

PREMIUM HOLIDAYS

尊賞假期

西藏 - 喜馬拉雅山脈(珠穆朗瑪峰)

13天【西藏+青海】勇闖珠峰青藏火車深度遊



Tour code: RTBD13

暢遊/ 西藏：林芝(雅魯藏布大峽谷、魯朗、巴松措)、拉薩、山南(澤當、羊卓雍措、卡若拉冰川)、日喀則(江孜、薩迦、定日、絨布寺)；青藏鐵路火車；青海：西寧

珠穆朗瑪峰 簡稱珠峰，是喜馬拉雅山脈的主峰，亦是世界海拔最高的山峰，位於中國與尼泊爾邊境線上，北部在中國西藏定日縣境內，西坡在紮西宗鄉，東坡在曲當鄉，有珠峰大本營。南部在尼泊爾境內。珠峰的高度，尼泊爾等國採用雪蓋高度是 8848 米，而國家測繪局以岩面地質高度為 8844.43 米。2020 年 12 月，中尼共同宣佈珠峰最新高度為 8848.86 米。

閃亮推介

【低海拔進藏】林芝美景之旅

- 世界第一大峽谷【雅魯藏布大峽谷】；中國最美山峰【南迦巴瓦峰】
- 西藏首座玻璃觀景台【雅尼濕地景區】；高原山地草甸【魯朗林海】

【聖城拉薩巡禮】世界文化遺產之旅

- 海拔最高、最雄偉的宮殿、西藏最重要的象徵【布達拉宮】
- 藏傳佛教信徒心中的聖地【大昭寺】；古典園林【羅布林卡】

【山南澤當深度行】藏文化發現之旅

- 西藏第一座宮殿【雍布拉克】；西藏第一座寺廟【桑耶寺】

【西藏兩大聖湖】攬勝之旅

- 羊卓雍措湖；紅教聖地【巴松措】

【後藏日喀則】探秘之旅

- 江孜十萬佛塔【白居寺】；抗英遺址【宗山英雄紀念碑】
- 歷代班禪駐地【扎什倫布寺】；雪域敦煌薩迦派主寺【薩迦寺】

【唐蕃古道青海省會】西寧認知之旅

- 藏傳佛教格魯派六大寺院【塔爾寺】；青海最大清真寺【東關大寺】

【勇闖珠峰】挑戰極限之旅

- 前往世界最高海拔寺院【絨布寺】，近距離觀賞世界第一高峰【珠穆朗瑪峰】雄姿

【青藏鐵路行紀】火車體驗之旅

- 體驗全世界海拔最高的鐵路幹線，感受世界之最



細意安排

- ◆ 『旅遊車配備』 西藏提供氧氣鋼瓶、暖水、紅景天茶包、茶包、咖啡包、礦泉水
- ◆ 『醫護隨團』 西藏地區(第 2-10 天)安排醫護人員隨團照顧團友
- ◆ 『細意餽贈』 每位貴賓提供四瓶隨身氧氣瓶，備不時之需
- ◆ 『青藏火車配備』 專用禮包及西寧火車站行李員服務
- ◆ 『貼心服務』 安排導賞耳機，清晰聆聽導遊講解，手機數據 SIM 卡，方便聯絡

精選酒店

包全程酒店行李生上落行李服務

【國際品牌 5 星標準】

- ◆ 1 晚成都成都機場假日酒店 或同級
- ◆ 2 晚林芝工布莊園希爾頓酒店【豪華露台房】
- ◆ 4 晚拉薩香格里拉大酒店【豪華閣客房】
- ◆ 1 晚西寧索菲特大酒店 或 新華聯詩鉑公寓



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前往“天府之國”成都。

✈ 國際品牌 5 星標準成都機場假日酒店(Holiday Inn) 或同級

早餐

--

午餐

航機上/客人自理

晚餐

川菜風味

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

🏞 雅魯藏布大峽谷景區: 世界第一大峽谷。景區內擁有豐富多元的觀景攝影角度，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，安排車送酒店休息。

🏞 南迦巴瓦峰: 海拔 7782 米，全球排名第 15 的高峰，被評為“中國最美雪山”。山間雲霧繚繞，而山下植被茂密，景色優美。



✈ 國際品牌 5 星標準林芝工布莊園希爾頓酒店(Hilton)【豪華露台房】

早餐

酒店自助餐(或餐盒)

午餐

藏香豬風味(包房)

晚餐

希爾頓酒店晚餐

第 3 天

林芝 ~ 雅尼濕地景區(玻璃橋觀景台) ~ 色季拉山口觀景台 ~ 魯朗林海(2、4 號觀景台) ~ 魯朗牧場 ~ 林芝(巨柏園)

🏞 雅尼濕地景區玻璃橋: 西藏首座玻璃橋觀景台，可盡情觀賞景區沿線尼洋河與雅魯藏布江河匯流之壯闊、旖旎風光。



🏞 色季拉山口觀景台: 是尼洋河流域與帕隆藏布江的分水嶺，海拔 4728 米，可觀雲海和林海。晴天可眺望南迦巴瓦峰峻美的雄姿。

🌲 魯朗林海: 是典型的高原山地草甸地帶，林海由灌木叢和茂密的雲杉、松樹組成。雪山、林海、田園勾畫出一幅優美的“山居圖”。

📷 外觀拍照 | 🏡 入內參觀 | 🚗 下榻酒店



🐎 魯朗牧場: 綠草如茵，野花遍地，馬兒在溪邊悠閒的玩耍，五顏六色的鮮花爭先盛開，一片花的海洋。

🌲 巨柏園: 被稱為“世界柏樹王園林”。園區散佈着數百棵千年古柏，有的高達 50 多米，直徑近 6 米，樹齡達 2000 年。

✈ 國際品牌 5 星標準林芝工布莊園希爾頓酒店(Hilton)【豪華露台房】

早餐

酒店自助餐

午餐

石鍋雞風味(包房)

晚餐

希爾頓酒店晚餐

第 4 天

林芝 ~ 巴松措(船遊湖、紮西湖心島、措宗寺、結巴村觀景台) ~ 拉薩

🏞 巴松措: 西藏東部最大的堰塞湖之一，紅教著名神湖。湖中的紮西島，有古廟措宗寺，宛如神居。登結巴村觀景台，觀巴松措全景。



✈ 國際品牌 5 星拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la)【豪華閣客房】

早餐

酒店自助餐

午餐

巴河魚風味

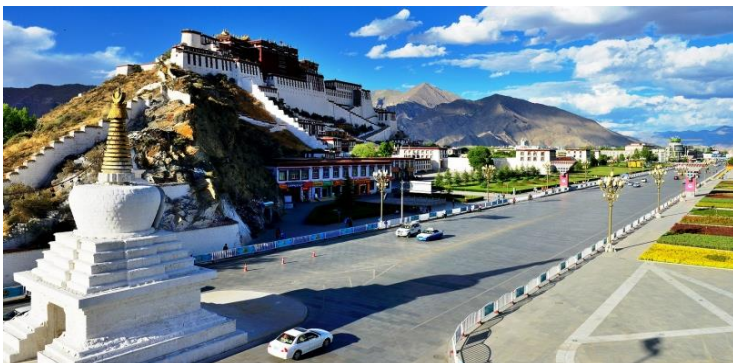
晚餐

香格里拉大酒店中餐

第 5 天

拉薩(藥王山觀景台、布達拉宮廣場、布達拉宮、大昭寺、八廓街、羅布林卡【電動車】、藏藥中心)

🏞 藥王山觀景台: 是拍攝布達拉宮的最佳位置。每至清晨，影友在此等待拍攝日出的布宮景象。人民幣 50 元背面的圖案就在此拍攝。



🏰 **布達拉宮+廣場**: 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，被認為是西藏最神聖的寺廟，在藏民和藏傳佛教信徒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，是西藏最著名的轉經道。同時也是商業中心，臨街的商店，販賣各種服飾、工藝品。

🏰 **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 星拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la) 【豪華閣客房】

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	尼泊爾風味	高原野菌火鍋(包房)

第 6 天 拉薩 ~ 山南澤當(桑耶寺、雍布拉克) ~ 拉薩

🏰 **桑耶寺**: 有“西藏第一座寺廟”美稱，是藏傳佛教史上第一座佛、法、僧三寶俱全的寺廟，公元 762 年興建。



🏰 **雍布拉克**: 是西藏歷史上第一座宮殿，已有 2100 多年的歷史，寺院聳峙於山頭，居高臨下，雅礱河谷風景和田園風光盡收眼底。



🏠 國際品牌 5 星拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la) 【豪華閣客房】

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	山南特色風味	香格里拉大酒店自助餐

📷 外觀拍照 | 🏰 入內參觀 | 🏠 下榻酒店

第 7 天

拉薩 ~ 羊卓雍措 ~ 卡若拉冰川 ~ 江孜(白居寺、宗山英雄紀念碑【眺望宗山古堡遺址】) ~ 日喀則

🏰 **羊卓雍措**: 西藏三大聖湖之一。水源來自四周念青唐古拉山脈的雪水，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，離公路只有三百多米。從羊卓雍措跨越 4330 米的斯米拉山口，後到冰川的冰舌下。

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



🏰 **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。

🏠 4 星標準日喀則喬穆朗宗酒店 或同級

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	極地餐廳西餐	住宿酒店藏餐(包房)

第 8 天

日喀則 ~ 薩迦(薩迦寺) ~ 拉孜 318 國道 5000 公里紀念碑 ~ 定日

🏰 **薩迦寺**: 是藏傳佛教薩迦派的主寺，也是薩迦王朝的首府。保存了許多珍貴的經書、壁畫等，可媲美敦煌，所以被稱為“雪域敦煌”。



🏰 **318 國道 5000 公里紀念碑**: 從上海到西藏的 318 國道，在拉孜縣有一個 5000 公里紀念碑標記，是值得打卡拍照紀念的地方。

🏠 3 星標準定日珠峰賓館 或 白壩大酒店 或同級

註：因珠峰山腳下住宿條件較差，海拔 5200 米，無獨立衛生間，氣溫也比較低，所以特別安排住宿於定日縣駐地協格爾鎮，海拔 4300 米。住宿雖然比珠峰山腳下好很多，但條件也是有限，請諒解。

早餐	午餐	晚餐
酒店自助餐	中餐	中餐

第9天

定日 ~ 珠穆朗瑪峰國家公園(加烏拉山口珠峰觀景台)
~ 絨布寺(眺望珠峰) ~ 日喀則

珠穆朗瑪峰國家公園: 位於西藏西南與尼泊爾交界處，集中了十餘座海拔 7000 米以上的高峰，5 座海拔 8000 米以上的高峰。



加烏拉山口珠峰觀景台: 是前往珠峰大本營必經山垭口，海拔 5210 米。在此可以眺望 4 座 8000 米級雪峰。從左向右排列的順序是瑪卡魯峰、洛子峰、珠穆朗瑪峰、卓奧友峰。



絨布寺: 是屬西藏寧瑪派寺廟。位於珠峰北麓的絨布冰川末端，海拔 5154 米，為世界最高海拔寺院。是觀賞珠峰的最佳地方。



註：按景區公告，目前遊覽珠峰最遠只能抵達絨布寺，從絨布寺眺望珠峰，是觀賞珠峰及拍攝珠峰的最佳位置。實際狀況依景區公告為準。

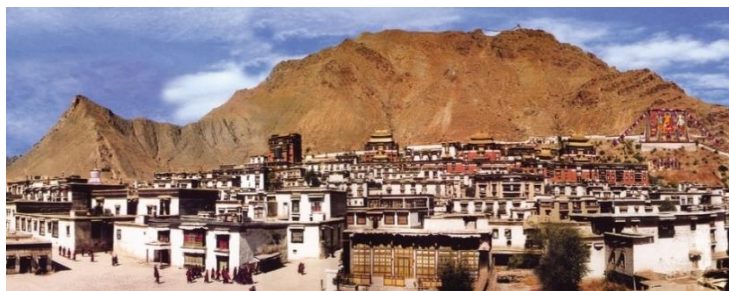
4 星標準日喀則喬穆朗宗酒店 或同級

早餐 酒店	午餐 中餐	晚餐 住宿酒店風味餐(包房)
----------	----------	-------------------

第10天

日喀則(扎什倫布寺、老城自由市場) ~ 拉薩(工藝品中心、夜景布達拉宮廣場)

扎什倫布寺: 是日喀則地區最大的寺廟，位於城西的尼瑪山東面山坡上。寺內最宏偉的建築是大彌勒(強巴佛)殿和歷代班禪靈塔殿。

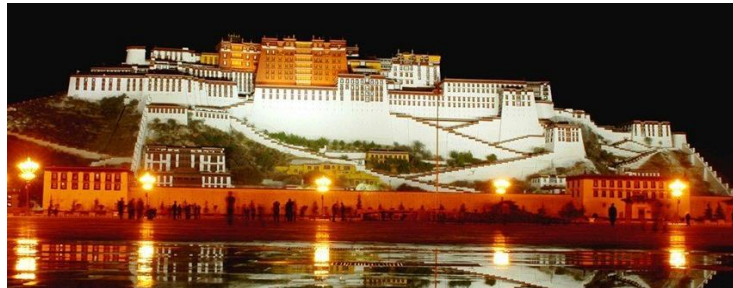


外觀拍照 | 入內參觀 | 下榻酒店

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。***如因航空公司航班調動，將更改為第 12 天下午航班飛往成都，住宿國際品牌 5 星成都香格里拉大酒店或同級。第 13 天由成都飛返香港。參觀遊覽之景點不受影響，客人不能藉此要求任何賠償*。RTBD13SPR21.PDF_210118

老城自由市場: 多為藏式建築，白牆木窗。街上店舖除了有銷售藏民日常生活用品，還有各式各樣民族工藝品。

夜景布達拉宮廣場: 是世界上海拔最高的城市廣場，拉薩許多重要的活動都在此舉行。



國際品牌 5 星拉薩香格里拉大酒店(Shangri-la)【豪華閣客房】

早餐 酒店	午餐 麵食風味	晚餐 香格里拉大酒店自助餐
----------	------------	------------------

第11天

拉薩 西寧(青藏火車軟臥車廂) ~ 沿途青藏高原風光

青藏鐵路: 一條連接青海西寧至西藏拉薩的一級鐵路，是通往西藏腹地的第一條鐵路，是世上海拔最高、線路最長的高原鐵路。



軟臥車廂 (4 人 1 廂)

早餐 酒店	午餐 火車餐卡(4 人 1 桌)	晚餐 火車餐卡(4 人 1 桌)
----------	---------------------	---------------------

第12天

沿途青藏高原風光 西寧(塔爾寺、東關清真大寺)

塔爾寺: 藏傳佛教格魯派六大寺院之一，也是世界第二大佛宗喀巴大師的誕生地。寺院建築恢宏、香火旺盛。



東關清真大寺: 青海省最大的清真寺，建築雄偉，融合了漢、藏、伊斯蘭幾種風格。逢禮拜時，人數眾多，規模盛大。

國際品牌 5 星西寧新華聯索菲特大酒店(Sofitel) 或
新華聯詩鉅公寓(The Sebel)

*註：如因航空公司航班調動，將改為第 12 天下午航班飛往成都。住宿國際品牌 5 星標準成都香格里拉大酒店或同級。

早餐 火車餐卡(4 人 1 桌)	午餐 清真風味	晚餐 住宿酒店自助餐
---------------------	------------	---------------

第13天 西寧 → 成都(或重慶) → 香港

於指定時間前往機場，乘機飛往成都(或重慶)。再轉乘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，旅程完滿結束。

早餐 酒店自助餐(或餐盒)	午餐 航機上/客人自理	晚餐 航機上/客人自理
------------------	----------------	----------------

重要責任及細則

(顧客須於作出任何付款前細讀本“重要責任及細則”所載的條款及條件，當顧客付款後將視為接受所有條款及條件)

- 須填報名表乙份及繳交訂金如下：

團費	訂金收費	餘數繳付限期
HKD5,000元或以下	HKD2,000	40天
HKD5,001 - HKD10,000元或以下	HKD3,000	40天
HKD10,001元或以上	HKD5,000	40天

- 其他地區訂金收費請與本公司查詢。
- 餘款須在餘數繳付限期前全數繳清，逾期未清繳費用，「本公司」將訂位作廢，另所繳之訂金扣除因取消訂位而引致的一切費用包括但不限於「本公司」的行政費用後，才獲發還，所繳之訂金也不得轉與他人或轉用於其他出發日期或其他旅行團。
- 任何遲報名者須於起程前10個工作天內全數繳付團費，須以現金或銀行本票支付。
- 顧客參加「本公司」之各線旅行團，必須自行選擇購買適當的旅遊保險；顧客有責任及必須閱讀和理解保單內的條款細則，及應確保符合保單上的條款及條件。如顧客於出發前14天仍未能提供旅遊保險資料或拒絕購買旅遊保險者，「本公司」將取消顧客之相關訂位，並從所繳團費中扣除因取消訂位而引致的一切費用包括但不限於「本公司」的行政費用。
- 請保留收據，以作特殊情況下退款之憑據。
- 減免折扣優惠，必須於報名時申請及提供證明予「本公司」或「本公司」之特約旅行社。
- 年齡未滿21歲的顧客須符合下列報名要求：
- 15歲以下：必須與父母或監護人同行。
- 滿15歲而未滿21歲：如非與父母或監護人同行，則必須由父母或監護人同意並於報名表簽署作實及具備一份合適的旅遊綜合保險及一份入境國家認可的同意書。
- 「本公司」保留接受報名與否之最終權利。
- 若有任何旅遊查詢，請致電 2115 9828。

費用包括

- 機票：來回經濟客位團體機票。(飛機線適用)
- 鐵路：行程表內所列之鐵路車票。
- 酒店及郵輪住宿：根據行程表內所列或同級酒店，房間是以兩人共用一雙人房為原則。
- 如顧客不同意與其他顧客共用一雙人房間，須辦理報名時提出請求，「本公司」須收取單人房附加費。
- 若團體報名而有單數之同行者不同意共用房間時，必須於報名時確認其單人之性別，以便「本公司」盡量安排相同性別之領隊或顧客共用一雙人房；「本公司」會因應實際情況而要求顧客繳付單人房附加費，顧客不得異議。(適用於指定團別)
- 交通工具：在不損害「本公司」及其他代理人在發生突發或無法預料事件情況下有權替換行程內之交通工具下，採用空氣調節遊覽巴士或旅程表內所列之各式交通工具。
- 膳食：在不損害「本公司」及其他代理人在發生突發或無法預料事件情況下有權替換行程內之項目下，顧客將獲安排行程表內所列或同類食肆。
- 遊覽節目：各項遊覽節目在不損害「本公司」及其他代理人在發生突發或無法預料事件情況下有權替換行程內之項目下，均按照行程表內所包括之遊覽活動。
- 領隊之服務：華籍專業領隊隨團出發。每團之出發人數以不少於15人為原則，在特殊情況下，若人數不足15人「本公司」將不派領隊隨團出發，將由當地導遊接待。
- 行李：每位限攜帶手提行李一件，規格以交通服務供應商為準。寄艙行李數量及重量須視乎交通服務供應商而定，如行李額外超重，費用須由客人承擔。
- 嬰兒收費只包括交通服務供應商出票費，不包括機位或座位、酒店或郵輪住宿、膳食及其他佔座之交通等安排。

費用不包括

- 旅遊證件、各國之入境簽證費及針痘紙費用。
- 給予領隊或導遊或司機之小費。
- 各國之機場稅、港口稅、燃油附加費、航空保險稅。
- 個人行李重逾二十公斤而航空公司收取之附加費。
- 代航空公司或政府收取附加費、稅款或其他徵費服務費每位不多於港幣250元。
- 一切私人性質之費用。
- 所有行程以外之觀光節目。
- 因私人、交通延阻、罷工、颱風或其他情況而「本公司」不能控制所引致之額外費用。
- 旅行平安、醫藥、行李等保險。

臨時取消及退款辦法

- 「本公司」可根據香港旅遊業議會關於「會員因迫不得已理由而取消旅行團」的第二百二十三號指引，於處理團員退款時收取該指引列明的手續費及退票費(如適用)；詳情請瀏覽香港旅遊業議會網頁<http://www.tichk.org/public/website/b5/codes/directive/223>
- 若參加人數不足，或已知或受到不可抗力事件的威脅，「本公司」有權提前取消旅行團，並按香港旅遊業議會相關指引作出安排。
- 指定特殊團別、加班團、包機團等，臨時取消及退款辦法，請參閱有關單張行程上所列。
- 除經「本公司」之特別同意及安排，「本公司」或其委託機構均不接納顧客在出發日或旅途中自行更改由其他人士代為參團，已報名的顧客將被當作自動放棄論，「本公司」無須發還任何團費。
- 顧客如在旅途中突然退出 或不參予任何團體活動(如膳食、觀光或住宿)，均當作自動放棄論，所繳費用概不退還，亦不會安排其他替代活動。
- 顧客因任何理由選擇取消旅行團，應出發日期前以書面或電子郵件方式提出，其他方式將不被接納。惟「本公司」如接納顧客取消旅行團，「本公司」有權於所繳團費或訂金中扣除因取消旅行團而引致的一切費用包括但不限於機票、酒店的費用及「本公司」的行政費用或向顧客要求任何方式索償。
- 凡顧客更改旅遊目的地或日期，「本公司」仍會在切實可行情況下迎合顧客。惟顧客須繳付因此而引致的一切費用包括但不限於機票、酒店的費用及「本公司」的行政費用。

旅行團別	出發前通知日期在 (不包括出發日及通知日)	收費
中國及亞洲旅行團	40天前	全額訂金
	39-34天前	50%之全額費用
	33-21天前	75%之全額費用
	20天或以下	全額費用

* 其他地區取消旅行團收費請與本公司查詢。

旅行團服務費指引

- 由2015年6月1日起報名，旅行團服務費已屬“非建議性質”及其收費內容包括1) 領隊服務費 2) 當地導遊及導賞員服務費 3) 旅遊車司機服務費。客人須根據尊貴假期收費項目繳付。

收集及使用個人資料指引

- 「本公司」及集團內之附屬公司、代理或商業夥伴（不論是在香港或外地）擬使用客人的個人資料作市場推廣、促銷、服務或產品等用途。如未經客人同意，我們不可使用，若客人反對有關資料作上述用途，請發電郵至：webmaster@texpert.com

特約旅行社

遵照旅遊業議會指示，所有團費並不包括0.15%之印花費，客人另行繳付並為團友帶來可靠保障，包括：特約旅行社

(一) 旅遊業議會基金：顧客因旅行社破產或挾款潛逃而未能如期隨團旅遊，可申請團費九成之特惠補償。

(二) 旅行團意外緊急援助基金計劃：為參加旅行團外遊時因意外導致傷亡之人士，提供經濟援助。此計劃並非取代保險；團友應自行購買保險，以求全面保障。

如想查詢有關旅行團意外緊急援助基金計劃之資料，請致電旅遊業賠償基金管理委員會秘書處電話熱線：3151 7945查詢。

旅客必須取得印花收據，方可獲得『旅遊業賠償基金』保障。

為確保以上權益，本公司建議隨團旅客保留已蓋有TIC印花之旅行團收據正本交予在港親友妥善保存，以作突發事故之意外或保險索償用途。