



四川、雲南

出發日期：2026 年 9 月 - 10 月

10天

貓鼻梁觀四姑娘全景/異域星球墨石公園/ 攝影家天堂新都橋/人間淨土稻城
亞丁/ 梅里雪山日照金山/ 秘境巴拉格宗千年菩提/ 古韻獨克宗月光古城

暢遊/ 四姑娘山雙橋溝、墨石地質公園、桑堆紅草地、亞丁景區、白藏房、梅裡雪山、巴拉格宗、松贊林寺、獨克宗古城

深入川西高原秘境，從「東方阿爾卑斯」四姑娘山的溫柔懷抱啟程，沿著史詩般的G318國道西行，闖入墨石公園的異域星球，仰望理塘天空之城的經幡。在「最後的香格里拉」稻城亞丁，完成對三神山與翡翠海子的終極朝聖；觀賞至今無人登頂過的藏民心中的神山【梅里雪山】，欣賞日照金山的魅力，進入被譽為最後隱世秘境的巴拉格宗，感受高山峽谷的震撼，在純粹天地間，與雪山、草甸、峽谷的心靈對話。

閃亮推介

- ◆『東方阿爾卑斯、蜀山之后』四姑娘山：由四座相連山峰組成，主峰幺妹峰海拔6250米，暢遊精華景區雙橋溝
- ◆行走在 G318 國道的精華段上，天路十八灣及沿途高原風光，將山河壯麗 盡收眼底，像是一場流動的風景盛宴。
- ◆乘坐景區環保車二次進入亞丁景區，深度暢遊「藍色星球最後一片淨土」，集雪山、湖泊、草原、森林於一體。
- ◆入住最佳觀賞梅里雪山日照金山位置的觀景酒店【高山別莊】，避開人潮，在酒店私家花園內梅里雪山十三座山峰，一覽無遺，被公認為一生必看的震撼奇景。
- ◆探索被譽為最後隱世秘境的巴拉格宗，這裡集齊了雪山、大峽谷、冰川、高原湖泊與藏族古村落，因其地勢隱秘、風景震撼，被譽為香格里拉「最後的秘境」。

細意安排

- ◆ 『貼心服務』 安排手機數據SIM卡，方便通訊聯絡
- ◆ 『實用禮品』 每位客人三瓶隨身氧氣瓶，備不時之需；行山手杖，方便登山健行
- ◆ 『內陸客機』 香格里拉飛往成都，翌日成都返港，遊覽更舒適
- ◆ 『豪華VIP旅遊車』 三排航空座椅設計，寬倘舒適。礦泉水供飲用
- ◆ 『純玩全團』 純玩觀光絕無自費，不入購物店。全程安心旅遊；免收領隊、導遊、司機服務小費



精選酒店

國際 5 星品牌標準 / 5 星標準

- ◆ 2 晚 成都 天府皇冠假日酒店(Crowne Plaza Chengdu Tianfu)或同級
- ◆ 1 晚 稻城 雪域花園酒店供養房間 或 稻城明宇麗雅陽光溫泉酒店供養房間 或同級
- ◆ 2 晚 亞丁香格里拉鎮 日松貢布酒店(稻城亞丁店)或 稻城ACE假期酒店(亞丁景區店)或同級
- ◆ 1 晚 德欽 高山別莊·梅裡酒店 或同級
- ◆ 1 晚 迪慶月光城英迪格酒店(Hotel Indigo Diqing Moonlight City By IHG)或同級
- ◆ 4 星標準
- ◆ 1 晚 四姑娘山 新四姑娘山莊 或同級
- ◆ 1 晚 新都橋 新都橋318國道亞朵酒店 或 新都橋贊贊大酒店 或同級



新四姑娘山莊

1 晚 迪慶月光城英迪格酒店(Hotel Indigo Diqing Moonlight City By IHG)

坐落于香格里拉獨克宗古城制高點，可以俯視整個迪慶市區和獨克宗古城，尤其夜晚城市燈光璀璨，酒店亦是最佳拍照，打卡地，酒店毗鄰龜山大佛寺、巨型轉經筒等特色地標，步行即可暢游古城街巷，是感受藏地人文風光的理想下榻之選。尊享洲際旗下國際五星級旅居體驗，愜意領略月光城獨特風情，舒緩旅途勞頓。



2 晚 亞丁香格里拉鎮 日松貢布酒店

坐落于稻城縣香格里拉鎮稻城亞丁鎮最繁華的街道上，亦緊鄰景區游客中心，可遠眺三大神山，出行游覽或晚上逛街都十分便捷。酒店融合傳統藏式碉樓建筑風格，體驗藏地民俗風情，打造舒適安心的高原旅居體驗，輕鬆開啟亞丁淨土之旅。



“德欽飛來寺觀景台核心地帶” 1晚 德欽 高山別莊·梅里酒店

地理位置優越，直面梅里雪山聖峰，緊鄰飛來寺、霧濃頂觀景台等多個著名景點與觀景勝地。設有寬敞觀景客房、地暖系統、專業供氧設備及 24 小時健身設施，尊享直面日照金山的頂級旅居體驗。



精選美饌

成都：野菌風味、酒店風味、川菜風味
景區風味、酒店野菌風味

四姑娘山：中式風味、酒店風味
香格里拉：中式風味

理塘：理塘風味 稻城：酒店風味、
巴拉格宗：巴拉村農家菜風味、敏珠拉姆風味

第 1 天

香港 ➔ 成都

是日集合於香港國際機場，由尊賞假期專業領隊陪同下乘坐國泰航空或四川航空或中國國際航空公司客機飛往“天府之國”成都。

 **成都:** 別稱“蓉城、錦城”，是四川省省會，位於成都平原腹地，地勢平坦、河網縱橫、物產豐富、農業發達，有“天府之國”美譽。

 5 星標準 天府皇冠假日酒店(Crowne Plaza Chengdu Tianfu) 或同級

早餐 ---	午餐 ---	晚餐 ---
-----------	-----------	-----------

第 2 天

成都 ~ 貓鼻樑 ~ 四姑娘山(雙橋溝+環保車)

 **貓鼻樑:** 是欣賞四姑娘山全景的最佳位置(海拔約 3500 米)，可看到四姑娘山四峰相連的壯麗景色。



 **四姑娘山:** 由四座相連的山峰組成，主峰幺妹峰有「東方阿爾卑斯」之稱。四姑娘山鎮海拔約3100米。



 **雙橋溝:** 以雪峰、牧場、草地、森林為主，是四姑娘山最美麗的一條山溝。內有兩座木橋，雙橋溝因而得名」。



 4 星標準 新四姑娘山莊 或同級

早餐 酒店	午餐 野菌風味	晚餐 酒店風味
----------	------------	------------

第 3 天

四姑娘山 ~ 丹巴(東谷天然盆景走廊) ~ 八美(墨石地質公園+電動車) ~ 塔公草原 ~ 新都橋

 **東谷天然盆景走廊:** 連綿數十公里，犛牛河谷中河水清澈，植被完好，林海遮天蔽日，兩岸崇山峻嶺，奇峰異石，如人間仙境。



 **墨石地質公園:** 中國唯一的高原糜棱岩石林地質奇觀，海拔約3500米。在陽光下會呈現墨黑、深灰、淺藍等變色效果，宛如科幻電影中的外星球場景。



 **塔公草原:** 海拔約3730米，是川西著名的「菩薩喜歡的地方」，夏季野花遍地，秋季金黃草甸，冬季雪原蒼茫。外觀塔公寺和木雅金塔。



新都橋：是川西環線中的一個重要驛站，沿線有10餘公里被稱為「攝影家走廊」。秋天時分新都橋的柏楊樹變成金黃色，一片燦爛美景；還有居民朝暮時的炊煙裊裊，更為新都橋增添了一份仙氣與煙火氣。



➡ 4 星標準 新都橋318國道亞朵酒店 或 新都橋贊蕃大酒店 或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 新都橋風味
第 4 天	新都橋～剪子灣山(天路十八灣觀景台)～卡子拉山～理塘(西城門)～兔子山～海子山自然保護區～稻城(桑堆紅草地)	

天路十八灣觀景臺：雅江至理塘的剪子灣山路上，由於海拔較高，道路艱險曲折而得名。站在觀景台俯瞰，有一種震撼的曲線美。



卡子拉山：垭口海拔約4718米。因海拔較高，樹木稀少，主要是高山草甸。山勢層巒疊嶂，直至天邊。

西城門：海拔約4014米，素有「世界第一高城」之稱。城門上的「此生必駕318」標語和背後的雪山草原成為不可錯過的網紅地標。



兔子山：位於海子山自然風景區北部，海拔約4696米，雙石聳立猶如兔耳。山峰寸草不生，周圍是陡峭的冰蝕峰林地貌，景致奇特。



海子山觀景臺：位於理塘縣和稻城縣之間，平均海拔4500米。觀賞亂石嶙峋與遠眺高原海子

桑堆紅草地：每當到了秋天，生長在水中的小草逐漸染成了鮮豔的紅色，在高原陽光的照耀下，更加鮮亮。



➡ 5 星標準 稻城雪域花園酒店 或 稻城明宇麗雅陽光溫泉酒店 或同級 (含房間氧)

早餐 酒店	午餐 理塘風味	晚餐 酒店風味
第 5 天	稻城～香格里拉鎮～亞丁景區+景區環保車+沖古草坪+珍珠海【眺望仙乃日神山】～香格里拉鎮	

香格里拉鎮：舊稱日瓦鄉(海拔約2900米)。位於甘孜州稻城縣南部，境內有亞丁等多個風景區。

亞丁景區：主要由仙乃日、央邁勇、夏諾多吉三座神山和周圍的河流、湖泊和高山草甸組成。被譽為「最後的香格里拉」「藍色星球上的最後一片淨土」。



冲古草坪：由草地、森林、小溪組成天然的盆景，能一睹仙乃日和夏朗多吉的風采。是到冲古寺、珍珠海和絡絨牛場的必經之地



珍珠海：又名卓瑪拉措，海拔4100米，是仙乃日的融雪形成的湖。密林中的珍珠海如一顆鑲嵌在蓮花寶座上的綠寶石，令人目眩。



↪ 國際品牌 5 星標準 日松貢布酒店（稻城亞丁店）或 稻城ACE假期酒店(稻城亞丁景區店)或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 酒店中餐
第 6 天	香格里拉鎮 ~ 第二次進入亞丁景區+景區環保車+電動車~ 洛絨牛場~ 牛奶海#~ 五色海#~ 香格里拉鎮	

洛絨牛場：被三座神山（仙乃日、央邁勇、夏諾多吉）環抱，是觀賞雪山、高山草甸與牧場風情的絕佳地點。此處是前往「牛奶海」與「五色海」徒步路線的起點。

- 行程並未安排前往牛奶海及五色海，景點屬上山健行路段，海拔約4500-4700米，道路狹窄陡峭，沿著山路(有木棧道、石子路、山徑)，從洛絨牛場到牛奶海往返10公里，從牛奶海往上爬坡到五色海約20-30分鐘，全程來回約需 4-6 小時。
- 客人可自行選擇前往牛奶海及五色海，並需簽署當天離團協議書，及注意管控時間。當地牧民在洛絨牛場亦有提供租用馬匹(自費)，請自行注意馬匹班次和安
全。#此路程長且高海拔，建議量力而行。



↪ 國際品牌 5 星標準 日松貢布酒店（稻城亞丁店）或 稻城ACE假期酒店（稻城亞丁景區店） 同級

早餐 酒店	午餐 景區簡餐	晚餐 野菌湯鍋風味
第 7 天	香格里拉鎮 ~ 遠眺白藏房、途經東旺大峽谷+途經毛屋大峽谷、金沙江大拐灣觀景台、梅裡雪山日落* ~ 德欽	

遠眺白藏房：中國規模最大的高原夯土藏式民居群落，坐落于海拔約 2700 米的川西。通體潔白的梯形夯土建築錯落分布在河谷山間，在光影下呈現純白、暖白、等層次質感，是獨具韻味的人文建築奇觀。



金沙江大拐灣觀景台：又叫月亮灣。金沙江穿越河谷在沖出川滇要塞之時，遇到了一個“U”字形的大拐彎。



➡ 5 星標準 德欽高山別莊精品酒店* 或同級

早餐 酒店	午餐 中式料理	晚餐 酒店中餐
第 8 天	梅裡雪山日照金山* ~巴拉格宗景區（千年菩提樹、香格里拉大峽谷、回音壁玻璃棧道）~ 迪慶香格里拉	

🏔️ **觀梅里雪山日出***：藏區八大神山之一，海拔 6740 米的主峰卡瓦格博峰至今仍是未被征服，也是唯一因文化保護而禁止攀登的高峰。



註：*日出及日落是自然現象，若遇天氣因素致未能欣賞，請客人理解。客人不能藉此要求任何賠償*

🏔️ **巴拉格宗景區**：巴拉格宗景區處於滇、川、藏三省交界處，“三江並流”景區的紅山景區範圍內，據說《消失的地平線》描述的藍月亮峽谷就是這裡。

🌲 **千年菩提樹**：樹齡已有 3000 餘年，相傳佛祖釋迦牟尼出遊傳教之時曾在這株菩提樹下小憩，獲得大徹大悟，終成佛陀。



➡ 國際 5 星品牌標準 迪慶月光城英迪格酒店(Hotel Indigo Diqing Moonlight City By IHG)或同級

早餐 酒店	午餐 巴拉村農家菜風味	晚餐 敏珠拉姆風味
----------	----------------	--------------

📷 外觀拍照 | 🏠 入內參觀 | 🛏️ 下榻酒店

註：報名前請參閱本公司網頁 http://www.premiumholidays.com/tour_terms/ 之最新版本的重要責任及細則條款。上述之膳食安排，如遇節日、裝修或特殊情況，將安排其他膳食替代。行程及膳食之先後次序，會按當地實際情況而可能有所改動，如遇特殊情況下關閉或假期或門票售罄，將會以其他節目代替。如遇展覽會或其他特殊情況，而未能提供行程表上的城市或酒店住宿，將安排鄰近或週邊城市之同級酒店住宿，客人不得藉此要求退款或賠償。以上圖片及地圖只供參考。**川滇大香格里拉地區屬高海拔地區，客人出發前必須留意身體狀況或諮詢醫生，並預先採取必要的預防措施。*日出及日落是自然現象，若遇天氣因素致未能欣賞，請客人理解。客人不能藉此要求任何賠償。敬請留意。60歲或以上人士門票優惠：60歲或以上減\$300 *德欽高山別莊酒店雙床觀景房較少，如夫妻安排大床觀景房**

RSCD10R-20260626

第 9 天

迪慶香格里拉 (松贊林寺+環保車、獨克宗古城) → 成都

🏔️ **松贊林寺**：是雲南規模最大的藏傳佛教寺院，是川滇一帶的黃教中心，在整個藏區都有舉足輕重的地位，譽為“小布達拉宮”。



🏔️ **獨克宗古城**：古城中心是月光廣場，古樸的藏式木屋一幢接一幢環繞在四周。是雲南最大的藏民居群，而且是茶馬古道的樞紐。



➡ 5 星標準 天府皇冠假日酒店(Crowne Plaza Chengdu Tianfu) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 中式風味
----------	------------	------------

第 10 天

成都 → 香港

於指定時間前往機場，乘坐國泰航空或中國國際航空或四川航空客機飛返香港。同日抵達，旅程到此完滿結束。

早餐 酒店	午餐 川菜風味	晚餐 ---
----------	------------	-----------