TOUR CODE: MTIBG

10天西藏【林芝、前後藏、古城澤當精品團】

行程特點

- 行程第2-9天悉心安排醫護人員照顧團友、提供專業導覽耳機、每人一張數據上網咭
- 全程採用四程航機，特別安排乘內陸客機飛往【林芝】，由低海拔約2,850米順序玩到拉薩約3,650米，讓身體更易適應高原氣候，及安排乘坐【拉日鐵路】列車往返拉薩至日喀則，節省約一半乘旅遊巴的車程時間
- 西藏段旅遊巴附設氧氣瓶、包每人兩支隨身小型氧氣瓶、全程午晚餐包汽水
- 暢遊雅魯藏布大峽谷、巨柏林、魯朗林海觀景台、神秘聖湖【巴松措、羊卓雍措】、布達拉宮、大昭寺兩大世界文化遺產及後藏【日喀則】遊覽著名【扎什倫布寺】、
- 遊覽西藏歷史發源地【澤當】，西藏第一座剃度僧人出家的寺院【桑耶寺】和第一座宮殿【雍布拉康】、夏宮【羅布林卡】、觀看色拉寺喇嘛辯經、紮基寺(西藏財神廟)
- 林芝入住【國際品牌5星】林芝工布莊園希爾頓酒店 Hilton Linzhi Resort
- 拉薩入住國際品牌5星聖地天堂州際大飯店(豪華房)同級酒店尊享【客房彌散式供氧】
- 品嚐地道風味: 石鍋雞風味、藏香豬風味、巴河魚風味、粵菜風味、菌類火鍋、藏式風味、瑞吉度假酒店、香格里拉酒店及聖地天堂州際大飯店自助晚餐。

Day 1 ·

香港 ✈ 成都/重慶/西安
是日由翠明假期領隊陪同下乘客機飛往成都/重慶/西安

膳食:	早餐: -- ｜ 午餐: -- ｜ *晚餐: 中式合菜 ***如遇晚上7:00後抵達之航班、是日晚餐取消，敬請留意!***
住宿:	【國際品牌5星】成都希爾頓酒店 或 重慶凱賓斯基酒店 或 西安【5星標準】. 國際機場空港酒店 或同級

Day 2 ·

成都/重慶/西安 ✈ 林芝(航程約2小時，海拔約2,850米) ~ 雅魯藏布大峽谷風景區(車程約2小時，海拔約2,880米)[包乘景區環保車]沿途觀賞：雅魯藏布峽谷風光、遠眺南迦巴瓦峰(視乎天氣情況而定)...
《行程第2-9天悉心安排醫護人員照顧團友、西藏段旅遊巴附設氧氣瓶、旅遊巴上礦泉水任飲》

雅魯藏布大峽谷	獲得中國世界紀錄協會世界最深大峽谷、世界最長大峽谷兩項世界紀錄。大峽谷中有中國最美的山峰【南迦巴瓦峰】。
膳食:	早：餐盒 ｜ 午：中式合菜｜ 晚：希爾頓酒店中餐或酒店自助晚餐
住宿:	【國際5星品牌】林芝工布莊園希爾頓酒店 *淡季2-3月份，如酒店因入住客量不足而休業，團隊將安排入住4星標準博泰林芝大酒店(豪華房)

Day 3 ·

林芝 ~ *巨柏林【千年柏樹王】 ~ 魯朗林海觀景台(車程約2小時，2、4號觀景台) ~ 途經色季拉山口 ~ 比日神山(觀賞八一鎮全景、動植物活體標本博物館) ~ 由2019年3月15日起出發團隊增遊【藏民家訪】(品嘗酥油茶、製作藏族傳統小吃糌粑、穿著民族服飾拍照、包各貴賓每人一個藏族紀念品)
***於3月20日至4月7日期間出發團隊，將取消參觀巨柏林改往參觀嘎瑪桃花村觀賞野生桃花(需視乎天氣情況而定)**

魯朗林海	整個景點如詩如畫周邊雪山林立，溝內森林蔥籠，有成千上萬種野花競相開放，簡直就是人間天堂。
膳食:	早：酒店｜午：石鍋雞風味｜ 晚：藏香豬風味
住宿:	【國際5星品牌】林芝工布莊園希爾頓酒店 *淡季2-3月份，如酒店因入住客量不足而休業，團隊將安排入住4星標準博泰林芝大酒店(豪華房)

Day 4 ·

林芝 ~ 藏傳佛教寧瑪派聖湖【巴松措湖】(車程約2.5小時，包乘景區環保車) ~ 措宗寺 ~ 沿途車上觀賞尼洋河風光、邦傑塘草原 ~ 拉薩(車程約5小時，海拔約 3650米)

巴松措	藏語中是綠色的水的意思，湖面面積達6千多畝，是紅教的一處著名神湖和聖地。
膳食:	早：酒店｜午：巴河魚風味 ｜晚：聖地天堂州際大飯店中式晚餐
住宿:	【國際品牌5星】拉薩聖地天堂州際大飯店(提升入住豪華房)【客房彌散式供氧】

Day 5 ·

拉薩 ~ 世界文化遺產【布達拉宮】~ 藥王山觀景台(拍攝布達拉宮全景最佳位置) ~ 世界文化遺產【大昭寺】~ 八角街 ~ 工藝品店(註1)

布達拉宮	是一座規模宏大的宮堡式建築群，為西藏政教合一的統治中心。整座宮殿具有鮮明的藏族風格，依山而建，宮中收藏了無數的珍寶，為一座藝術殿堂。
膳食:	早：酒店｜ 午：中式合菜｜ 晚：菌類火鍋
住宿:	【國際品牌5星】拉薩聖地天堂州際大飯店(提升入住豪華房)【客房彌散式供氧】

Day 6 ·

拉薩 ~ #日喀則(海拔約3850米)
【*乘搭拉日鐵路列車，車程約3小時】~
黃教四大名寺【扎什倫佈寺、班禪靈塔、自由市場】
~ ^拉薩【*乘搭拉日鐵路列車，車程約3小時】

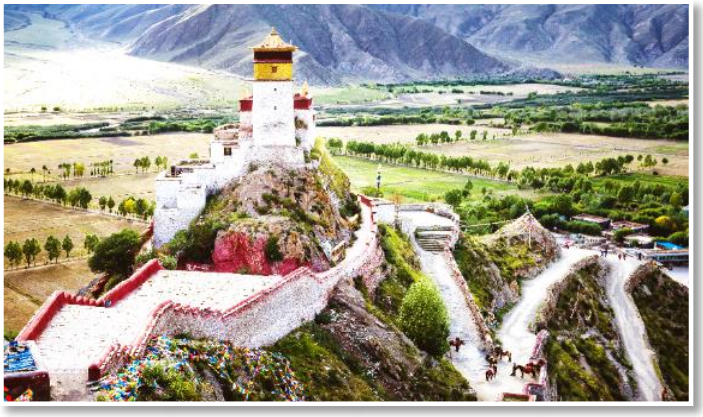
**拉日鐵路車票由鐵路公司隨機出票座位可能會分散，敬請留意!*
#日喀則地區交通配套有限，是日將安排獨立包車租用當地公交車進行行程。

紮什倫佈寺	是日喀則市最大的寺廟，為四世之後歷代班禪喇嘛駐錫之地。位於桑珠孜區城西的尼色日山坡上。
膳食:	早：酒店｜ 午：自熱飯盒｜ 晚：藏式風味
^住宿:	【國際品牌5星】拉薩聖地天堂州際大飯店(提升入住豪華房)【客房彌散式供氧】 ^如遇拉日鐵路列車班次調整導致無法同日返回拉薩，團隊將安排入住日喀則【4星標準】喬穆朗宗酒店(豪華房) 或同級酒店，翌日乘火車回拉薩繼續餘下行程，敬請留意!

Day 7 ·

拉薩 ~ 西藏三大聖湖之一【羊卓雍措(車程約2.5小時，海拔約4441米)】~ 拉薩(車程約2.5小時)

羊卓雍措	藏語意為“碧玉湖”，是西藏三大聖湖之一，像珊瑚枝一般，因此它在藏語中又被稱為“上面的珊瑚湖”，與納木錯、瑪旁雍錯並稱西藏三大聖湖，是喜馬拉雅山北麓最大的內陸湖泊。
膳食:	早：酒店｜ 午：中式合菜｜ 晚：ST REGIS瑞吉度假酒店自助晚餐
住宿:	【國際品牌5星】拉薩聖地天堂州際大飯店(提升入住豪華房)【客房彌散式供氧】



Day 8 ·

拉薩 ~ 西藏歷史發源地【澤當】
(海拔約 3560米，車程約3.5小時) ~
西藏第一座剃度僧人出家的寺院【桑耶寺】~
西藏第一座宮殿【*雍布拉康】(車程約1小時) ~
雅魯藏布江觀景台 ~ 拉薩 (車程約3小時)

*如遇雍布拉康維修或暫停開放，行程將改為參觀昌珠寺。

雍布拉康	「雍布」在藏語中的意思為母鹿，「拉」意為後腿，「康」意為宮殿，因為紮西次日山形像一隻臥著的母鹿，雍布拉康正立於母鹿腿上，是第一座建造的宮殿。
膳食:	早：酒店｜ 午：中式合菜｜ 晚：聖地天堂州際大飯店自助晚餐
住宿:	【國際品牌5星】拉薩聖地天堂州際大飯店(提升入住豪華房)【客房彌散式供氧】

Day 9 ·

拉薩 ~【夏宮】羅布林卡(包乘景區電瓶車) ~
色拉寺(*逢週一至週五觀看喇嘛辯經) ~
紮基寺(西藏唯一財神廟) ~ 藏藥中心(註1)

*辯經活動如因天氣或宗教節日影響而取消，本社不作任何形式之補償。

羅布林卡	是歷代達賴喇嘛消夏理政的地方，是一座典型的藏式風格園林，園內種植百餘種拉薩地區常見花木植物，堪稱高原植物園。
膳食:	早：酒店｜ 午：粵菜風味｜ 晚：香格里拉酒店自助晚餐
住宿:	【國際品牌5星】拉薩聖地天堂州際大飯店(提升入住豪華房)【客房彌散式供氧】

Day 10 ·

拉薩 ✈ 香港(經成都或重慶或北京或西安轉機)

於指定時間前住機場，乘坐客機經成都
或重慶或北京或西安轉機返港。

膳食:	早：酒店/酒店餐盒｜ 午：--- ｜ 晚：---

注意事項：中國團隊查詢/包團專線：3962-2982

- 行程次序以當地接待單位安排及航班時間而有所調配，敬請留意。
- 入場參觀之景點如遇特殊情況下關閉或假期休息或門票售罄，將會以其他節目代替。
- 如遇展覽會、其他特殊情況、機位客滿或住房客滿或裝修而未能提供行程表所列的城市住宿或指定酒店或行程所列的用膳餐廳或航班或交通，本公司將安排於鄰近或周邊城市之航班或同級酒店住宿或可能會根據實際情況有所改動，客人不得藉此要求退款或賠償。
- 政府/外交官員、新聞從業員進入西藏境必須申報，若有隱瞞職業而遭拒入境或被檢控，客人需自行承擔一切責任。
- 持回鄉證之港澳及國內外持中國護照之華藉同胞報名無需簽證。
- 因西藏部份地區屬軍事禁區暫不對外國人開放，凡持外國護照或外藉人士如欲報名，請聯絡專線3962-2982查詢。
- 重要事項: 客人必須提供準確證件資料及證件副本以作團隊訂票之用，如客人資料出錯，航空公司或鐵路公司可能拒絕更改資料，客人必須自費重新購買一張正確資料之機票或車票，敬請留意!
- 西藏團隊沿途均是高原地帶，約海拔2,200-5,500米或以上，請各團友必須注意個人健康，參團前可向註冊醫生查詢是否適合行程。
- 如因天氣影響而無法完成所有景點行程，本公司將不作任何金錢上補償，敬請留意。
- 中國的星級酒店，在未獲有關單位的批准正式評定星級之前，按香港旅遊業議會規定，須以X星標準標明酒店的級別，以便客人參考。
- 行程內之圖片，僅供客人參閱。
- 報名前請參閱本公司行程書背頁或網頁www.charming-online.com內之最新版本的旅遊及責任細則條款。

註)
1)行程中所安排之購物商店只適用於2019年3月13日起出發團隊，2019年2月至3月12日期間出發團隊不安排前往購物店舖，商店內產品或服務非由本公司所提供，團友必須清楚了解其價格、產品或服務質數等才決定購買。

氣溫資料 (只供參考)	1-2月	3-4月	5-6月	7月	8月	9月	10月
林芝 海拔約2850米	-2~11℃	2~15℃	10~21℃	13~23℃	13~23℃	11~21℃	5~16℃
拉薩 海拔約3650米	-4~11℃	2~15℃	10~22℃	12~22℃	12~22℃	10~22℃	3~17℃
日喀則 海拔約3850米	-10~10℃	-3~14℃	7~21℃	11~21℃	10~20℃	7~21℃	-2~16℃
澤當 海拔約3560米	-2~9℃	0~13℃	8~20℃	10~19℃	9~18℃	8~20℃	0~14℃
羊卓雍措 海拔約4441米	-7~11℃	0~16℃	7~22℃	12~23℃	12~23℃	10~23℃	5~19℃

氣候和衣著 ：西藏沿線地區早晚溫差較大，部份地區如後藏日喀則早晚溫差在10度以上輕便衣服為主加厚身外套，雖雨水較少但天氣變幻莫測請備雨傘以備不時之需，應帶備充足防曬護膚用品，因西藏沿線地區陽光猛烈紫外線較強及乾燥。

中國長線(西藏)自費節目收費表
(自費節目只適用2019年3月13日起出發團隊，2019年2月至3月12日期間出發團隊不安排自費節目):

地區	項目	成人	小童	成行人數	交通時間	遊覽時間	客人不參加之安排
西藏	文成公主秀	380-580RMB(大小同價)		5人或以上	30-40分鐘	約90分鐘	於酒店休息

**以上自費節目，會到達該地區期間進行，團友可自行決定是否參加。
**以上自費節目價目只供參考，價目如有更改，最後以當地接待單位安排為準。