

西藏神秘國度 拉薩、羊卓雍措、 林芝雅魯藏布大峽谷航空8天



行程特色

- 品質保障：西藏段安排隨團醫生
- 觀世界海拔最高大峽谷【雅魯藏布大峽谷】
- 3大暖心特色餐（石鍋雞、特色烤羊藏餐、菌湯鍋）
- 特別安排：林芝篝火晚會，布達拉宮夜景，拉薩市內下午茶，色季拉山掛經幡，撒隆達祈福。
- I 精華景點：踏春賞花-桃花溝、世界上最高的宮殿-布達拉宮，暢遊苯日神山-登西藏第一座玻璃棧道，西藏三大聖湖之一-羊卓雍措、林芝雙5A景點：巴松措+雅魯藏布大峽谷



報名熱線：
28042288

第一天

【香港 → 拉薩(經停成都)】(參考航班TV9702 17:30/22:30)

第二天

【拉薩-米拉山口隧道-巴松措-林芝 (本日車程約460KM 約6小時)】

酒店早餐 → 米拉山口隧道 → 【巴松措】(包門票+觀光車)：距湖岸邊大約一百米處有一座小島名為紮西島，傳說該島是“空心島”，即島與湖底是不相連而漂浮在湖水上的。島上有唐代的建築“錯宗工巴寺”，是西藏有名的紅教寧瑪派寺廟。

第三天

【林芝-色季拉山-魯朗林海-苯日神山-雅魯藏布大峽谷-篝火晚會 (本日車程約300KM約4小時)】

早餐 → 魯朗，經過【色季拉山觀景台】在色季拉山口掛經幡撒龍達為家人祈福，遠眺南迦巴瓦峰和魯朗林海 → 【魯朗林海】(包門票)：被譽為“雪域瑞士”，遠看雪山林立，溝內森林蔥蘢，周邊溪流蜿蜒，有成千上萬種野花競相開放 → 【苯日神山】(包門票)：這是江河交匯點，看野鴨自由的在水中遨遊，遠處成群的鳥兒飛起 → 【玻璃棧道】遠眺尼洋河匯入雅魯藏布江的壯闊景象 → 【雅魯藏布大峽谷】(包門票+觀光車)：參觀《大渡卡遺址》、《千年古桑》、《親水臺》、《南迦巴瓦峰觀景臺》~遠觀羞女峰-【南迦巴瓦峰】 → 歌舞盛宴-篝火晚會。

第四天

【林芝-西藏民俗村-桃花溝-布達拉宮夜景 (本日車程約460KM約6小時)】

酒店早餐 → 【西藏民俗村】：民俗村依山就勢，各種藏式的建築錯落有致的鑲嵌在山上 → 【桃花溝】(包門票)：別名嘎拉桃花村，是西藏林芝一年一度的桃花節開幕式主場地 → 拉薩 → 【布達拉宮夜景】：暮色之下的布達拉宮，比白天更過了一份神秘。

溫馨提示：
桃花觀賞期以3月中至4月中為最佳

第五天

【拉薩-布達拉宮-藥王山觀景台-大昭寺廣場-八角街】(平均海拔約3200-3800米)

酒店早餐 → 【布達拉宮】(包門票+講解費)：普陀羅譯音，即菩薩住的宮殿，舊西藏政教合一的統治權力中心。分為紅宮和白宮，紅宮為歷代達賴的靈塔殿和各類佛堂；白宮是達賴喇嘛的冬宮，是舊時西藏地方政府辦事機構 → 【藥王山觀景台】：現在流通50元人民幣背面就在此拍攝 → 【大昭寺廣場】：可以看到信徒圍繞大昭寺虔誠祈福 → 【八角街】看藏民轉經場面，體驗藏地的民俗生活風情，自由品嚐美食。

溫馨提示：

1. 進入布達拉宮內及大昭寺殿內嚴禁拍照。
2. 因布達拉宮限制每團參觀人數，為保證順利參觀，敬請聽從導遊安排，出現以下情況均屬正常：
A. 每個旅遊團會隨機拆分成多個小團體；每個小團體分成不同時間參觀，跟隨不同導遊進入，導遊為布達拉宮專職導遊；
B. 進入布達拉宮時間由布宮管理處電腦隨機排出，實際遊覽線路順序可能會與行程有出入。
C. 遊覽布達拉宮必須要攜帶身份證原件，若是名字和本人不一致將無法進入參觀。
D. 基於安排，布達拉宮遊覽時間必須在50分鐘以內，請聽從導遊的安排時間。

第六天

【拉薩-西藏博物館-龍王潭公園-下午茶】

酒店早餐 → 【西藏博物館】（包講解）（逢週一閉館）：展出反映西藏史前、通史、自然、民俗、工藝等八個方面的文物和實物，展廳由《史前文化》、《不可分割的歷史》、《文化藝術》、《民俗文化》四大部分組成 → 【龍王潭公園】可拍攝布宮倒影的拍攝地 → 【下午茶】在拉薩街頭喝上一杯下午茶，感受在拉薩的美好時光。

第七天

【拉薩-工藝品中心-藏醫藥博覽中心-羊卓雍措-羊湖旅拍（本日車程約220KM 約4小時）】

酒店早餐 → 【工藝品中心】：瞭解當地藏傳文化，參觀藏族工藝品 → 【藏醫藥博覽中心】：參觀藏藥的種植過程和製作過程 → 翻越海拔4990米的【岡巴拉山】 → 天上聖湖美譽的西藏三大聖湖之一【羊卓雍措】（包門票）：清澈的湖水、巍峨的雪山、如洗的藍天和朵朵白雲融為一體 → 【羊湖旅拍】（贈送3張電子照）穿上藏裝，在羊湖邊上拍下一組美美的照片

重要提示：

羊卓雍湖觀景區有很多當地藏民攜帶自家藏獒牦牛在此處，請留意相機手機不要對著他們及藏獒牦牛等拍照，否則藏民會向您收取費用，敬請留意。

第八天

【拉薩 → (經停成都) 香港】（參考航班 TV9701 08:30/14:30）



天數	早餐	中餐	晚餐	住宿酒店
第一天	×	×	×	當地准五（供氧）拉薩德朋或同級
第二天	酒店	西藏農家菜	石鍋雞	連住2晚 當地准五林芝錦江都城或同級
第三天	酒店	藏式風味餐	菌湯鍋	連住2晚 當地准五林芝錦江都城或同級
第四天	酒店	川菜風味餐	特色烤羊藏餐	連住4晚當地准五（供氧）拉薩德朋或同級
第五天	酒店	西藏農家菜	美食街自理	連住4晚當地准五（供氧）拉薩德朋或同級
第六天	酒店	藏式風味餐	犏牛肉湯鍋	連住4晚當地准五（供氧）拉薩德朋或同級
第七天	酒店	川菜風味餐	川菜風味	連住4晚當地准五（供氧）拉薩德朋或同級
第八天	酒店	×	×	

入藏注意事項：（重要）

- 1、心、肺、腦、肝、腎有明顯病變，以及患嚴重貧血、高血壓、哮喘、重感冒等症狀者不宜到西藏旅遊觀光（西藏為特殊高海拔旅遊線路，若隱瞞健康狀況，後果自負）。
- 2、西藏地處高原，大部分遊客都會出現不同程度的高原反應，如：頭痛、胸悶、呼吸急促、噁心、嘔吐、失眠等，正常情況下只要注意休息、飲食得當（切勿吃的太飽，增加腸胃負擔）、正確保護自己，一般經過1—2天后，以上症狀都會逐步減輕或消失（自然克服）；症狀若仍無法緩解可適當吸氧或掛水，若情況較為嚴重請及時到醫院就診（不排除極個別的遊客，當天抵達西藏高原反應就較為嚴重，切勿拖延，請及時前往醫院就診）。
- 3、鑒於現在西藏的特殊情況，請客人注意安全，切記不要私自脫離團隊或改變行程；貴重財物請寄在賓館前臺，不可放在房間。晚上出去遊玩請結伴同行，務必在晚上12：00點之前回賓館，以免影響第二天的行程。

****此行程有高原地帶，海拔約2600-3800米左右；團友可能會產生高山反應，請各團友必須注意個人健康，及參加前可向註冊醫生查詢是否適合行程。**

西藏年平均氣溫：

	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
最高	6.8	9.2	12	13.7	19.7	22.5	26.7	28.7	22.6	16.4	11.6	7.7
最低	-10	-6~-9	-3~-2	0.9	5.1	9.2	9.9	9.4	7.6	7.5	-5	-9.1

***旅行團服務費HKD1200/人**

旅遊細則：

- 1.生效期:2025年1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響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
fb.com/goldchoicetrip

戶口名稱: Gold Choice Holidays Limited

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