

# 一生必游 A · 揭開藏地密碼 6 天圓夢品質之旅 ( 奢華五星酒店配套 )



线路：拉萨入境 - 羊卓雍湖 - 江孜 - 日喀则 - 拉萨出境 ( 团号：LJR-A )



SPECIAL OFFER

USD 549<sup>up</sup>

★★★★★

BUY NOW!

**\*\*\* 頂級奢華 Shangri-la / The St Regis, 在原生態雪域高原恭候您 \*\*\***  
**\*\*\* 依然為您的神秘西藏圓夢之旅, 提供呵護備至的專享奢華禮遇 \*\*\***

## 行程亮點:

- 雪域聖殿 · 布達拉宮:** 世界屋脊明珠, 世界上海拔最高的宮殿, 珍存着世上独一无二的雪域文化遺產。
- 藏式宗教建築典範 · 大昭寺:** “先有大昭寺后有拉萨城”, 西藏第一座寺廟, 殿宇雄偉, 莊嚴綽綽。
- 後藏聖地 · 扎什倫布寺:** 喜馬拉雅山麓的片石鋪就的路面, 千佛鎊像裝飾的圍牆, 構築起歷代班禪駐錫之地!
- 轉經聖路 · 八廓街:** 拉萨最古老的一條街道, 藏人心中的聖路, 時至今日仍然保留了拉萨古城的原有風貌!
- 西藏聖湖 · 羊卓雍措:** 藏語意為“碧玉湖”、“天鵝池”, 西藏三大聖湖之一, 湖水靈動婉約, 動人心魄!
- 帕拉莊園:** 是西藏大貴族帕拉家族的主莊園, 莊園中還保存着舊時的監獄, 這是西藏貴族統治農奴的工具。

## 風味美食:

高原菌湯、藏式風味餐

## 奢華 5 星酒店:

拉 萨：超 5 星瑞吉度假酒店 / 拉萨香格里拉  
 日喀则：4 星乔穆朗宗酒店 ( 当地最好 )

The St.Regis Lhasa Resort/Shangri-La  
 Qomo Langzong

## DAY1 周三 拉萨入境 Lhasa

抵达拉萨贡嘎国际机场 (LXA) 后, 导游会为远道而来的您敬献洁白的【哈達】。而后乘车前往拉萨市区, 感受高原的洁净空气。接着入住酒店, 作适应性休息。( 免费接机时间段: 0900am - 1100am, 1400pm - 1600pm; 一起接机; 其他时间乘坐飞机抵达的客人可自行前往酒店入住; 乘坐火车前往拉萨的客人须持入藏函复印件进站, 抵达后自行前往酒店入住; 单独接站或非免费接机时间段接机需另付 2-3 人: USD80/ 车 / 次, 不含导游)。

## DAY2 周四 拉萨 Lhasa

早餐后, 前往拉萨的地标—【布達拉宮】, 海拔 3750 多米, 依紅山而建, 規模宏大巍壯壯觀, 被譽為世界屋脊的明珠, 以其極高的歷史價值和闕世寶藏聞名於世。接下來參觀【大昭寺】, 距今已有 1350 年的歷史, 是拉萨最古老的寺廟, 至今仍然是整個藏區地位崇高的中心寺。隨後來到【八廓街】, 又名八角街, 是拉萨著名的轉經道和商業中心, 較完整地保存了拉萨古城的傳統面貌和居住方式。之後參觀藏茶店, 了解藏茶的文化。

Visit Potala Palace, Jokhang Temple, Barkhor Street, Tibetan tea shop

## DAY3 周五 拉萨 / 羊卓雍湖 / 卡若拉冰川 / 江孜 / 日喀则

早餐后, 參加推薦自費的客人, 乘車翻越海拔 4990 米的【岡巴拉雪山】, 遊覽西藏三大聖湖之一的【羊卓雍湖】, 西藏聖湖: 藏語意為“碧玉湖”、“天鵝池”, 西藏三大聖湖之一, 湖水靈動婉約, 動人心魄! 隨後, 乘車經過古城江孜, 前往後藏重鎮一日喀則。從羊卓雍湖出來後, 跨越 5010 米的卡若拉山口後就來到了【卡若拉冰川】的冰舌下。冰舌前海拔 5560 米。此處雪山高聳 (念青康桑峰 7300 米), 周圍冰川地貌突出, 巨大的冰川從山頂一直伸展到離公路只有幾百米的公路邊, 晶瑩幽藍的冰川寒氣逼人, 山峰雲霧飄渺, 彷彿來到了生命絕迹的天界盡頭。隨後參觀【帕拉莊園】是西藏大貴族帕拉家族的主莊園, 位居舊西藏十二大莊園之列, 是目前西藏唯一保存完整的舊西藏三大領主貴族莊園。不參加推薦自費的遊客, 當天續住拉萨自由活动, 當天不含正餐。

Visit : Yamzho Lake, Para Manor, Karola Glacier



月份	周三抵达	月份	周三抵达
2020.04.	01, 08, 15, 22, 29	2020.10.	07, 14, 21, 28
2020.05.	06, 13, 20, 27	2020.11.	04, 11
2020.06.	03, 10, 17, 24	2020.12.	不出团
2020.07.	不出团	2021.01.	不出团
2020.08.	不出团	2021.02.	不出团
2020.09.	02, 09, 16, 23, 30	2021.03.	待告

報名費 (USD)			單間差 (USD)
成人	2-11 岁占床	2-11 岁不占床含早餐	
淡季 2020.0401 - 2020.0630			

<b>USD549</b>	<b>USD549</b>	<b>USD449</b>	<b>USD500</b>
旺季 2020.0901 - 2020.1130			
<b>USD699</b>	<b>USD699</b>	<b>USD599</b>	<b>USD600</b>

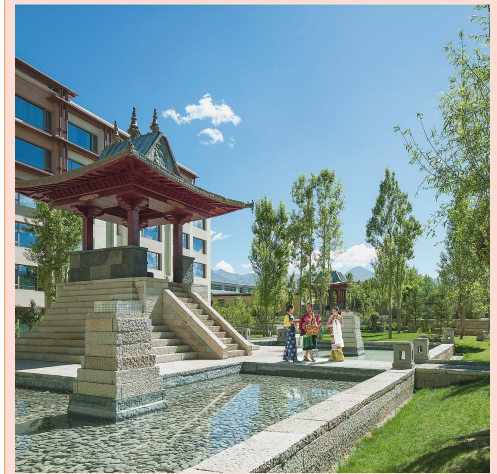
指定自費 (大小同價) (USD)	服務費 (大小同價) (USD)	額外接 / 送機 2人 / 起 (USD)	提前 / 延住酒店 2人 / 起 / 夜 (USD)
<b>180</b>	<b>60</b>	<b>80</b>	<b>230</b>

團費 = 報名費 + 指定自費 + 服務費; 團費於報名時全額支付。  
 2 歲以上指定自費和服務費與成人同價。服務費含導遊、司機小費, 不含行李員服務生服務費。  
 全程跟團; 若客人在行程中不跟團, 則需補 USD100/ 人 / 天脫團費用, 其它費用不退。  
 持有中國身份證、中國護照、香港或澳門回鄉證的客人不需要辦理入藏函, 但需用以上證件購買國內段入藏機票。進藏除攜帶以上證件外, 還須攜帶美國護照或綠卡等證明是華人华侨的相關證件。  
 持外國護照遊客需要辦理入藏函, 乘坐飛機進入拉萨必須持有《入藏函》原件才能登機, 乘坐火車進入拉萨必須持有《入藏函》。不接收台灣護照客人及持外國記者簽證客人。  
 報名費已含入藏函辦理費用 (建議從北京、上海、廣州、成都、重慶、昆明、西安等一二線城市入藏)。辦理入藏函所需文件: 護照首頁 + 簽證掃描件、國籍、職業、性別、出生日期、準確的進藏城市及入藏航班信息, 如上信息請務必提前至少 30 日提交, 如因信息錯誤或延遲提交而造成入藏函無法辦理, 我社概不承擔任何責任, 因此導致的一系列損失由客人自行承擔。辦好後, 請務必通知遊客通過以下兩種方式及時領取《入藏函》。  
 領取入藏函的方式 (費用請提前向客人收取):  
 a. 專人派送: USD80/ 次, 僅限送至北京、上海、廣州、成都、重慶、昆明、西安等城市機場或市區, 請務必提前告知準確地點及聯系人, 其他城市費用另議, 請單獨諮詢我社。如以轉機, 請務必保證至少 4 小時以上的中轉時間。  
 b. 郵寄派送: USD10/ 次, 僅限中國省會城市的市區, 順丰快遞寄送地址範圍內, 請務必提前告知收件地址 (如郵寄至市區酒店還需提供入住及離開酒店的日期、預訂方式“例如名字或團號等”) 郵編、收件人及聯系方式等。  
 以上是針對美加澳成人 (非學生團) 的價格, 美加澳非華人成人需補 USD100/ 人 (不提供英文服務)。  
 此團專為海外華人設計, 安排優秀中文導遊。  
 如因天氣或景區關閉等不可抗拒因素造成無法遊覽我社有權根據行程更換景點。  
 導遊在接團過程中可根據實際情況合理地調整行程內容的先后。  
 我社保留因匯率波動, 接待價格波動而調整價格的權利, 並不需提前通知。

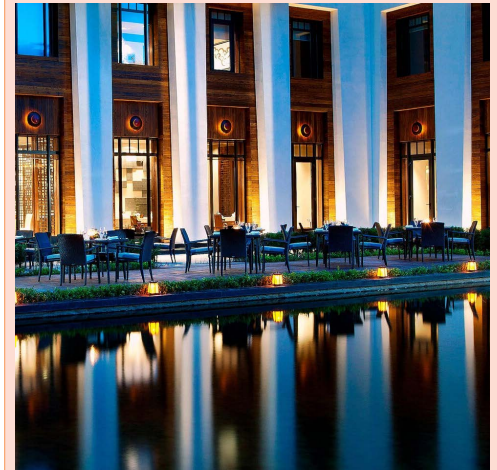
# 一生必游 A · 揭開藏地密碼 6 天圓夢品質之旅 ( 奢華五星酒店配套 )



线路：拉萨入境 - 羊卓雍湖 - 江孜 - 日喀则 - 拉萨出境 ( 团号：LJR-A )



【超 5 星香格里拉酒店】  
[www.shangri-la.com](http://www.shangri-la.com)



【超 5 星瑞吉度假酒店】  
[www.marriott.com.cn](http://www.marriott.com.cn)



特约旅行社

## DAY4 周六 日喀则 - 拉萨 Shigatse-Lhasa

B/L/D

早餐后，参观藏传佛教格鲁派四大寺之一、日喀则地区最大的寺庙—【扎什伦布寺】，可与达赖的布达拉宫相媲美。扎什伦布寺强巴大佛是世上最大的铜佛像，很受信徒的重视。之后乘车返回拉萨。途中参加推荐自费的客人参加【藏民家访】（推荐项目），走进藏族人家，品尝藏族食品，体验藏族民俗，欣赏藏族服饰及歌舞表演。

不参加推荐自费的游客，当天 BUS/TRAIN 往返日喀则，参观【扎什伦布寺】。

Visit : Zashilembu Temple

## DAY5 周日 拉萨 Lhasa

B/L/D

早餐后，前往参观全西藏唯一的一座财神庙—【扎基寺】，寺庙虽小，但香火却十分旺盛。参观地矿博物馆，在此可购买到天珠、唐卡等工艺品。午餐后，前往“拉萨三大寺”之一的【色拉寺】，全称为“色拉大乘寺”，之后参观西藏自治区国营的藏药厂，了解藏药的神奇功效。

Visit Zaki Temple、Sala Temple、Geological and mineral museum、Tibetan medicine shop

## DAY6 周一 拉萨出境 Lhasa

B

早餐后送机，带着美好的回忆返回家乡。

### 指定自费：

【布达拉宫】+【大昭寺】+【八角街】+【扎什伦布寺】+【色拉寺】=USD180/人（必须参加，大小同价）

Compulsory items : 【Potala Palace】+【Jokhang Temple】+【Zashilembu Temple】+【Barkhor Street】+【Sala Temple】=USD180P.P

### 推荐自费：

【羊卓雍湖】+【帕拉庄园】+【卡若拉冰川】+【藏民家访】=USD100/人

Optional items : 【Yamzho Lake】+【Para Manor】+【Karola Glacier】+【Tibetan Home visit】=USD100P.P

以上行程顺序之安排依当地情况调整，敬祝旅途愉快

### 【温馨提示】：

高原反应。部分人初到高原，都有或轻或重的高原反应，属于正常现象。克服高原反应的关键是克服自我内心的恐惧。为防止高原反应请随身携带一些抗高原反应药：诺迪康胶囊、红景天及其制剂、西洋参（对缓解极度疲劳很有用）、速效救心丸等。抵达第一天不要做任何剧烈运动；当晚不要洗澡，以防感冒；不要饮酒，多饮水及吃水果；勿暴食多休息。尽量不要外出活动，保持平常心态和充分的休息。严重贫血或高血压的病人，和严重感冒进藏，切勿盲目进入高原，最好事先咨询家庭医生。

