



PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

不丹



虎穴寺

如有關提升乘搭商務客位往返服務，請與本公司查詢。

8天【幸福國度】不丹・秘境之鑰

一起走進神秘小國不丹，尋找「幸福的真相」。

暢遊/ 帕羅、廷布、普那卡

出發日期：2026年6-12月

閃亮推介

- ◆ 團費已包每位客人每天USD100可持續發展費(SDF)及不丹簽證費。
- ◆ 安排不丹當地華語導遊接待，深入在地，體驗半個不丹人的生活。
- ◆ 帕羅、廷布、普那卡三大城市各連續住2晚，絕不走馬看花。
- ◆ 4晚住宿5星級酒店，尊貴首選。
- ◆ 於多楚拉山口觀景台一邊品嚐熱茶或咖啡，一邊欣賞108座佛塔與遠處的喜馬拉雅山美景。
- ◆ 換上不丹國服一幘(Gho)與旗拉(Kira)，徹底融入當地日常，在最美宗堡前打卡留念，沉浸於不丹的傳統文化氛圍。
- ◆ 體驗製作沙曼陀羅(Sand Mandala)，是一種深刻的文化與靈性修行，完成後將其掃毀，以此體悟佛教「世事無常、活在當下」的真諦。
- ◆ 為確保客人在長途跋涉後能享用舒適及高質素的用餐環境，重本安排每天於不丹酒店內享用晚餐。



Tour code: BBPA08R



「賞」話你知

- ◆ 不丹，是值得你親自感受的國家。

這裡沒有擁擠的城市、沒有過度開發的觀光，取而代之的是誠實的信仰、未經修飾的山林，以及願意為「幸福」認真努力的人民。

不丹不是走馬看花的地方，它不喧鬧、不追求速度，卻能讓人在片刻之間靜下來，看見生活的另一種可能。



精選酒店

◆ 廷布 2晚住宿5星級 Le Meridien Thimphu 或同級



◆ 帕羅 2晚住宿5星級 Le Meridien Paro, Riverfront 或同級



第 1 天 | 香港 → 曼谷
Hong Kong → Bangkok

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客機前往泰國曼谷。

✈️ 5星級 Hyatt Regency Bangkok Suvarnabhumi Airport 或同級

早餐

--

午餐

--

晚餐

--

第 2 天 | 曼谷 → 帕羅(不丹國家博物館) ~ 廷布(金剛座釋迦牟尼佛像、扎西秋宗)
Bangkok → Paro(National Museum) ~ Thimphu(Buddha Point, Tashichho Dzong)

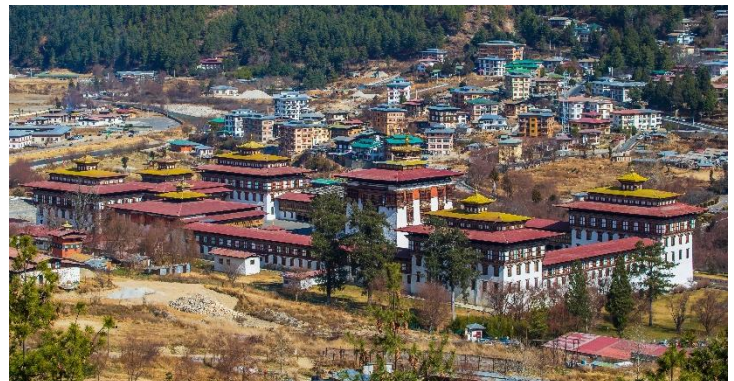
🏰 不丹國家博物館: 曾是一座瞭望塔，坐擁山谷全景，館內收藏豐富的不丹文化文物、傳統服飾和宗教繪畫。



📷 金剛座釋迦牟尼佛像: 主體高約52米的巨大青銅鑲金坐佛，為世界最大坐佛之一。內部供奉十萬尊小佛像，是為世界和平與繁榮而建的著名地標。



🏰 扎西秋宗: 是不丹最具代表性的宗教與政治中心之一。不僅是政府的主要辦公地點，也是國王的宮殿和佛教寺廟。能感受到不丹深厚的宗教氛圍和歷史的脈動，也是不丹必訪的景點。



✈️ 5星級 Le Meridien Thimphu 或同級

早餐

--

午餐

當地餐廳

晚餐

酒店

第 3 天

廷布(郵政博物館、國家手工藝學院、國家紀念佛塔、農夫市集)

Thimphu(Bhutan Postal Museum, National Institute for Zorig Chusum, National Memorial Chorten, Centenary Farmers Market)

🏛️ **郵政博物館:** 不僅是一座郵局，更是一處結合歷史、文化與創意的旅遊地標，展示不丹通訊發展史、珍貴郵票與當地郵政文物。遊客更可製作專屬的個人化郵票。

🏛️ **國家手工藝學院:** 成立於1971年，旨在保存與推廣不丹13種傳統藝術。

🏛️ **國家紀念佛塔:** 是為紀念不丹第三任國王(現代不丹之父)並祈求世界和平而建。佛塔以白色塔身、金色尖頂和壯觀的轉經輪聞名。



🏛️ **農夫市集:** 不丹大型的傳統市場，出售當地農產品和手工藝品等。

註: 如農夫市集休息，將改為前往工藝品市集(Crafts Bazaar)。

➡️ 5星級 Le Meridien Thimphu 或同級

早餐
酒店

午餐
當地餐廳

晚餐
酒店

第 4 天

廷布 ~ 多楚拉山口(享用熱茶或咖啡) ~ 普那卡(切米拉康、尼姑庵)

Thimphu ~ Dochula Pass(Enjoy tea or coffee) ~ Punakha(Chimi Lhakhang, Sangchhen Dorji Lhuendrup Nunnery)

🏛️ **多楚拉山口:** 是不丹最著名的隘口，海拔約3100米，天晴時有機會欣賞到喜馬拉雅山壯麗的風景。山口上有108座佛塔，紀念不丹在與印度叛軍戰鬥中犧牲的士兵。



🏛️ **切米拉康寺:** 建於1499年，為紀念「瘋僧」竹巴衰列(Drukpa Kunley)用生殖器降伏惡魔的傳說。村落處處可見陽具彩繪，當地人相信能驅邪與生育祈福象徵。

🏛️ **尼姑庵:** 全稱為桑切多吉倫珠修道院，寺廟供奉著一座約14英尺高的四手觀音銅像，為約120名尼姑提供佛學教育及刺繡、裁縫等職業技能培訓。



➡️ Lobesa Boutique Hotel Punakha 或同級

早餐
酒店

午餐
當地餐廳

晚餐
酒店

第 5 天

普那卡(卡姆沙耶里納耶紀念塔、普那卡懸索橋、普那卡宗)

Punakha(Khamsum Yulley Namgyal Chorten, Punakha Suspension Bridge, Punakha Dzong)

🏛️ **卡姆沙耶里納耶紀念塔:** 是不丹唯一一座專門供奉各種護法神、憤怒尊神像的佛塔，設計細節完全遵循《佛經》而非現代建築技術。佛塔樓高四層，頂層供奉著釋迦牟尼佛像，頂樓天台可俯瞰迷人的普那卡山谷、母親河(Mo Chhu)以及周邊的梯田景致。

註: 從停車場步行至佛塔約需30-45分鐘的健行路程。



🏛️ **普那卡懸索橋:** 不丹最長的懸索橋，全長約160公尺，橫跨清澈的父親河，連接普那卡宗與周邊村莊。

🏛️ **普那卡宗:** 建於17世紀的大型藏式堡壘宮殿建築，是不丹現存第二大及第二古老的宗，座落於父親河與母親河交流之處。普那卡宗亦有「幸福的宮殿」的意思，是不丹國王舉行加冕及大婚的地方。



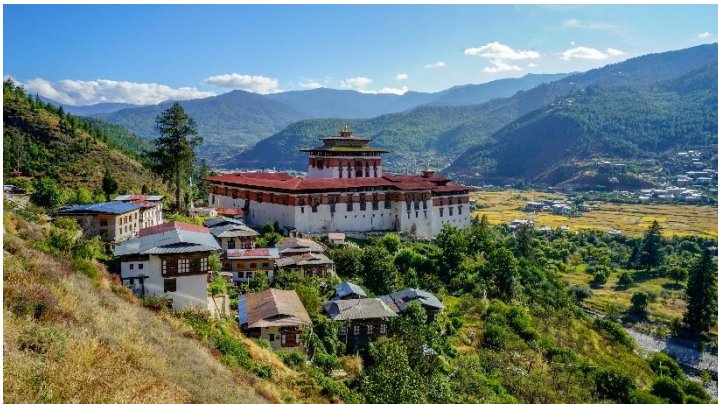
➡ Lobesa Boutique Hotel Punakha或同級

早餐 酒店	午餐 當地餐廳	晚餐 酒店
第 6 天	普那卡 ~ 帕羅(祈楚拉康、日蓬宗+體驗不丹傳統服飾) Punakha ~ Paro(Kyichu Lhakhang, Rinpung Dzong+National Dress Experience)	

🏯 **祈楚拉康**: 又稱朱雀寺或千手千眼觀音寺，建於公元7世紀，是不丹王國最古老、最神聖的寺廟之一，為藏王松贊干布為鎮壓魔女所建的108座寺廟之一。



🏯 **日蓬宗**: 意為「珠寶堆砌的堡壘」，通稱帕羅宗，建於1644年，是不丹最著名、建築最精美的宗堡之一。



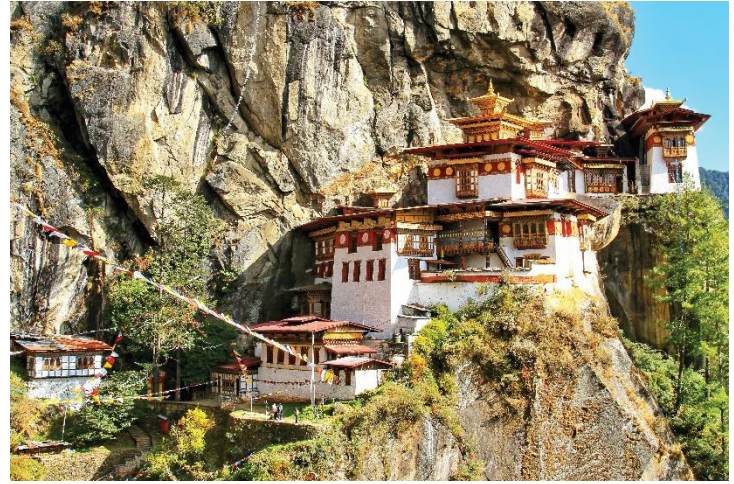
🏯 **不丹傳統服飾體驗**: 不丹傳統國服，女性為旗拉(Kira)和男性為幪(Gho)，可沉浸於不丹的傳統文化氛圍。

➡ 5星級 Le Meridien Paro, Riverfront 或同級

早餐 酒店	午餐 當地餐廳	晚餐 酒店
第 7 天	帕羅(虎穴寺、沙曼陀羅製作體驗) Paro(Taktsang Lhakhang, Sand Mandala Workshop)	

🏯 **虎穴寺**: 是不丹最神聖、最具代表性的佛教寺院，座落於帕羅山谷高約900米的懸崖峭壁上，海拔約3120米，是不丹心靈信仰的象徵，也是最著名的朝聖地，被譽為「世界十大寺廟」之一。

註: 從登山口(海拔約2500米)至虎穴寺來回約9公里，正常步行速度加上休息約需4至6小時，需要有一定的體力及健行期間需注意高山反應，建議步伐放慢。請自行衡量個人情況，如有不適者切勿勉強登山。



🏯 **沙曼陀羅製作體驗**: 親身感受傳統壇城沙畫的製作過程，透過精心撒下彩色沙子，體驗這門傳承自西藏佛教的靜心藝術。



➡ 5星級 Le Meridien Paro, Riverfront 或同級

早餐 酒店	午餐 當地餐廳	晚餐 酒店
第 8 天	帕羅 → 曼谷 → 香港 Paro → Bangkok → Hong Kong	
於指定時間前往機場，乘坐不丹航空或不丹皇家航空前往曼谷，轉乘國泰航空客機飛返香港。同日抵達，旅程到此完滿結束。		
早餐 酒店	午餐 --	晚餐 --

註: 報名前請參閱本公司網頁 <https://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 | 酒店、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。🏯 入內參觀 📷 外觀拍照 💰 自費節目 🏠 下榻酒店

BBPA08R_260413