

PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

西藏

拉薩 - 布達拉宮

出發日期：2024 年 11 月 2025 年 3 月

8天 西藏【世界屋脊·雪域美景】純玩全包精選遊

低海拔林芝進藏 / 邂逅神山聖湖名城 / 遍遊藏東南前後藏

暢遊/ 林芝(雅魯藏布大峽谷、巴松措)、拉薩、日喀則(羊卓雍措、卡若拉冰川、江孜)

低海拔林芝進藏 林芝地區平均海拔 2800 米，氣候濕潤，植物茂盛，含氧量高，適合初到高原旅遊的遊客停留，對緩解高原反應非常有用。林芝以壯麗自然的景觀為主，景色宜人，被稱為“西藏江南、東方瑞士”。

閃亮推介

- 前往被稱為“西藏江南、東方瑞士”【林芝】。暢遊被《中國國家地理》評為中國最美峽谷【雅魯藏布大峽谷】，眺望中國最美雪山【南迦巴瓦峰】。遊覽藏東南紅教神湖和聖地【巴松措】。
- 暢遊西藏自治區的首府，藏傳佛教聖地【拉薩】。參觀三大《世界文化遺產》：世界海拔最高、最雄偉宮殿【布達拉宮】，深度安排日夜時間兩次參觀布達拉宮廣場；藏傳佛教信徒聖地【大昭寺、羅布林卡】；古典園林、達賴夏宮【羅布林卡】。
- 走訪後藏【日喀則】，訪歷代班禪駐地【紮什倫布寺】。往英雄之城【江孜】，遊【白居寺、宗山英雄紀念碑】。觀離公路最近冰川【卡若拉冰川】及西藏三大聖湖之一【羊卓雍措】。



Tour code: RXZW08



精選美饌

4 晚酒店晚餐：林芝希爾頓酒店中菜、拉薩香格里拉酒店香宮中菜、日喀則希爾頓酒店中菜、拉薩瑞吉度假酒店中菜
林芝：藏香豬風味、巴河魚風味 拉薩：野菌火鍋風味 日喀則：特色藏餐風味 成都：川菜風味

細意安排

- ◆ 『醫護隨團』 西藏地區(第 2-7 天)安排醫護人員隨團照顧團友
- ◆ 『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。迎賓哈達及精美紀念品
- ◆ 『貼心服務』 安排導賞耳機，清晰聆聽導遊講解，手機數據 SIM 卡，方便通訊聯絡
- ◆ 『純玩全包精選遊』 無購物，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



Premium Holidays
尊賞假期



Premiumholidayshk



電話查詢:2115 9828

如對服務質素有任何意見，歡迎電郵至suggestion@premiumholidays.com 牌照號碼: 353894

尊賞·專享·超越您所想

旅行團·主題旅遊·郵輪假期·專列火車·商務及獨立組團

精選酒店

國際品牌 5 星

- ◆ 2 晚 拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la) 或同級
- ◆ 1 晚 林芝工布莊園希爾頓酒店(Hilton) 或同級
- ◆ 1 晚 日喀則希爾頓酒店(Hilton) 或同級
- ◆ 1 晚 拉薩瑞吉度假酒店(St. Regis) 或同級
- ◆ 1 晚 成都天府皇冠假日酒店(Crowne Plaza) 或同級

當地 5 星標準

- ◆ 1 晚 成都天府機場空港悅享酒店 或同級

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中國國際航空或四川航空客機前往“天府之國”成都。

✈ 當地 5 星標準 成都天府機場空港悅享酒店 或同級

早餐	午餐	晚餐
---	---	航機上 / 客人自理

第 2 天

成都 → 林芝 ~ 雅魯藏布大峽谷景區* (環保車、遠眺南迦巴瓦峰) ~ 林芝

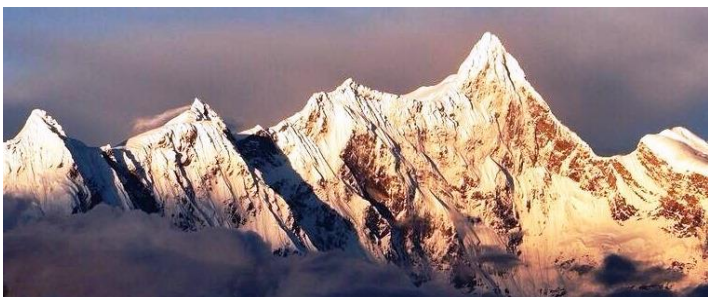
📷 **林芝**: 氣候濕潤，景色宜人。對於初到西藏有高原反應的人來說，先到海拔最低的林芝地區，對緩解高原反應有幫助。

🏞 **雅魯藏布大峽谷景區**: 世界第一大峽谷，動植物的天堂以及原生人文體驗的聖地。是觀賞南迦巴瓦峰的最佳地點。



*註：按當地政府公告，大峽谷地區不對持護照人士開放。持護照參團客人，需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。

🏔 **南迦巴瓦峰**: 海拔 7782 米，全球第 15 的高峰，被評為“中國最美雪山”。山頂冰川高聳，山間雲霧繚繞，景色優美。



✈ 國際品牌 5 星林芝工布莊園希爾頓酒店(Hilton) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐/餐盒	藏香豬風味	住宿酒店中菜風味

第 3 天

林芝 ~ 巴松措 (環保車、紮西島、措宗寺) ~ 拉薩

🌊 **巴松措湖**: 西藏東部最大的堰塞湖之一，紅教的著名神湖和聖地。湖中央的紮西島，有一座古廟，宛如神仙居住地。



📷 外觀拍照 | 🏠 入內參觀 | 🛏 下榻酒店

📷 **拉薩**: 藏傳佛教聖地，又稱“日光城”，位於西藏高原中部，自治區首府，政治、經濟、文化和宗教中心，海拔 3650 米。

✈ 國際品牌 5 星 拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	巴河魚風味	住宿酒店香宮中菜

第 4 天

拉薩 (藥王山觀景台、布達拉宮、大昭寺、八廓街、夜遊布達拉宮廣場)

🏔 **藥王山觀景台**: 拍攝布達拉宮的最佳位置。每至清晨，影友在此等待拍攝布宮日出。人民幣 50 元的圖案就在此拍攝。

🏰 **布達拉宮**: 是拉薩乃至西藏最重要的象徵。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**: 當年松贊干布為紀念尺尊公主入藏而建，是西藏最古老、最神聖的寺廟，在藏民心中具有至高無上的地位。



📷 **八廓街**: 是拉薩的老城區，圍繞大昭寺而建，是最著名的轉經道。也是商業中心，臨街商店販賣各種服飾、工藝品。



✈ 國際品牌 5 星 拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la) 同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	川菜風味	菌王府野菌火鍋

第5天

拉薩 ~ 羊卓雍措 ~ 卡若拉冰川 ~ 江孜 (白居寺、宗山英雄紀念碑) ~ 日喀則

羊卓雍措: 西藏三大聖湖之一。水源來自四周山脉的雪水，不同時刻照射，會顯現出不同層次，極其豐富的藍色。



卡若拉冰川: 在整個西藏離公路最近的冰川，只有三百多米。是西藏三大大陸型冰川之一，為年楚河東部源頭。



江孜: 藏語為“勝利堡壘之頂”。1904 年英軍侵略此地，當地軍民英勇抵抗，故歷史上有“英雄之城”稱號。

白居寺: 建於 15 世紀初，是藏傳佛教薩迦、噶當、格魯三大教派共存的一座寺廟。寺中的“十萬佛塔”獨樹一幟。



宗山英雄紀念碑: 碑矗立於宗山古堡遺址山下的廣場上。為紀念當年西藏人民英勇抵抗英國侵略者而立。



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/zh-HK/> 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。

RXZW08WIN24-20240823

日喀則: 西藏第二大城市，是後藏地區的宗教、政治、經濟、文化中心。為藏傳佛教領袖班禪喇嘛的駐地。

國際品牌 5 星標準 日喀則希爾頓酒店(Hilton)【供氧豪華客房】或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	中餐	住宿酒店中菜風味

第6天 日喀則 (扎什倫布寺) (動車) 拉薩

扎什倫布寺: 是日喀則地區最大的寺廟，為四世之後歷代班禪駐錫之地。參觀寺內最宏偉的強巴佛殿和歷代班禪靈塔。



國際品牌 5 星 拉薩瑞吉度假酒店(St. Regis) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	特色藏餐風味	住宿酒店中菜風味

第7天 羅布林卡+電動車 ~ 拉薩 → 成都

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。



國際品牌 5 星 成都天府皇冠假日酒店(Crowne Plaza) 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	中餐	川菜風味

第8天 成都 → 香港

於指定時間前往機場，乘坐中國國際航空或四川航空客機飛返香港。同日抵達，旅程完滿結束。

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	中餐	---



Premium Holidays
尊貴假期



Premiumholidayshk



電話查詢: 2115 9828

如對服務質素有任何意見，歡迎電郵至 suggestion@premiumholidays.com 牌照號碼: 353894

尊賞 · 專享 · 超越您所想

旅行團 · 主題旅遊 · 郵輪假期 · 專列火車 · 商務及獨立組團