

出發日期：2024年5月-10月



TIBET 深度西藏

CXTB10R

萬山之主、百川之源、 西藏林芝、拉薩、日喀則 10 天

暢遊：成都、林芝 (雅魯藏布大峽谷、魯朗林海、巴松措)、
拉薩 (布達拉宮、大昭寺、八廓街)、羊卓雍措、
卡若拉冰川、日喀則

- 參觀西藏地區《世界文化遺產》，現存最大、最完整的宮堡式建築群-布達拉宮。整座宮殿依山而建，是藏人心中的聖地，一生必到的地方。
- 參觀大昭寺，是名符其實的藏傳佛教聖地和中心，在藏傳佛教史上擁有極其崇高而聖潔的地位。
- 遊覽西藏三大聖湖之一的羊卓雍措，是喜馬拉雅山北麓最大的內陸湖泊，湖光山色之美，冠絕藏南。
- 遊覽世界第一大峽谷「雅魯藏布大峽谷」
- 拉薩住宿國際品牌「5星標準」聖地天堂洲際大飯店 或同級。
- 細意品嚐：藏香豬風味、魯朗石鍋雞、吾爾朵藏式風味、菌菇風味。

DAY 1

香港 → 成都

香港國際機場集合，由專業領隊陪同下乘客機飛往四川省省會成都稍事休息，以便預備明天西藏之旅。

➤ 成都

別稱「蓉城」，地處四川盆地西部的成都平原腹地，是中國十大古都之一，不僅多年獲得中國宜居城市冠軍，更是超萌熊貓的發源地。

早餐	午餐	晚餐	酒店
	--	--	【成都】5星標準 成都天府空港悅享或同級

DAY 2

成都 → 林芝 > (車程約1.5小時) 遊覽世界第一大峽谷「雅魯藏布大峽谷」【景區環保車】> 遠眺中國最美山峰【南迦巴瓦峰】> 林芝

➤ 雅魯藏布大峽谷

是世界上最大、最深的峽穀，雅魯藏布江河床海拔平均在3000米以上，是世界上最高的大河。遠眺曾被《中國國家地理》雜誌評為「中國最美十大名山」第一名的南迦巴瓦峰、加拉白壘峰等高原極致美景，但一年只有三分之一的時間可以看到南迦巴瓦峰的真容。加拉白壘峰的山頂也是終年白雪，被雲霧纏繞，但相比南迦巴瓦峰的能見度較大。



雅魯藏布大峽谷

➤ 林芝

位於西藏自治區東南部，氣候濕潤，被稱為西藏的江南。這裡擁有豐富的植被和原始自然風貌，峽谷內有雅魯藏布江等河流，以及幽靜的村莊和瀑布等景觀，被譽為“西藏的瑞士”。

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	當地餐廳	藏香豬風味	【林芝】5星標準林芝悅 皇冠度假酒店或同級

DAY 3

林芝 > (車程約3小時) 魯朗 > 魯朗林海觀景台 > 魯朗小鎮 > 雅尼國家濕地公園 (玻璃觀景台) > 林芝

➤ 魯朗林海

是一處雲山霧海裡的森林，周邊雪山林立，溝內森林蔥籠，溪流蜿蜒，如詩如畫，萬物復蘇，展現著林海該有的絢爛，以藏東特有的自然風光為背景，構成一幅絕世油畫。

➤ 雅尼國家濕地公園

河面海拔約 2920 米，是林芝前往雅魯藏布大峽谷的必經地。園內的玻璃觀景台可以遠眺尼洋河匯流雅魯藏布江，台上有一個“此生必駕 318”的標誌。若選擇乘船遊覽，可以近距離觀賞兩江匯流處顏色不同的景象，也可以領略兩岸風光，南岸是喜馬拉雅山脈，北岸是苯日神山。



魯朗林海

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	魯朗石鍋雞	當地餐廳	【林芝】5 星標準林芝悅 皇冠度假酒店或同級

DAY 4

林芝 > (車程約2小時) 巴松措【景區環保車】 > (車程約4小時) 拉薩

➤ 巴松措 (藏東最大的淡水堰塞湖之一)

藏語是「綠色的水」，湖面海拔約 3469 米，是紅教 (藏傳佛教寧瑪派) 的著名神湖和聖地，在高原晴朗的天空下，湖水清澈幽藍，四周雪山倒映其中，黃鴨、沙鷗、白鶴等浮游湖面，湖岸原始森林密佈，風景如詩如畫，呈現一處絕美的人間仙境；更為特別的是，巴松措中央那座秀麗、奇妙的扎西島，設有一座古廟，宛如神仙居住的地方，讓人遐思萬千。



巴松措

➤ 拉薩 (海拔約 3650 米)

一個四面環山的小盆地，是青藏高原的中心。年日照時間 3000 小時以上，125 天的陽光，比中國其他大多數城市多，素有「日光城」的美譽。

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	巴河魚風味	當地餐廳	【拉薩】國際品牌 5 星標準 聖地天堂洲際大飯店 或同級

DAY 5

拉薩 > 布達拉宮 > 藥王山觀景台 (觀看布達拉宮全景)

➤ 布達拉宮 (海拔約 3700 米)

是一座宮堡式建築群，一說為吐蕃王朝松贊幹布為迎娶尺尊公主和文成公主而興建；另一說為，松贊幹布遷都拉薩後的王宮而建。17 世紀重建後，成為歷代達賴喇嘛的冬宮居所，為西藏政教合一的統治中心。

➤ 藥王山觀景台

布達拉宮藥王山觀景台位於拉薩市城關區北京中路布達拉宮西側藥王山上，是非常適合拍攝布宮全景的地方。早上，登上觀景台，當太陽透過雲層，照射到布達拉宮上方的時候，藍天白雲，紅瓦金頂，整個布達拉宮看起來十分莊嚴肅穆；傍晚時分，在觀景台上可看到紅色的霞光撒在布德拉宮上，極其妖嬈。



布達拉宮

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	尼泊爾風味	川菜風味	【拉薩】國際品牌 5 星標準 聖地天堂洲際大飯店 或同級

DAY 6

拉薩 > (車程約 2.5 小時) 羊卓雍措 > (車程約 0.5 小時) 卡若拉冰川 > (車程約 4.5 小時) 日喀則

➤ 卡若拉冰川 (海拔約 5000 米)

背靠西藏四大高峰之一的乃欽康桑峰南坡，冰川上部為一坡度較緩的冰帽，下部為兩個呈懸冰川形式的冰舌；是西藏三大大陸型冰川之一，也是多部電影的外景拍攝地。

➤ 羊卓雍湖 (海拔約 4440 米)

與納木措、瑪旁雍措並三大聖湖，青藏高原南部最大的封閉性內陸湖泊，周圍還有常年不溶的雪山冰峰；湖泊、雪峰與藍天融為一體。



羊卓雍湖

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	當地餐廳	吾爾朵藏式風味	【日喀則】國際品牌 5 星標準 希爾頓酒店 或同級

地址：Room 1704, Chow Tai Fook Centre, 580 Nathan Road, Kowloon, Hong Kong 旺角彌敦道 580 號周大福商業中心 1704 室

牌照號碼：354686

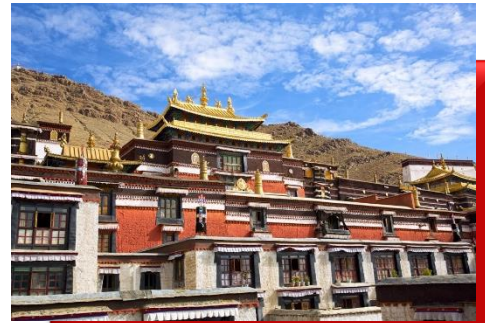
優越旅遊服務熱線：23095666

聯絡我們：info@protours.com.hk

Day 7

日喀則 > 紮什倫布寺 > (車程約4.5小時) 拉薩

- **日喀則 (海拔約 3800 米)**
日喀則位於雅魯藏布江和年楚河之交匯處，地處西藏南部，是西藏第二大城和宗教中心。日喀則是西藏境內色彩最豐富地區，有冰峰雪山、神山聖湖、森林草原、名寺古剎。
- **紮什倫布寺 (海拔約 4000 米)**
藏語為“吉祥須彌寺”，是藏傳佛教格魯派政令中心。其建築融合了藏區傳統建築特色和佛教的特點，將宗教特點毫無保留地展現在世人面前。



紮什倫布寺

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	麵食風味	當地餐廳	【拉薩】國際品牌 5 星標準 聖地天堂洲際大飯店 或同級

DAY 8

拉薩 > 西藏博物館 > 羅布林卡(西藏後花園)

- **西藏博物館**
西藏博物館坐落於拉薩市羅布林卡東南角，是西藏第一座具有現代化功能的博物館。具有鮮明的藏族傳統建築藝術特點，同時又深刻體現了現代建築的實用特點和藝術神韻。
- **羅布林卡 (海拔約 3700 米)**
羅布林卡位於布達拉宮西側約 2 公裡的拉薩河畔。“羅布林卡”在藏語中意為“寶貝園林”，始建於公元 18 世紀中葉，是歷世達賴喇嘛處理政務和進行宗教活動的夏宮。



羅布林卡

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	當地餐廳	野菌火鍋	【拉薩】國際品牌 5 星標準 聖地天堂洲際大飯店 或同級

Day 9

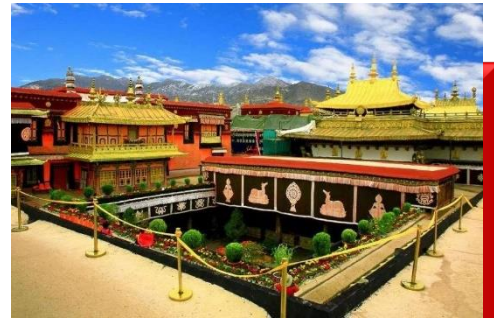
拉薩 > 大昭寺 > 八廓街 → (內陸段) 成都

➤ **大昭寺 (海拔約 3650 米)**

西藏現存吐蕃時期的建築，是最早的土木結構建築，傳說是為了供奉一尊明久多吉佛像，即釋迦牟尼 8 歲等身像。該佛像是當時松贊幹布迎娶尼泊爾尺尊公主從加德滿都帶來。

➤ **八廓街**

在藏語中，“八廓”是“中轉經道”的意思。八廓街引又名八角街，位於拉薩市城關區，是拉薩著名的轉經道和商業中心，較完整地保存了古城的傳統面貌和居住方式。八廓街原街道只是單一圍繞大昭寺的轉經道，藏族人稱為“聖路”。



大昭寺

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	當地餐廳	涮羊肉風味	【成都】5 星標準 成都天府空港悅享或同級

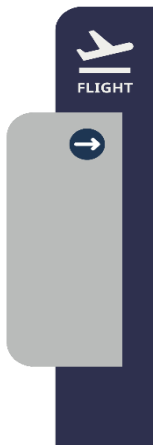
DAY 10

成都 → 香港

早餐後，於指定時間集合，由專業領隊陪同下乘客機飛往香港。

早餐	午餐	晚餐	酒店
酒店	航機上		

航班時間資料



香港 → 成都



成都 → 香港

註:

- ◆ 航機上有機會暫停餐飲服務或安排輕食/餐盒，一切以航空公司安排為準。
- ◆ 航班時間只供參考，如有更改，則以航空公司資料為準。
- ◆ 此團不設停留服務

註:

1. 所有團隊並不包括旅遊保險，本公司要求客人必須購買旅遊保險，並把所有資料於出發前提供副本給本公司，如客人拒絕或如出發前未能提供資料，本公司有權拒絕客人隨團出發並取消其資格，並不作任何退款。閣下之人生及財物安全必須自理。責任概與本旅行社無關。
2. 桃花季節，確實之賞花之日期，數量及觀賞與否，將視乎當地天氣情況而定，僅供參考。
3. 大部份酒店及度假村附設有(WIFI) 無線上網服務，覆蓋範圍及收費均以酒店公佈為準。
4. 團隊將視乎情況而安排領隊，當地合資格之華語或英語導遊、翻譯員、旅遊車司機及工作人員隨車沿途
5. 凡單人或單數(如三人)報名者(佔房人數計算)，需補回單人房附加費，敬請留意！
6. 10人以下或不設隨團領隊出發，本公司將於出發前三天向客人發出集合資料短訊，團友不得藉此退團，敬請留意。
7. 旅行團服務費已包括：領隊、當地合資格之華語或英語導遊、翻譯員、旅遊車司機及工作人員，於完團前個別向團友收取。每位元全程合共(港幣)：\$1400。
8. 參團者必須於報名時購買旅遊保險計劃或已具備綜合旅遊保險。
9. 行程表所列載的航班資料、交通、行程、酒店住宿及膳食等安排，將可能因應不同出發日期而有所變動，詳情請參閱收據備註，恕不另行通知。如此等變動於報名後發生，則本公司會作個別通知。
10. 行程、膳食及住宿的先後次序，以當地接待安排為準，如有調動，恕不另行通知。
11. 團費已包含服務供應商提供之團體優惠，如行程單張沒有註明，客人不會再另外獲得服務供應商提供優惠的差額退款。
12. 以上行程價格及其相關費用(例如燃油附加費、手續費、稅項及旅遊業監管局印花成本等)可在 Pro Tours Limited 優越旅遊有限公司網站查看或向分行職員查詢。
13. 確實團費均以報團當時為準，旺季加幅另行通知。
14. 行程所提及之商店，營業時間將視乎當地商店之安排，如遇休日或提早關門時間，恕不另行通知。
15. 客人可於 Pro Tours Limited 優越旅遊有限公司網站查閱或於報名時向分行索取「旅客須知」，以便於出發前作好適當準備。
16. 確保消費者權益，請詳閱「旅行團報名及責任細則」，客人可向分行職員索取或參閱收據或報名表背頁，並可於 Pro Tours Limited 優越旅遊有限公司網站 (www.protours.com.hk) 下載最新版本。
17. 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；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/>)。
18. 為使閣下可提早準備旅程，當繳交全部款項後，由分行職員講解旅遊資訊。
19. 以上圖片僅供參考，一切以實物為準。
20. 報名前必須先參閱 Pro Tours Limited 優越旅遊有限公司網上最新版本之重要責任及細則。
21. 由於內地酒店須開業最少一年，方可獲正式評級，而已獲評級的酒店，如欲申請提升評級，亦需時辦理手續，故此，酒店在未獲有關單位按國家規定的標準正式評級期間，本社以「準 X 星級」或「X 星標準」標示酒店級數，以便客人參考！

PTL24-CL-009-0412