



PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

四川、雲南秋色

四川 - 稻城亞丁

出發日期: 2026年9-11月

10天

四川、雲南【賞·秋色】尋找香格里拉秘境之旅

東方阿爾卑斯四姑娘山/ 異域星球墨石公園/ 攝影天堂新都橋/ 天空之城理塘
人間淨土稻城亞丁/ 梅里雪山日照金山/ 最後的秘境巴拉格宗/ 中甸香格里拉

暢遊/ 四川(成都、四姑娘山、塔公、新都橋、理塘、稻城、香格里拉鎮；雲南(德欽、梅里雪山、巴拉格宗、中甸香格里拉)

深入川西高原秘境，從「東方阿爾卑斯」四姑娘山啟程，經熊貓大道G350國道，東谷天然盆景走廊，參觀「異域星球」墨石公園，繼續前行經塔公草原，外觀塔公寺及金碧輝煌木雅金塔，抵達攝影天堂新都橋。沿「最美國道」318國道西行，經「天空之城」理塘，抵達「最後的香格里拉」稻城亞丁，完成對三神山與翡翠海子秘境之路。沿著東旺公路進入雲南德欽，觀賞藏民心中的神山梅里雪山，欣賞日照金山的魅力。及後進入被譽為「最後隱世秘境」巴拉格宗，感受高山峽谷的震撼，與雪山、草甸、峽谷的心靈對話。行程終點抵達迪慶藏族自治州中甸香格里拉市，參觀「小布達拉宮」松贊林寺。

閃亮推介

- ◆ 『東方阿爾卑斯、蜀山之后』四姑娘山：由四座山峰組成，暢遊精華景區雙橋溝
- ◆ 『熊貓大道』經東谷天然盆景走廊，墨石公園，沿塔公草原，觀塔公寺木雅金塔
- ◆ 『最美國道』318經攝影天堂新都橋、天路十八灣、天空之城理塘，觀賞高原風光
- ◆ 『最後的香格里拉-稻城亞丁』由三座神山和周圍的河流、湖泊、草甸組成。每年10月中旬到11月上旬，金黃色的楊樹林、湛藍的湖海與潔白雪山交織成壯麗秋景
- ◆ 『藏區八大神山之首-雲南德欽梅里雪山』特別安排入住至佳觀景酒店【高山別莊】，在酒店內可欣賞梅里雪山十三座山峰及日照金山的奇景，是一生必看的震撼景觀
- ◆ 『香格里拉最後的秘境-巴拉格宗』《世界自然遺產》「三江並流」核心景區之一
- ◆ 『心中的日月-中甸香格里拉』雲南迪慶藏族自治州首府、同名傳奇小說中的烏托邦

細意安排

- ◆ 『貼心服務』安排手機數據SIM卡，方便通訊聯絡
- ◆ 『內陸客機』中甸香格里拉飛返成都，節省長途車程，令旅途更舒適
- ◆ 『豪華VIP旅遊車』三排航空座椅設計，寬倘舒適。不限量礦泉水供飲用
- ◆ 『實用禮品』安排每位貴賓三瓶隨身氧氣瓶，備不時之需；行山手杖，方便登山健行
- ◆ 『純玩全包團』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



Tour code: RSCD10R



住宿晚數
行程路線

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) 或同級
- ◆ 1 晚 稻城 雪域花園酒店(供氧客房) 或 明宇麗雅陽光溫泉酒店(供氧客房) 或同級
- ◆ 2 晚 亞丁 香格里拉鎮日松貢布酒店 或 ACE假期酒店 或同級
- ◆ 1 晚 德欽 高山別莊·梅里酒店 或同級
- ◆ 1 晚 迪慶 香格里拉月光城英迪格酒店(Indigo 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 318國道亞朵酒店 或 贊蕃大酒店 或同級



成都天府皇冠假日酒店

1 晚 “縱覽古城全景國際品牌 5 星酒店” 迪慶香格里拉月光城英迪格酒店(Indigo by IHG)

坐落於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，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。



1 晚 “絕佳位置觀賞梅里雪山酒店” 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

四姑娘山：野菌風味、酒店風味 **新都橋：**酒店風味 **稻城：**酒店風味 **香格里拉鎮：**酒店野菌湯鍋風味
德欽：酒店風味 **巴拉格宗：**農家菜風味 **中甸香格里拉：**敏珠拉姆藏式風味 **成都：**川菜風味

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中國國際航空或四川航空或國泰航空客機飛往“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。

↪ 國際品牌5星標準 成都天府皇冠假日酒店 (Crowne Plaza) 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，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，四姑娘山最美麗一條山溝。內有兩座木橋，雙橋溝因而得名」。

📷 外觀拍照 | 🏠 入內參觀 | 🚗 下榻酒店



↪ 4 星標準 四姑娘山鎮新四姑娘山莊 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店	野菌風味	酒店風味

第 3 天

四姑娘山 ~ 東谷 (天然盆景走廊) ~ 八美 (墨石地質公園+電動車) ~ 塔公草原 (外觀塔公寺+木雅金塔) ~ #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「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: 川西環線中的一個重要驛站，沿線被稱為「攝影家走廊」。秋天時分柏楊樹變成金黃色，一片燦爛。



4 星標準 新都橋318國道亞朵酒店 或 贊蕃大酒店 或同級

早餐 酒店	午餐 中菜	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)		

天路十八灣觀景台: 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。

理塘西城門: 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，是網紅地標。



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。

海子山自然保護區: 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(供氧客房) 或 明宇麗雅陽光溫泉酒店(供氧客房) 或同級

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 (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」。

#沖古草坪: 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。是到沖古寺、珍珠海和絳絨牛場的必經之地。



#珍珠海: 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。



👉 5 星標準 亞丁香格里拉鎮日松貢布酒店 或同級

早餐 酒店	午餐 中菜	晚餐 酒店風味
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【註1、2】) ~ 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，有提供租用馬匹(自費)，請自行注意馬匹班次和安排。此路程長且高海拔，建議量力而行。

👉 5 星標準 亞丁香格里拉鎮日松貢布酒店 或同級

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 ~ 途經東旺大峽谷+途經毛屋大峽谷+遠眺白藏房 ~ 奔子欄 (金沙江大拐灣觀景台) ~ 德欽 (梅里雪山飛來寺觀景台+日落*)		

🏠 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。

🏠 梅里雪山飛來寺觀景台：主峰卡瓦格博海拔6740公尺，為雲南省最高峰。它是藏區八大神山之首，因神聖與文化保護至今無人登頂，以壯麗的「日照金山」奇觀聞名。



👉 5 星標準 德欽高山別莊·梅里酒店【酒店以觀景大床房為主，夫婦報名將先安排入住觀景大床房】 或同級

早餐 酒店	午餐 中菜	晚餐 酒店風味
----------	----------	------------

📷 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。四川、雲南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。#秋色屬季節性自然現象，若遇天候因素致樹葉未有變色或凋零，會前往原景點純欣賞，請客人理解。*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。以上所有“*”及“#”事項，客人均不能藉此要求退團或要求任何賠償，敬請留意。

60歲或以上人士門票優惠，每位減\$300。只適用於持有效港澳居民來往內地通行證(回鄉證)人士。

RSKD10R26-20260728

第 8 天

梅里雪山日照金山* ~ 巴拉格宗景區 (香格里拉大峽谷、千年菩提樹、回音壁玻璃棧道、巴拉村) ~ 迪慶中甸香格里拉

🏠 巴拉格宗景區：景區處於滇、川、藏三省交界處，“三江並流”紅山景區範圍內，集雪山、峽谷、冰川、河流、高原湖泊、原始森林於一體。主要參觀香格里拉大峽谷、千年菩提樹、回音壁玻璃棧道、巴拉村等。



👉 國際5星品牌標準 迪慶月光城英迪格酒店 (Hotel Indigo by IHG) 或同級

早餐 酒店	午餐 農家菜風味	晚餐 敏珠拉姆藏式風味
第 9 天 迪慶中甸香格里拉 (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黃教寺院，在整個藏區都有舉足輕重的地位，被譽為“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。

👉 國際品牌 5 星標準 天府皇冠假日酒店 (Crowne Plaza) 或同級

早餐 酒店	午餐 中菜	晚餐 中菜
第 10 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或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 川菜風味	晚餐 ---
----------	------------	-----------

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

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