

Xizang China

中國西藏



團號：PCMTE



【秘境光影·聖域滌心】領略珠峰大本營的雄渾壯闊·
輕徒步新措·瞻仰布達拉宮·邂逅羊卓雍措·入住巴松措
松贊林卡酒店靜享避世寧靜·探秘光影奇跡之旅12日

珠峰大本營/雅魯藏布大峽谷/巴松措(深度新措)/邦傑塘草原/雍布拉康/紮什倫布寺/布達拉宮/大昭寺/羊卓雍措/色拉寺/羅布林卡

★ 全程安排隨團醫護人員，享受無憂之旅

★ 藏區每臺車配備氧氣鋼瓶，每人配一支一次性便攜氧氣瓶



註：行程中所有圖片僅供參考，請以當地實際情況為準，本公司將保留最終解釋權。

光影奇跡

MIRACLE OF LIGHT AND SHADOW



本團特色

01 珠峰大本營

為了保護珠峰核心區環境而設立的生活地帶，它是觀賞珠峰的重要地點之一，能讓遊客近距離領略珠峰的雄偉壯麗，感受大自然的震撼力量和人類挑戰極限的勇氣。



02 羊卓雍措

西藏三大聖湖之一，形狀蜿蜒曲折湖水湛藍如寶石，周圍雪山環繞，景色絕美，在藏傳佛教中具有重要的宗教意義，是青藏高原上一顆璀璨的明珠。



03 雅魯藏布大峽谷

雅魯藏布大峽谷比美國的科羅拉多大峽谷還多出56公里。極限深度為6009米，無論是深度還是長度都排在世界幾大峽谷的前列，成為名副其實的世界第一大峽谷。



04 布達拉宮

宏偉的建築風格、豐富的文化內涵和悠久的歷史底蘊，使其成為世界文化遺產中的瑰寶，閃耀著獨特的宗教與藝術光輝，是藏族人民智慧和精神的象徵。



05 巴松措

湖水清澈碧綠，周圍群山環繞，森林茂密，景色秀麗，是藏傳佛教寧瑪派的一處聖地，有著獨特的自然景觀和深厚的宗教文化底蘊。



06 邦傑塘草原

它的魅力，在於「林芝第一純牧草原」所展現的極致畫卷。這裡地形開闊，綠草如茵，猶如一張鋪向天際的巨毯。

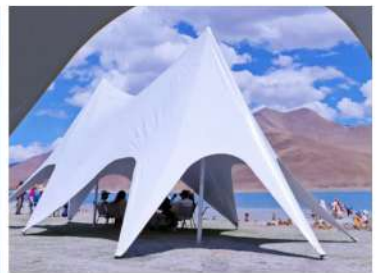




精心策劃・閃亮推介



- ★ 行程安排林芝進藏，拉薩出藏，慢慢適應藏區環境更合理
- ★ 藏區之旅，隨團醫護人員如溫暖陽光，時刻守護，讓您安心暢享高原美景
- ★ 藏區每臺車配備氧氣鋼瓶，每人配一支一次性便攜氧氣瓶
- ★ 站在世界之巔的裙擺——珠穆朗瑪峰大本營，踏入那世界最高的郵局，將心中最誠摯的祈願與夢想，寄出一份來自世界屋脊的祝福與希望
- ★ 特別安排於崗嘎鎮珠峰古堡遺址最佳珠峰觀景點，以航拍視角，解鎖珠穆朗瑪峰的震撼與壯美。為貴賓們留下一份永恆而珍貴的視覺記憶
- ★ 乘坐雅魯藏布江VIP景區包車，輕鬆穿梭於雅魯藏布江的壯美風光之中盡情領略大自然的鬼斧神工，開啟一段舒適又愜意的觀光之行
- ★ 巴松措換乘小車，深入秘境新措，在溪流潺潺、森林鬱鬱間輕徒步，邂逅湖泊的寧靜、冰川的冷峻與雪山的巍峨
- ★ 西藏全段入住當地頂奢酒店，在巴松措松贊林卡枕湖而眠，於拉薩瑞吉領略藏式典雅，從日喀則希爾頓靜賞高原風光，每晚都是非凡體驗



精選美饌

優選當地特色風味：巴河魚風味、尼泊爾風味、菌王府野菌湯鍋、農家風味餐等。



*餐食圖片僅供參考，請以當地實際提供為準。

巴松措松贊林卡

BASON TSOSON ZANLINKA

綠寶石般的湖水倒映著雪山、森林、冰川、草場，也滋養著高峽深谷中的秀麗村落。深深淺淺的綠色蕩漾開來，與天空和遠山相連。天氣晴好時，酒店北面的傑青那拉嘎布（又名「燃燒的火焰」）在陽光的照射下熠熠閃光。酒店內部的色彩搭配是巴松措自然風光的延伸。從公區到客房，不同區域對綠色元素的使用，對應著湖水的四季變化。



拉薩瑞吉酒店

THE ST. REGIS LHASA

拉薩瑞吉度假酒店位於拉薩市主幹道江蘇路，步行即可到達大昭寺及八廓街區域，感受古城的傳統面貌和居住方式。乘坐車約15分鐘，即可遊賞雪域高原上獨具特色的羅布林卡，是一座典型的藏式風格園林。還可從酒店驅車約20-30分鐘，前往俗稱「拉薩三大寺」的色拉寺或哲蚌寺進行朝拜，全情沈浸於藏傳佛教寺院的莊嚴與宏大。



* 以上酒店圖片僅供參考，如遇當天無房，將更換為同級其他酒店。



*此房型僅供參考，需以實際安排為準

Day 01 香港 (香港國際機場) → 成都

📍 是日由翠明假期領隊陪同下乘客機飛往成都，抵達後送返酒店休息。

🍽️ 膳食：早：--- | 午：--- | 晚：---

🏠 住宿：【機場酒店】成都雙流機場空港麗呈華廷酒店或成都雙流國際機場希爾頓花園酒店或同級



雅魯藏布大峽谷



雅魯藏布大峽谷

Day 02 成都 → 林芝 巴松措 雅魯藏布江 林芝

📍 **雅魯藏布大峽谷 (海拔2800米) (含VIP包車)**：地球最深邃的史詩，被譽為「世界第一大峽谷」與「地球上最後的秘境」。

特別安排：安排觀景咖啡，邂逅南迦巴瓦峰

*註：如客人持有「港澳居民來往內地通行證」（非中國籍回鄉卡），需提交外國護照副本以便出入境。由於行程安排無法前往雅魯藏布大峽谷，客人需額外支付港幣500元作為車資，先送回酒店休息，並包午餐。晚上客人可與其他團友會合及一起享用晚餐。

🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：景區農家風味餐 |

晚：酒店 (★獨立包間)

🏠 住宿：【國際品牌五星標準】林芝工布希爾頓或同級



巴松措

Day 03 林芝 巴松措 新措 (徒步)

📍 **巴松措**：又名措高湖，藏語中是“綠色的水”的意思，是紅教的一處著名神湖和聖地。當風拂過，巴松措便被暈染成一幅絕美的油畫。

新措：位於巴松措景區內，是輕徒步天堂，沿途有顏色驚豔的溪流、肥沃的谷地型草甸，新措湖小而美，湖水清澈，在不同天氣和角度下，顏色千變萬化，倒映著雪山，宛如迷人萬花筒。

🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：巴松措湖畔餐廳 | 晚：酒店晚餐

🏠 住宿：【當地五星標準】巴松措松贊林卡酒店或同級



邦傑塘草原

Day 04 巴松措 結巴村 達切拉觀景臺 邦傑塘草原 山南

📍 **松贊林卡專屬視角**：凝望「燃燒的火焰」冰川，定格藏地松贊的極致浪漫。

結巴村：觀景臺可以俯瞰整個結巴村的全貌，欣賞到錯落有致的藏式建築，還能看到田園、森林與遠處的雪山相互映襯，感受濃郁的藏式風情和寧靜的鄉村。

達切拉觀景臺：拍攝巴松措全景的最佳地點之一，從這裡可以將巴松措的湖光山色、湖心島以及周圍環繞的雪山森林盡收眼底。

邦傑塘草原：它不僅是318國道上令人屏息的風景，更承載著工布藏族純粹的牧區文化。在這裡，時間仿佛放緩，只留下天地間的遼闊與寧靜，堪稱一片遺世獨立的雪山桃源。

🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：巴河魚風味 | 晚：中式料理

🏠 住宿：【當地最好標準】山南希爾頓歡朋酒店或山南澤當飯店或同級

紮什倫布寺



Day 05 山南 巴士 雍布拉克 巴士 紮什倫布寺 巴士 日喀則

山南：是西藏古文明的發祥地之一，擁有眾多歷史文化遺跡，承載著深厚的歷史文化底蘊。這裡自然風光壯美，有羊卓雍措等聖湖以及壯麗的雪山冰川，構成了獨特而迷人的自然景觀。

雍布拉克：位於西藏自治區山南市乃東區東南約5千米雅砻河東岸、紮西次日山的山頭上，平均海拔3700米。它是西藏歷史上第一座宮殿，建於西元前2世紀，也是西藏最早的建築之一。深秋時節，宮殿腳下四周金黃的田野、村莊和山脈，將它襯托得傲視群雄，在秋風中，落葉緩緩飄下，充滿了古典氣息。

紮什倫布寺：位於西藏自治區日喀則市尼色日山下。是藏傳佛教格魯派六大寺廟之一，也是歷代班禪的主寺。

膳食：早：酒店自助 | 午：中式料理 | 晚：酒店自助

住宿：【國際品牌五星標準】日喀則希爾頓酒店或同級

珠峰古堡遺址



Day 06 日喀則 巴士 珠峰古堡遺址(無人機航拍珠峰) 巴士 新定日

珠峰古堡遺址：屹立在「世界屋脊」之巔的清代理軍遺存，與地球之巔構成一幅跨越時空的蒼茫畫卷。

特別安排：無人機航拍記錄美好時刻

膳食：早：酒店 | 午：中式料理 | 晚：酒店桌餐

住宿：【當地四星標準】定日珠穆朗瑪酒店或同級

珠峰大本營



Day 07 新定日 巴士 加措拉山口 巴士 珠峰大本營 巴士 絨布寺 巴士 日喀則

珠峰大本營：位於日喀則市定日縣紮西宗鄉，海拔5000米左右的絨布寺一帶，是遊客在景區內可到達的距離珠峰最近的位置。站在珠峰大本營，蒼穹之下，世界之巔的珠穆朗瑪峰近在咫尺，巍峨磅礴的山體在日光下閃耀著聖潔光芒。這裡的天空格外湛藍，雲朵肆意舒展，遠處的冰川與皚皚白雪交相輝映，凜冽的山風呼嘯而過，帶來獨屬於高原的粗獷與豪邁，每一次呼吸都能感受到大自然的雄渾氣魄。

絨布寺：它像一座神聖的燈塔，屹立在珠峰北麓絨布冰川末端，是世界上海拔最高的寺廟。它依山而建，紅白藍相間的外牆色彩鮮豔，與潔白的雪山相互映襯，宛如一幅絕美的畫卷。

特別安排：世界上最高的郵局祈福（給你最親的人送上一份最高祝福～郵寄明信片）

膳食：早：酒店 | 午：中式料理 | 晚：酒店桌餐

住宿：【國際品牌五星標準】日喀則希爾頓酒店或同級

羊卓雍措



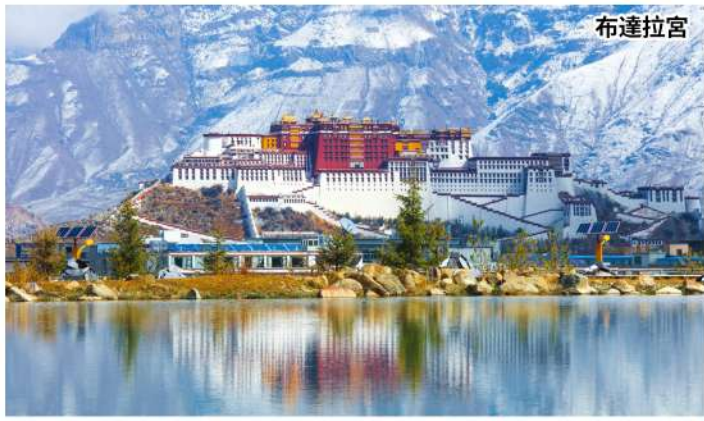
Day 08 日喀則 巴士 羊卓雍措 巴士 拉薩

羊卓雍措：西藏三大聖湖之一，它宛如一條巨大的藍寶石項鍊鑲嵌在海拔4441米的山南群山中，其湖水色彩之奇幻，被譽為「神女散落的綠松石耳墜」。羊湖之美，在於其攝人心魄的多層次藍。湖水因光線、深度和雲影的變幻，呈現出深邃的寶藍、清透的翠藍、柔和的蒂芙尼藍等難以言喻的色彩。從崗巴拉山口俯瞰，蜿蜒曲折的湖岸線與遠處巍峨的寧金抗沙雪山相映，構成一幅絕美的畫卷。

特別安排：無人機航拍+個人寫真+天幕下午茶

膳食：早：酒店 | 午：中式料理 | 晚：中式料理

住宿：【國際品牌五星標準】拉薩瑞吉度假酒店或同級



布達拉宮

Day 09 拉薩市內（布達拉宮、大昭寺、八廓街）

- 📍 **布達拉宮**：被稱為“世界屋脊明珠”，它是拉薩乃至青藏高原的標誌，也是西藏曾經的政權中心。這座世界上海拔最高最雄偉的宮殿裏，收藏著極為豐富的文物和工藝品，同時也珍存著獨一無二的雪域文化遺產。
- 大昭寺**：一座藏傳佛教寺院，具有悠久的歷史和深厚的文化底蘊，是西藏宗教信仰和文化藝術的重要象徵。
- 八廓街**：又名八角街，較完整地保存了古城的傳統面貌和居住方式，藏族人稱為“聖路”。
- 🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：尼泊爾風味 | 晚：菌王府野菌湯鍋
- 🏠 住宿：【國際品牌五星標準】拉薩瑞吉度假酒店或同級



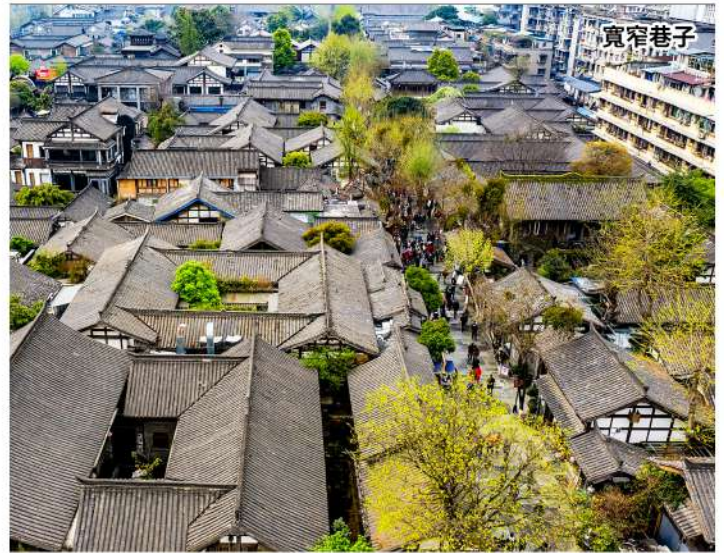
羅布林卡



色拉寺

Day 10 拉薩市內（羅布林卡、色拉寺）

- 📍 **羅布林卡**：是歷代達賴喇嘛的夏宮，一座坐落於拉薩河谷的藏式園林藝術瑰寶。它將高原的粗獷與園林的精巧完美融合，被稱為「拉薩的頤和園」。
- 色拉寺**：它不僅是拉薩三大寺中辯經傳統最著名的寺院，更被譽為藏傳佛教的高等學府。
- 🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：中式料理 | 晚：酒店自助
- 🏠 住宿：【國際品牌五星標準】拉薩瑞吉度假酒店或同級



寬窄巷子

Day 11 拉薩 ➔ 成都 🚗 寬窄巷子

- 📍 **寬窄巷子**：是成都遺留下來的較成規模的清朝古街道，歷經了三百餘年的風雨滄桑，承載著成都的歷史記憶和文化傳承，是這座城市發展的生動寫照。
- 🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：飛機簡餐 | 晚：子非餐廳（★獨立包間）
- 🏠 住宿：【國際品牌五星標準】成都英迪格酒店（2025年開業）或同級

Day 12 成都 ➔ 香港（香港國際機場）

- 📍 早餐後於指定時間前往機場，搭乘客機返港。結束愉快的旅途。
- 🍽️ 膳食：早：酒店 | 午：--- | 晚：---



大昭寺

注意事項 NOTES：

- 如遇航班變動、延誤、取消等原因，本公司有權對行程做出調整或更改景點，客人不可有異議。
- 行程中所列酒店僅供參考，如遇當天無房或其他情況，將為您更換為當地同級別的其他酒店。
- 行程中相關的景點圖片，僅供參考。因受季節氣候等多方面不穩定因素影響，具體需以當地實際情況為準，敬請諒解。
- *註：如客人持有「港澳居民來往內地通行證」（非中國籍回鄉卡），需提交外國護照副本以便出入境。由於行程安排無法前往雅魯藏布大峽谷，客人需額外支付港幣500元作為車資，先送回酒店休息，並包午餐。晚上客人可與其他團友會合及一起享用晚餐。

優惠明細 Discount Details

結伴同行優惠如下：4位或以上同時報名，每位減\$300

注意：優惠名額有限，價目以報名及付訂金為準。團費及優惠如有任何調整或更改，恕不作另行通知。

HK\$2,000

早報名最高優惠勁減



2026年出發日期	成人及小童(佔半房) 最高優惠價	單人房 附加費	全程服務費	各地所有 機場稅項
5月19日 9月18日 10月9日	HK\$28,998 起 HK\$26,998 起	HK\$7,500	HK\$1,560	已包

註：*團隊不設三人同房或加床，單數人數報團需補單人房附加費。*10人以上同行可自選出發日期需配合機位及酒店訂位情況。

⚠ 注意事項 Please Note :

- 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。
- 如團隊出發時人數未滿10人，將不會安排香港領隊隨團出發；只安排當地廣東話接代同事或導遊，跟隨及安排各項行程。
- 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。
- 持有效回鄉證之港澳及國內外持中國護照之華籍同胞報名無需簽證。
- 持外國護照或外籍人士如欲報名，請聯絡查詢。
- 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！
- 旅行團之指定服務費以全程計算，此費用已包括香港領隊、當地導遊費及旅遊車司機之服務費。
- 以上稅金【包括建設稅、保安稅、燃油附加費、各地稅項及認可行政費】，若機場稅及燃油附加費等於出票時調整加幅或匯率上漲，客人須於出發前10天補回額外之差額，敬請留意！
- 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。
- 兩歲以下嬰兒之團費，請向本公司查詢。
- 收費如有更改，恕不另行通知。確實團費均以報名時為準。
- 按香港旅遊業監管局建議，團友應為個人購買旅遊保險。
- 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，按香港旅遊業監管局規定，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網頁 www.charming-online.com 內之最新版本的旅遊及責任細則條款。
- 行程中【雅魯藏布江】的海拔約2,800米左右，【山南】的海拔約3,700米左右，【日喀則】的海拔約4,280米左右，【拉薩】的海拔約3,650米左右，【珠峰大本營】的海拔約5,000米左右，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。
- 另旅遊保險不包括海拔超過5,000米以上的活動，敬請留意。
- 如客人持有「港澳居民來往內地通行證」(非中國籍回鄉卡)，需提交外國護照副本以便出入境。
- 由於行程安排無法前往雅魯藏布大峽谷，客人需額外支付港幣500元作為車資，先送回酒店休息，並包午餐。晚上客人可與其他團友會合及一起享用晚餐。

F-26-CHINA-016-PCMTE (REV2)

16 Jul 2026
牌照號碼：350759

特約旅行社

 www.charming-online.com  Charming Holidays Hong Kong  [charmingholidayshk](https://www.instagram.com/charmingholidayshk)

 獨立組團電話：(852) 2542 1390、中國獨立組團電話：(852) 3962 2905

 (旺角)門市分行：旺角彌敦道639號雅蘭中心辦公樓一期1632室  (金鐘)門市分行：夏慤道18號海富中心商場2樓65號舖