行排隊及安檢，藏傳佛教的禁忌：例如不能戴帽，女生不能穿裙子，不能穿三分褲七分褲，液體化妝品不能帶入，不能拍照（進入宮殿以後，宮殿外可以拍一些“外景”），不能踩踏門檻等。另外八角街上人員複雜請照管好自已的財物。此日戶外停留時間較長，請準備太陽帽，墨鏡，防曬霜及飲用水。

## 第六天

【拉薩 (西藏博物館、藏藥中心、大昭寺、八角街、夜遊布達拉宮廣場)、拉薩】

大昭寺拉薩市中心的一座藏傳佛教寺院，該寺院在藏傳佛教中擁有至高無上的地位。2000年，大昭寺作為布達拉宮的擴展項目被列為世界文化遺產。

## 第七天

【拉薩 (紮基寺、羅布林卡+電動車) → 成都、寬窄巷子】  
(參考航班CA2538 13:55--16:10)

紮基寺位於拉薩市北郊的紮基路，是西藏的一座財神廟，寺廟雖小，但香火十分鼎盛，有修為的僧人為客人抹頂賜福及貴重禮品祈福，很多藏、漢族人都到這裡拜佛。扎基寺主供的神嗜酒，所以前來扎基寺朝拜的人們，除了會帶哈達外，也會帶上白酒或青稞酒。

## 第八天

【成都錦里古街 ~ 成都 → 香港】 (參考航班CA427 13:10--15:50)



天數	早餐	中餐	晚餐	住宿酒店
第一天	×	×	×	當地 5 星標準 成都天府空港悅享酒店 或同級
第二天	酒店	中式合菜	藏香豬風味	國際品牌 5 星標準 林芝工布莊園希爾頓酒店 (Hilton Linzhi Resort) 或同級
第三天	酒店	火車簡便套餐	吾爾朵特色藏餐	國際品牌 5 星標準 日喀則希爾頓(Hilton)酒店 【供氧客房】
第四天	酒店	中式合菜	藏粵菜風味	國際品牌 5 星 拉薩香格里拉 (Shangri-la) 酒店 【供氧豪華客房】 或同級
第五天	酒店	尼泊爾風味	菌王府野菌火鍋	國際品牌 5 星 拉薩香格里拉 (Shangri-la) 酒店 【供氧豪華客房】 或同級
第六天	酒店	當地餐廳	當地餐廳	國際品牌 5 星 拉薩香格里拉 (Shangri-la) 酒店 【供氧豪華客房】 或同級
第七天	酒店	中式合菜	川菜風味	國際品牌 5 星標準 成都溫江皇冠假日酒店 (Crowne Plaza) 或 保利皇冠假日酒店 (Crowne Plaza) 或同級
第八天	酒店	×	×	

## 參考航班信息：

香港->成都 17:25-20:20

拉薩->成都 13:55/16:10

成都->林芝 07:40-09:55

成都->香港 13:10-15:50

### 旅遊細則：

- 1.生效期:2023年10月16起;
- 2.團費未包旅遊服務費.報名之客人必須於完團時繳交指定金額之旅遊服務費,如客人欠交未再放費用,本公司將保留從法律途徑追討的權利;
- 3.凡當天出發缺席不隨團者,房間、景點門票、膳食、交通等一切費用將不獲退回,同行團友均不能享用該位缺席不隨團者的一切,
- 4.行程所列載的航班資料、交通、行程、酒店住宿及食之次序安排,本社有權變動,恕不另行通知;
- 5.酒店在未獲有關單位按國家規定的標準正式評級期間,本公司以「X星標準」標示酒店級數,以便客人參考.(部分酒店不設評星標準).
- 6.如單數報團者,需補單人房差.飛機線安排先與同性別團友同房或同性別領隊同房;
- 7.內容及圖片僅供參考,可能時節或供應環境有所調整,不作另行通知;
- 8.重要事項:確保消費者權益,請參閱責任細則;
- 9.短線及跨省線路不設香港領隊,高鐵及飛機線路16人.以上安排領隊
- 10.客人必須持有有效之旅遊證件或簽證,方能出發,有關證件或簽證題導致未能成行,本社決不負責,如對證件有疑問,請向本社員查詢;
- 11.根據旅遊業監管局(旅監局)發出的指令,持牌旅行社代理商如因『迫不得已理由取消外遊旅行團』,處理退款時可徵收退票費,及本公司訂列收取之每位手續費為港幣\$500-\$1000;有關退票費,交通服務供應商或會因應個別出發日期之航班、加班機或包機而徵收較高之退票費甚或不設退票,確實金額以交通服務供應商之最終回覆為準;就旅監局發出的指令,請瀏覽旅監局網站(<https://tia.org.hk/>)。
- 12.建議旅客於出發前購買旅遊綜合保險.凡參加金彩假期舉辦之旅遊團隊,於出發前必需購買任何相關之旅遊保險,如旅客因沒有購買旅遊保險倘若旅途中一旦遇上天氣影响取消或任何交通延誤取消或意外傷亡或醫療診斷所產生之費用,一切責任自負並與金彩假期無關。
- 13.團費以報名時為準,如有任何更改恕不另行通知。
- 14.以上旅遊細則,適用於大部分團隊,若別差異細則,本公司保留一切解釋及最終決定權
- 15.高原地帶平均海拔3500米以上,如患高血壓、心臟病、哮喘病者都不宜前往。瞭解是否適宜參團一經報名則視為無健康問題,不接受以健康理由退團.高原地帶團友可能會產生高山反應,參加者必須注意個人健康狀況,建議報名前徵詢醫生意見

報名熱線：

**2804 2288**

[www.goldchoice.com.hk](http://www.goldchoice.com.hk)

[fb.com/goldchoiceholidays](https://fb.com/goldchoiceholidays)

戶口名稱: Gold Choice Holidays Limited

☎ 恆生:371-109364-883

📞 中銀:012-806-1-032586-4