PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

滇藏

拉薩 - 瑞吉度假酒店

出發日期 ：2025 年 8 月 13 日(只辦一團)

13天 滇藏【雪頓節盛典•豪華純玩系列】

觀賞哲蚌寺展佛、感受滇藏美食魅力

暢遊/ 成都、迪慶香格里拉、雲南(奔子欄、德欽)、西藏(鹽井、左貢、然烏湖、波密、魯朗、林芝、巴松措、拉薩)

「賞」話您知

著名美食及旅遊專欄作家紀曉華 Walter KEI 帶您品味滇藏
香港著名美食及旅遊專欄作家-紀曉華先生 (Walter KEI)，熱愛周遊列國，品嚐各地美食。他曾為香港各大電視台及電台等媒體，擔任旅遊及餐飲節目主持人及嘉賓，包括「瀟灑走一回」、「紀好世界」等等。

國泰航空 四川航空 SICHUAN AIRLINES

Tour code: RTBA13K

閃亮推介

- 暢遊藏東南秘境**【波密】**，踏足中國最美六大冰川之一**【米堆冰川】**及中國最美冰川湖泊**【然烏湖】**。
- 參加一年一度藏族最重要的節慶，雪頓節展佛大典及欣賞傳統藏戲表演，品嚐當地特式優酪乳。
- 暢遊西藏自治區首府、日光之城、藏傳佛教聖地**【拉薩】**。參觀《世界文化遺產》**【布達拉宮、大昭寺、羅布林卡】**
- 『酒店奢華，國際品牌，注入了生活感與奢華元素』迪慶香格里拉住宿 2 晚**【月光城英迪格酒店】**。林芝住宿 1 晚**【工布莊園希爾頓酒店】**，拉薩住宿 3 晚**【瑞吉度假酒店】**，享受奢華的住宿體驗。

細意安排

- 『醫護隨團』安排醫護人員隨團照顧團友(第 2-11 天)
- 『西藏旅遊車配備』氧氣鋼瓶、暖水、茶包、咖啡包，礦泉水供飲用
- 『細意餽贈』每位貴賓提供兩瓶隨身氧氣瓶，備不時之需
- 『貼心服務』安排手機數據 SIM 卡，方便通訊
- 『純玩全包團』不安排商店購物、無自費活動項目。包全程機票稅項及免收領隊、導遊、司機服務小費

精選酒店

「國際品牌五星級」迪慶香格里拉 月光城英迪格酒店 (Indigo Diqing Moonlight City)

位於獨克宗古城頂端，地理位置優越，是一家融合藏地文化與現代設計的五星級酒店。酒店靈感源自香格里拉的鄰間文化與古茶馬古道故事，營造出一處心靈旅居的理想之地。

「國際品牌五星級」林芝 工布莊園希爾頓酒店 (Hilton Linzhi Resort)

酒店坐落在被喻為「東方瑞士，藏上江南」的林芝熱嘎村黃牡丹園地塊，背靠喜馬拉雅山脈，面朝雅魯藏布江。藏漢風格設計的豪華客房，配備絕美觀景露臺，溫馨舒適。

精選酒店

「國際品牌五星級」拉薩 瑞吉度假酒店 (The St. Regis Lhasa Resort)

酒店由著名設計師 Jean Michael Gathy 操刀設計，以沙拉寺為設計靈感，融合了現代元素的紅漆木製工藝，讓整個酒店充滿藏式風格。入住 61 平方米(約 656 呎)尊貴豪華客房，設有一般供氧和彌漫供氧設施。

「景區特色酒店」八宿 然烏國際自駕房車露營營地

安排入住全景觀景大床房
如需雙床房，則只能安排入住星空雙床房

營地地勢北高南低，地形相對平坦開闊，視野極佳，湖邊綠草如茵，古樹婆娑，周圍山巒青松搖曳、杜鵑盛開，環境自然優美。南側即是風景如畫的然烏湖，是旅行者觀賞然烏湖美景的理想停留點。

星空雙床房

全景觀景大床房

全景觀景大床房

精選美饌

《有雲・鹿洄天府》- 黑珍珠餐廳指南

有雲•鹿洄天府中國川菜體驗中心，由近代川菜宗師藍光鑒的第三代傳人張元富主理，致力於川菜的傳承與守正。除了能品嚐張元富大師追求極致的傳統的川菜外，還能在川菜文化博物館內，瞭解川菜文化，欣賞美食美器，參觀川菜靈魂之醬的長成，是大眾瞭解川菜文化，食客體驗川菜風味，高端宴客的不二之選。

餐廳結合蜀派園林、蜀人文化和蜀地農產，營造出獨特的川西風格環境，體現“景中生景，步移景異”的園林美學，打造出沉浸式的川菜盛宴，強調“美食美器、重湯重味”的成席思想，展現川菜的味覺、文化和歷史。

行程表內所有膳食及菜式因應食材或季節而有所更改或調整，圖片只供參考。

第 1 天　香港 ✈ 成都

是日集合於香港國際機場，由尊貴假期專業領隊陪同下乘坐國泰航空客機前往「天府之國」成都。

🛌 5 星標準 成都天府空港雲享酒店 或同級

早餐	午餐	晚餐
---	---	酒店餐廳

第 2 天　成都 ✈ 迪慶香格里拉(獨克宗古城)

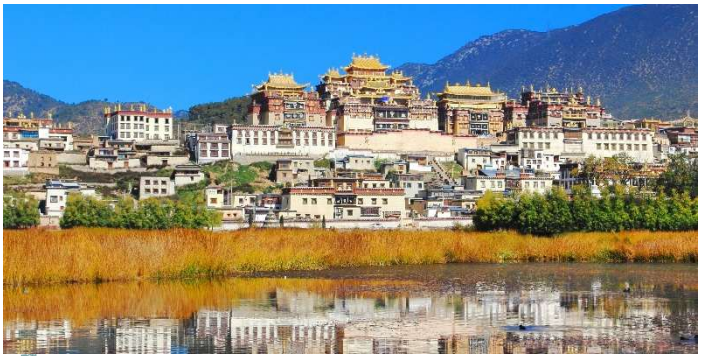
🏙️獨克宗古城: 藏語意為「月光城」和「建在石頭上的城堡」。古城依山而建，路面就地勢鋪築石板，自然起伏。

🛌 國際品牌 5 星 迪慶香格里拉月光城英迪格酒店(Indigo) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	航機上	住宿酒店 藏地黑陶犛牛火鍋

第 3 天　迪慶香格里拉(松贊林寺+電瓶車、普達措景區+環保車、納帕海)

🏙️松贊林寺: 遠望與拉薩布達拉宮相似，其規模宏大，故有“小布達拉宮”的美譽。紮倉、吉康兩大主殿位於寺中心最高點。



🏙️普達措景區: 是全中國第一個國家公園。公園內有明鏡般的高山湖泊、水美草豐的牧場、百花盛開的濕地、茂密的原始森林。

🏙️納帕海: 是一個季節性高原湖泊，位於縣城西北方 8 千米，海拔 3266 米，周圍三面環山。夏季時積雪融化，形成湖泊，秋冬季節湖泊退化形成草原。冬季，黑頸鶴、斑頭雁、野鴨等來此越冬。是一個自然保護區。

🛌 國際品牌 5 星 迪慶香格里拉月光城英迪格酒店(Indigo) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	香格里拉松贊林卡酒店餐廳	特色雲南風味

第 4 天　迪慶香格里拉 ~ 奔子欄(金沙江大拐彎) ~ 飛來寺(遠眺梅裡雪山十三峰) ~ 德欽

🏙️金沙江大拐彎: 世界自然遺產“三江並流”區域的標誌性景觀之一，江水與多條支流匯合，形成“三壁夾兩江”的壯觀景象，被譽為“天下奇觀”。

🏙️飛來寺: 始建於明朝萬曆四十二年(1614 年)，至今已有約 400 多年的歷史，現存建築多為民國時期修繕的藏式土木結構。坐落於滇藏公路沿線，是觀賞梅裡雪山十三峰的絕佳遠眺點之一。

🛌 5 星標準 德欽*松贊梅裡酒店 或 高山別莊梅裡酒店 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	一品羊火鍋 黑山羊火鍋	酒店餐廳

第 5 天　德欽(晨起或可欣賞日照金山勝景)【視天氣情況而定】~ 途經瀾滄江峽谷 ~ 鹽井(鹽井古鹽田) ~ 途經達美擁觀景台 ~ 途經拉烏山埡口 ~ 左貢

📷 瀾滄江峽穀: 發源于青藏高原，流經雲南後進入東南亞，被稱為湄公河。地勢險峻，峽穀深切，河水湍急，形成壯觀的高山峽谷景觀。

📷 外觀拍照 | 🏙️ 入內參觀 | 🛌 下榻酒店

鹽井古鹽田: 已有約 1300 年的食鹽生產歷史，是茶馬古道上的重要明珠。鹽田依山而建，懸掛於峽穀陡壁上，形成層層疊疊、如閣樓般的懸壁梯田景觀，江東江西兩岸分別產出顏色不同的白鹽和紅鹽。

達美擁觀景台: 是觀賞梅裡雪山及其著名“日照金山”景觀的熱門地點之一。還可遠眺達美擁雪山的雄偉景象，感受高山雪峰的壯美與自然的純淨。

拉烏山埡口: 是川藏公路 318 國道上的一個重要山口，海拔約 4338 米，可以俯瞰奔騰的金沙江，視野開闊，景色壯麗，是川藏線上著名的觀景點之一。

左貢匯鼎國際酒店 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	中式料理	酒店餐廳

第 6 天	左貢 ~ 途經覺巴山隧道 ~ 東達山埡口 ~ 八宿(業拉山口+怒江 72 拐、安久拉山口、怒江大峽穀) ~ 途經上下然烏湖(賞星空)

覺巴山隧道: 全長 6995 米，是國道 318 線上的重要隧道工程，是西藏最長的單管雙向公路隧道。

東達山埡口: 是川藏南線(318 國道)上海拔最高的山口，海拔 5130 米， 山的一側是奔騰的瀾滄江，另一側是左貢縣。

業拉山口: 業拉山口是著名的怒江 72 拐盤山公路的最高點，這段盤山路長約 12 公里，擁有 72 個甚至超過 100 個急彎，被稱為“魔鬼路段”。

安久拉山口: 是怒江和雅魯藏布江的分水嶺，地勢平緩，草地廣袤，周圍有許多小水潭，景色寧靜優美。

怒江大峽穀: 是怒江和雅魯藏布江的分水嶺，地勢平緩，草地廣袤，周圍有許多小水潭，景色寧靜優美。

上下然烏湖: 由上然烏湖和下然烏湖兩個相連的湖泊組成。是西藏東部最大的高原冰川湖，海拔約 3850 米，是雅魯藏布江支流帕隆藏布江的重要源頭。晚上可於然烏湖邊賞星空(視天氣情況而定)。

景區特色酒店 八宿然烏國際自駕房車露營營地 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	中式料理	酒店餐廳

第 7 天	然烏湖(晨起賞日出) ~ 米堆冰川+觀光車 ~ 波密(多東寺、古鄉湖)

米堆冰川: 是西藏最重要的海洋型冰川，也是世界上海拔最低的冰川，被《中國國家地理》評為中國最美的六大冰川之一。

多東寺: 位於波密城西南部，屬寧瑪教派，是波密三大寺廟之一，殿堂十分雄偉壯觀。是中外遊客研究民族文化和朝拜的好去處。

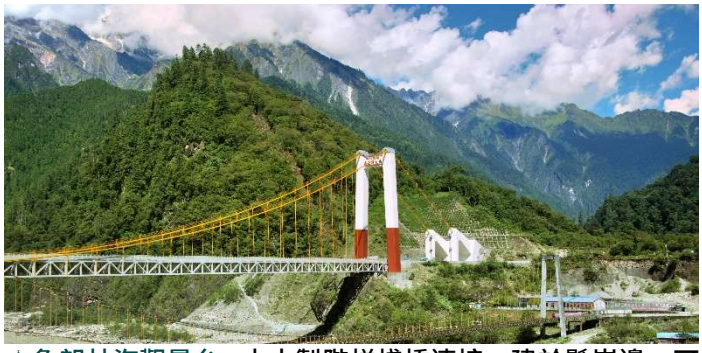
古鄉湖: 位於波密以西 318 國道上，交通便利，為淡水堰塞湖。湖中有一小島，是一個天然公園。

波密隱世山居酒店 或 波密*松贊林卡酒店同級 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	中式料理	酒店餐廳

第 8 天	波密 ~ 途經通麥大橋 ~ 魯朗(魯朗林海觀景台) ~ 林芝(雅尼濕地公園+玻璃橋)

通麥大橋: 是川藏公路南線 318 國道上的重要天險路段的關鍵橋樑工程。大橋跨越帕隆藏布的支流易貢藏布，全長約 258 米。



魯朗林海觀景台: 由木製階梯棧橋連接，建於懸崖邊，可遠眺南迦巴迦峰，能看到雪山腳下茂密的森林和草甸，景色非常豐富且層次分明。

雅尼濕地公園: 坐落於雅魯藏布江與尼洋河的交匯處，海拔約 2920 米，園內設有玻璃觀景台，可以遠眺尼洋河匯入雅魯藏布江的壯闊景象。

國際品牌 5 星 林芝工布莊園希爾頓酒店 (Hilton Linzhi Resort) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	石鍋雞	酒店餐廳

第 9 天	林芝 ~ 巴松措湖(環保車+遊船、措宗寺) ~ 拉薩

巴松措湖: 是西藏東部最大的堰塞湖之一，紅教的一處著名神湖和聖地。湖中央的紮西島，設有一座古廟，宛如神仙居住的地方。

外觀拍照 | 入內參觀 | 下榻酒店

措宗寺: 建造於唐代末年，距今已有約 1500 多年的歷史。寺廟原有一本寺志，但在文化大革命期間被毀，現今寺廟的歷史主要依靠當地老人口述傳說和少量文獻記載。

國際品牌 5 星標準 拉薩瑞吉度假酒店(St. Regis)【供氧經典豪華雙床房】或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	中式料理	酒店中餐

第 10 天 拉薩(布達拉宮、大昭寺、八廓街、布達拉宮廣場夜景)

布達拉宮: 是拉薩乃至西藏最重要的象徵，是西藏現存最大的宮堡式建築群。建築主要由紅宮和白宮組成，中間最高的紅宮是舉行宗教儀式的場所。

大昭寺: 由藏王松贊幹布建造，距今已有 1300 多年的歷史，在藏傳佛教中擁有至高無上的地位。

八廓街: 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，街道上兩旁琳瑯滿目充滿藏族風情的的攤檔商店。

國際品牌 5 星標準 拉薩瑞吉度假酒店(St. Regis)【供氧經典豪華雙床房】或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	中式料理	當地餐廳

外觀拍照 | 入內參觀 | 下榻酒店

第 11 天 拉薩(雪頓節-哲蚌寺+曬大佛儀式、羅布林卡+景區電瓶車+藏戲表演+品嚐特式優酪乳)

哲蚌寺: 藏傳佛教最大的寺廟，與甘丹寺、沙拉寺合稱拉鍊三大寺，亦是格魯派中地位最高的寺院。清晨前往參加藏族一年一度的盛會【雪頓節展佛大典】，是最令人矚目的儀式。一幅長達約 500 平方米、用五彩絲綢織就的巨大唐卡徐徐展露出祥和的容顏，數萬名信徒和深受感染的遊客無不雙手合十，頂禮膜拜。

註：是日約清晨 5 時出發，抵達後需步行約 2-3 公里到指定場地觀看儀式。午餐後返回酒店稍事休息。

羅布林卡: 是歷代達賴喇嘛的夏宮。園林很有特色，既有藏文化的影子，又吸收了內地園林的傳統手法。藏戲演出是雪頓節另一個備受矚目的重要環節。從雪頓節的第二天開始，在羅布林卡、龍王潭公園內，藏戲隊伍每天不停歇地從上午 11 點直唱到暮色降臨。

國際品牌 5 星標準 拉薩瑞吉度假酒店(St. Regis)【供氧經典豪華雙床房】或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	桑吉拉姆拉薩菜 非遺陶罐藏餐	松贊林卡酒店藏餐

第 12 天 拉薩 ✈ 成都

午餐後，於指定時間前往機場，乘坐客機飛往成都。

5 星標準 成都世園瀑布美憬閣酒店 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	中式料理	有雲・鹿洄天府 (黑珍珠餐廳指南)

第 13 天 成都 ✈ 香港

午餐後，於指定時間前往機場，乘坐國泰航空客機飛返香港。同日抵達，旅程完滿結束。

早餐	午餐	晚餐
酒店	當地餐廳	---

註：報名前請參閱本公司網頁 http://www.premiumholidays.com/tour_terms/內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。**西藏屬高海拔地區，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。持護照參團客人，需要辦理入藏函及旅行證，客人需提供護照首頁和中國簽證頁掃描頁(免簽地區或國家除外)，需時 15 個工作天，費用港幣$200。*按林芝當地政府公告，雅魯藏布大峽谷地區不對持護照人士開放。持護照參團客人，需要另外安排車輛及工作人員送客人前往酒店休息。午餐客人自行安排。#若紀曉華先生，因個人身體狀況或其它不能遇見因素導致未能隨團，客人不能藉此退出，敬請見諒。以上“#”及“*”之事項安排，客人均不能藉此要求退團，或要求任何賠償，敬請留意。**

特殊情況：8 月屬於雨季途中容易出現塌方堵車風險，故沿途酒店餐食需根據途中實際情況調整。

RTBA13K-20250602