

# 【遊遍中國】稻城亞丁~成都、四姑娘山、丹巴、雅江、理塘、日瓦~亞丁風景區、康定風情八天（三排椅）

## 【東方航空、台中出發】

【航空公司】東方航空

（以下航班時間&接駁時刻等，僅提供參考，實際請以出發日航班為主）

程別	起飛地	抵達地	航班編號	出發時間	抵達時間
第一天	台中清泉崗機場	成都天府	MU 828	18:00	21:05
第八天	成都天府	台中清泉崗機場	MU 827	13:45	17:00

### 行程特色

【四姑娘山】四姑娘山屬邛崃山脈，主峰姊妹峰海拔6240米。四姑娘山由四座毗連的雪峰組成，終年銀裝素裹，如四個美麗的白衣仙女在群山之中，因而得名。四姑娘山以雄峻挺拔著名，山體陡峭，直指藍天，為各國登山家所矚目，人稱“中國的阿爾卑斯”。四姑娘山由三條溝組成，分別為長坪溝、雙橋溝、海子溝，其中主要景點集中在長坪溝。四座山峰的景點海拔分別為：大姐山峰5355米、二姐山峰5454米、三姐山峰5664米、四姐山峰6250米，另外，婆繆山5413米、巴朗山垭口海拔4487米。



【甲居藏寨】位於甘孜州丹巴縣境內，是極具嘉絨藏族特色的藏民居村寨。遊玩藏寨，在寨子對面的山坡上看全景頗為壯觀的。而走進藏寨後，只能看到一座座分散開的藏式樓房。樓房底下一層圈養牲畜，往上依次有鍋莊室、起居室、經堂和家碓等，有的樓房還設有陽台。潔白的牆壁上繪有日月星辰及宗教圖案，美麗而壯觀。



【新都橋自然風光】新都橋又稱東俄羅，是川藏線上的一個小鎮，位於318國道川藏南北線的分叉路口。無垠的草甸，曲折的溪流，金黃的秋葉，山坡上大片牛羊在安詳的覓食，遠處散落著幾簇藏族村寨，這就是新都橋，號稱「攝影家的天堂」。一個個典型的藏族村落散佈在公路兩旁，依山傍水。淺淺的小河與公路相偎著蜿蜒流淌。房前路旁矗立著一棵棵挺拔的白楊，在夕陽中炫耀著特有的金黃。一群群的犛牛，點綴在田園牧歌式的圖畫中，平添出許多生動。遠處的山脊，舒緩地天幕上劃出一道道優美的弧線。



**【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，是青藏高原上最大的古冰體遺跡，以“稻城古冰帽”著稱。海子山最獨特的景觀即是大大小小的礫石構成的石河、石海以及形態各異的冰蝕湖（海子），1145個大小不等的海子遍布山間，如千百顆鑽石熠熠閃光，其密度之大為世間罕見，海子山由此得名。



**【亞丁風景區】**位於甘孜州南部稻城縣日瓦鄉境內，被國際友人譽為“水藍色的星球上的最後一片淨土”。景區從海拔2900米（貢嘎河口）至6032米（仙乃日峰）攀升，以仙乃日、降邊央、夏納多吉三座雪峰為核心區，其中，人們把仙乃日比作大佛、把央邁勇比作少女，將夏諾多吉當作少年，三座神山就像三尊聖靈，這裡也就成了藏民心中朝聖的聖地。除三座神山外，景區內還有俄初山、牛奶海、五色海、貢嘎銀溝等景點。由於特殊的地理環境和自然氣候，這裡形成了獨特的地貌和自然景觀，是我國保存最完整的一處自然生態系統。亞丁風景區都是與稻城風景區放在一起的，被譽為“最後的香格里拉”。



**【洛絨牛場】**洛絨牛場是亞丁自然保護區著名景點之一，海拔4150米，是附近藏民放牧的牧場。洛絨牛場背靠三座神山，是觀賞三怙主雪山的最佳地點。牛場周圍是連綿的高山草甸，春夏時節草甸上野花盛開，漫山遍野，非常壯觀。貢嘎河從牛場穿過，成群的牛羊在河邊和山坡上悠閒的吃草，一派和諧景象。徒步轉山的背包客常在此安營紮寨，觀賞拍攝神山日出日落。



**酒店安排**（註：入住房間型態依當天飯店所提供之型態為主；圖片為僅供參考。）

★★★★ 天府國際大飯店 Tianfu International Hotel Complex

遠離城市喧囂，獨得一縷清幽靜謐。飯店採用豪華獨立式院落佈局，別具一格的將錦城特有的川蜀文化融入中式華庭榮耀的建築風格中。比鄰天府機場高速，生活設施完善，地理位置得天獨厚。無論是休閒娛樂亦或是商務出行，都能讓賓客浸潤在生活哲學的景觀中品嚐悠閒自得。



### 丹巴吉美大飯店 Jimei Hotel★★★★

飯店位於大渡河源頭，丹巴縣三岔河口，毗鄰小金縣與四姑娘山，地理位置優越環境十分優美！飯店現有精品客房 188 間，其中標準間 110 間，普通單間 40 間，豪華單間 11 間，普通套房 5 間，豪華套房 3 間，家庭套房 3 間，4 人間 15 間，6 人間 1 間。飯店為旅遊愛好者提供了極具特色的藏餐體驗中心、會議沙龍、宴會廳以及全日制自助餐廳。飯店地處丹巴縣城核心區域、綜合購物、度假休閒、坐落在全景玻璃餐廳，能讓您在品嚐美食之餘，體驗丹巴縣的怡人風景！



### 準★★★★ 全季飯店 Ji Hotel ( Ganzi Prefecture Yajiang )

飯店內配備了寬敞的 65 英寸電視，為旅客提供了舒適的觀影體驗。此外，洗衣房的加入，進一步滿足了現代旅客的多重需求，讓您的住宿更加舒適便捷。在雅江全季飯店，您不僅能享受到周到的櫃檯服務，還能品嚐到中藏合璧的豐富早餐，甚至可以品嚐到地道的藏族美食酥油茶和糌粑，每一口都是對味蕾的誘惑。本店提供 24 小時服務，自助洗衣，特色早餐，應急藥品等。飯店旁邊就有便利店、藥房、飯店，是您旅途補給的不二之選。飯店用品都是按照公司高標準購置，洗滌由專業公司進行清洗、熨燙，嚴格執行一客一換的標準原則。



### ★★★★★ 稻城亞丁豪生飯店 Daochengyading Howard Johnson

飯店位於四川省稻城縣亞丁景區入口附近，飯店擁有輕奢風格的客房，房型豐富，行政套房、豪華客房、河景房、山景房，應有具有，足以滿足客戶的多種需求且風格各異、獨具匠心。多功能會議廳可同時容納 150 人左右，會議室裝修精緻，配有 LDE 高清大屏，在飯店豪生閣還設有不同風格的宴會餐廳、自助餐廳和豪華餐飲包廂，提供高檔的中西特色佳餚，名廚主理，聚集川內美食，提供融合菜系佳餚，是您待客度假的不二之選。豪生閣是以典雅的商務宴請氛圍，打造出以前沿高端為出品理念的菜品，川粵融合菜更是餐廳獨具特色的產品。3 個豪華包廂是您在享受美食的同時可以欣賞獨具一格的設計風格。豪生咖啡廳擁有室內、戶外餐位近百個，充分滿足了人和大自然的親密接觸的需求。豪生咖啡廳提供中西結合且具有本地特色的早餐等美食。2022 年開業、房間數量 ( 間 ): 158。



### ★★★★★ 康定康巴美侖國際飯店 Grand Madison Hotel Kangding Kangba

飯店集餐飲、客房、商務、會務、休閒、康樂、旅遊於一體，飯店以其恢弘的氣勢、獨具特色的建築風格、豪華的裝修，鑄成了情歌故鄉一道風景線，不失為甘孜州的地標性建築之一。飯店建築面積 20000 平方米；擁有多種不同房型，房間典雅豪華，溫馨舒適，房內設施齊全，給您帶來尊貴體驗和高端享受。飯店另設有中餐廳、西餐廳及規格不同的大小貴賓包房 11 間，餐位 500 餘個。飯店還配備多功能會議室、KTV、健身房、茶吧、大廳吧、咖啡廳等相應綜合服務設施，並配有現代化的通訊系統、衛星電視接收系統和消防報警系統，滿足賓客的多元化需求。2010 年開業、2019 年裝修、房間數量 ( 間 ): 141。



### ★★★★★ 成都龍泉驛百悅希爾頓飯店 Hilton Chengdu Longquanyi

飯店地理位置優越，緊鄰國家經濟技術開發區和國家汽車產業園區，同時靠近集體育賽事與休閒功能於一體的東安湖體育公園。乘坐地鐵 2 號線可輕鬆直達繁華的春熙路太古裡商圈。從飯店出發，驅車至成都火車東站僅需 15 分鐘、雙流國際機場 30 分鐘、天府國際機場 50 分鐘。



### ★★★★★ 成都中鴻溫德姆至尊飯店 Wyndham Grand Chengdu East

酒店坐落於成都市十陵街道蜀王大道北段 89 號，地理位置優越，交通便利。酒店設施齊全，滿足不同賓客的需求。酒店設有全日制餐廳，全天候提供零點餐品及自助餐，匯聚國際風味佳餚和各類健康美食。中餐廳擁有 11 間私人包廂，呈現地道的本地特色菜餚及環球美味，為賓客帶來非凡的用餐體驗。大堂吧提供精緻下午茶、多樣化商務簡餐及各式香茗、洋酒，是商務會談和休閒放鬆的優雅之選。此外，酒店還為賓客特設康體中心和娛樂設施，包括棋牌房、健身中心、游泳池，賓客可以在此舒緩身心，享受愉悅的度假時光。2025 年開業、房間數量 ( 間 ): 217。



## 每日詳細行程

### 第一天 台中清泉崗機場/成都天府機場

今天集合於機場，由領隊為您辦理登機手續，搭乘豪華客機，飛往有“天府之國”之稱的四川省省會 - 成都市。成都旅遊區是四川旅遊的核心地帶，同時也是四川省政治、經濟、文化的核心，“天府之國” - 成都是西南地區最大的平原，總面積 1.26 萬平方公里，人口 1000 多萬。抵達後，專車接往酒店休息。

早餐：貴賓自理                      午餐：貴賓自理                      晚餐：機上簡餐 宵夜 20 (粥+點心~外賣送)

住宿：★★★★ 天府國際大酒店或同級

### 第二天 成都→巴朗山隧道→貓鼻樑觀景臺 ( 279 公里 ~ 4 小時 ) →四姑娘山景區→雙橋溝風景區 ( 景區車 ) →丹巴 ( 102 公里 ~ 2 小時 )

【巴朗山隧道】隸屬九環線映秀至日隆旅遊公路，是四川九寨溝、黃龍、紅原大草原、四姑娘山構成的黃金旅遊線路的重要路段，是小金縣以及臥龍自然保護區的生命通道。

【貓鼻樑觀景臺】貓鼻樑位於阿壩藏族自治州小金縣303省道附近，是巴郎山至日隆的必經之地，觀四姑娘山全貌和日出、日落的很贊點。在貓鼻樑遠眺，前面是海子溝，後面是四姑娘山，風景絕對的震撼。

【四姑娘山】四姑娘山屬邛崃山脈，主峰姐妹峰海拔6240米。四姑娘山由四座毗連的雪峰組成，終年銀裝素裹，如四個美麗的白衣仙女在群山之中，因而得名。四姑娘山以雄峻挺拔著名，山體陡峭，直指藍天，為各國登山家所矚目，人稱“中國的阿爾卑斯”。四姑娘山由三條溝組成，分別為長坪溝、雙橋溝、海子溝，其中主要景點集中在長坪溝。四座山峰的景點海拔分別為：大姐山峰5355米、二姐山峰5454米、三姐山峰5664米、四姐山峰6250米，另外，婆繆山5413米、巴朗山垭口海拔4487米。

【長坪溝】其全長29公里，面積約為100平方公里，峽谷長天，平緩悠長，四姑娘山就坐落在溝內16公里處。景區內有古柏幽道、喇嘛寺、干海子、枯樹灘及數十米高的飛瀑，並有奇石之景。春天山花與油菜花齊開；歷經滄桑的翠柏青松郁郁葱葱，飛瀑流泉在密林中嘩嘩作響，古代驛路在茫茫林海里穿梭延伸。



早餐：飯店內早餐                      午餐：野菌風味 RMB 50                      晚餐：丹巴風味 RMB 60

住宿：★★★★ 丹巴吉美大飯店或同級

### 第三天 丹巴→甲居藏寨景區【交通車 ( 11公里 ~ 0.5小時 )】→雅拉雪山觀景臺 ( 69公里 ~ 1.8小時 ) →遠眺塔公草原風光→木雅金塔 ( 50公里 ~ 1小時 ) →新都橋自然風光 ( 37公里 ~ 0.9小時 ) →高爾寺山隧道 ( 20公里 ~ 0.6小時 ) →雅江 ( 41公里 ~ 1小時 )

【甲居藏寨】位於甘孜州丹巴縣境內，是極具嘉絨藏族特色的藏民居村寨。遊玩藏寨，在寨子對面的山坡上看全景頗為壯觀的。而走進藏寨後，只能看到一座座分散開的藏式樓房。樓房底下一層圈養牲畜，往上依次有鍋莊室、起居室、經堂和家碓等，有的樓房還設有陽台。潔白的牆壁上繪有日月星辰及宗教圖案，美麗而壯觀。

【雅拉雪山觀景台】位於塔公草原，這裏可以遠眺雅拉雪山的全貌。雅拉雪山的藏語全稱為“夏學雅拉嘎波”，意為東方白犛牛山。視線好的時候，可以看到雪山的金頂在陽光下閃閃發光，壯觀而神祕。山下的草原上常有

成羣的牛羊悠閒地吃草，與遠處的雪山形成了一幅人與自然和諧共處的美景。在這裏，可以盡情享受大自然的寧靜和大氣，感受高原的魅力。

**【塔公草原風光】**塔公草原景區以高聳的雅拉雪山、起伏的草原和草原上金碧輝煌的「木雅金塔」為主要內容。景區有有塔公寺、塔公寺塔林、雅拉雪山等景點。塔公寺有「小大昭寺」之稱，是康巴地區藏民朝聖地之一。雅拉雪山又叫雅拉神山，是藏區四大神山之一。

**【木雅金塔】**又名木雅尊勝塔，是多吉紮西活佛為紀念十世班禪大師於此灌頂布法而修建的佛塔。位於雅拉神山、夏古冬青山、文殊山、觀音山等八座神山所環繞的中心，藏語稱“古汝塘”，意為“蓮師道場”。木雅金塔是一座壇城式佛教寺廟建築，黃金帖頂，共分三層：一層為顯宗殿，供奉有釋迦牟尼佛、觀世音菩薩、文殊菩薩等；第二層為密宗殿，供奉有蓮花生大師和密宗傳承上師像；第三層為佛陀尊身塔，塔內裝藏了《大藏經》、五種舍利和伏藏品等。三層分別代表著佛、法、僧三寶和大、小、密三乘。金塔外簷還有金鹿、鼈頭、金翅鳥、寶幢等帖金飾物。金塔外的轉經廊裝有 470 個轉經筒，內裝“金剛薩埵百字明咒” 22 億遍。金塔四周有 4 座台閣式佛塔，每座塔內藏 10 萬小佛塔。

**【新都橋自然風光】**新都橋又稱東俄羅，是川藏線上的一個小鎮，位於 318 國道川藏南北線的分叉路口。無垠的草甸，曲折的溪流，金黃的秋葉，山坡上大片牛羊在安詳的覓食，遠處散落著幾簇藏族村寨，這就是新都橋，號稱「攝影家的天堂」。一個個典型的藏族村落散佈在公路兩旁，依山傍水。淺淺的小河與公路相偎著蜿蜒流淌。房前路旁矗立著一棵棵挺拔的白楊，在夕陽中炫耀著特有的金黃。一群群的犛牛，點綴在田園牧歌式的圖畫中，平添出許多生動。遠處的山脊，舒緩地天幕上劃出一道道優美的弧線。

**【高爾寺山隧道】**高爾寺山隧道全長 5682 米，穿越海拔 4412 米的高爾寺山，連接康定、雅江兩市縣，隧道洞口海拔 3920 米，屬於典型的高原高寒地區特長隧道。該隧道建成後將縮短里程 21 公里，節省通行時間 40 餘分鐘，繞避老路陰山冰雪路段，極大提升道路抗災能力、通行能力、行車安全性。高爾寺山隧道地處高原高寒地區，自然環境非常惡劣，隧道洞口空氣中的氧氣含量在 7 至 8 月富氧期也只有內地平原地區的 60% 左右，冬季氧氣僅為內地的 40%，大氣壓比成都等地低近 50%，正常走路都會很困難。



早餐：飯店內早餐

午餐：八美合菜 RMB 50

晚餐：松茸湯鍋 RMB 60

住宿：★★★★全季大酒店或同級

**第四天 雅江→理塘 ( 219 公里 ~ 4.5 小時 ) →天路十八彎觀景臺→無量河谷→海子山自然保護區 ( 107 公里 ~ 2.2 小時 ) →長青春科爾寺【電瓶車 ( 90 公里 ~ 2 小時 )】→桑堆紅草灘→稻城 ( 64 公里 ~ 1.1 小時 ) →萬畝青楊林**

**【理塘縣】**位於中國四川省甘孜藏族自治州，是著名的高海拔旅遊地，因海拔高達 4,000 米以上，被譽為「世界高城」與「天空之城」。這裡位於 318 國道樞紐，擁有絕美的毛垭大草原、康區歷史最悠久的長青春科爾寺，以及藏族文化特色，因丁真爆紅而備受矚目。

**【天路十八彎觀景臺】**位於雅江開往理塘的路上，屬於四川境內的 318 國道，翻越海拔 4659 米的剪子灣山。大多數都是回頭彎，也就是髮夾彎。站在剪子灣山垭口俯瞰，「天路十八彎」的觀景台上能俯瞰剛才爬坡經過的蜿蜒道路，曲折的胳膊肘彎，有一種震撼的曲線美。天路十八彎位於雅江開往理塘的路上，屬於四川境內的

318 國道，翻越海拔 4659 米的剪子灣山。大多數都是回頭彎，也就是髮夾彎。站在剪子灣山垭口俯瞰，「天路十八彎」的觀景台上能俯瞰剛才爬坡經過的蜿蜒道路，曲折的胳膊肘彎，有一種震撼的曲線美。

**【無量河谷】**理塘河，長江上游金沙江支流雅礱江的支流，又名無量河，又有勒曲、木裡河之稱。無量河谷：位於理塘至稻城的路上，河谷風光幽雅，無量河的高原無鱗黃魚味道鮮美，為來往遊客必嘗的佳饈。理塘河在理塘縣境內河段稱勒曲；在木裡縣境內河段又稱木裡河、小金河。源于巴塘縣北夏塞雪峰南坡，向東入理塘縣境，于大毛垭壩接納哈日溝後轉向東南流，過理塘城南轉向南流，經濯桑藏壩入東朗山與太陽山的狹谷地區，再縱貫木裡縣中部，接納臥龍河後入鹽源縣境，於縣西北夾沙注入幹流，全長 500 公里，流域面積 19114 平方公里，是雅礱江下游大支流。

**【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，是青藏高原上最大的古冰體遺跡，以“稻城古冰帽”著稱。海子山最獨特的景觀即是大大小小的礫石構成的石河、石海以及形態各異的冰蝕湖（海子），1145 個大小不等的海子遍布山間，如千百顆鑽石熠熠閃光，其密度之大為世間罕見，海子山由此得名。

**【長青春科爾寺】**又稱理塘寺，於 1580 年由三世達賴喇嘛索南嘉措創建，是康區歷史最悠久，規模最大的藏傳佛教黃教寺廟。長青春科爾為藏語譯音，“長青”意為彌勒佛（即未來佛）“春科爾”意為法輪，“長青春科爾”意為彌勒佛法輪（標誌著法輪常轉、妙諦永存）。位於四川甘孜藏族自治州理塘縣，是康巴第一大格魯派寺院，曾有稱曰：“上有拉薩三大寺，下有安多塔爾寺，中有理塘長青春科爾寺”。

**【桑堆紅草灘】**位於稻城縣北部，距離縣城 28 公里。桑堆是典型的藏族村寨，風景秀麗。最著名的就是那片耀眼的紅草灘，很多人在此駐足，只為拍攝那一片紅的沁人心脾的紅草灘。遼闊的牧場一望無邊，河水緩緩流過，遠處起伏的山巒間散落著幾處民居，這就是桑堆。村邊有一個足球場大小的濕地，每年的 9 月底 10 月初，一團團一簇簇水草象被點燃了一樣，紅的像火，吸引了川藏線上無數的行人駐足，這就是著名的紅草灘。

**【萬畝青楊林】**稻城一帶除了美麗聖潔的神山聖湖外，反映這裡標誌性風光的的就是壯觀的青楊林了。春夏時節綠意盎然的青色楊林，讓天地間充滿生機；而秋天一派金黃的金色楊林，枝頭黃葉在陽光下金光燦燦，就像片片金箔掛在樹上，襯托多彩的天空與變換的光影，在攝影者眼中都是絕佳的素材，所以稻城縣也被譽為「青楊樹故鄉」。青楊是生長於海拔 800-3200 米地帶的落葉喬木類樹種，此地的海拔卻高達 3700 米，因此這片青楊林是迄今世界上海拔最高的楊樹林，而這萬畝的青楊林，均由川西的林業局栽種，多達二十萬株廣闊挺拔的樹林，為治理當地的風沙起了至關重要的作用，也因而能保護稻城亞丁及周邊景區擁有純淨的空氣與景觀。



早餐：飯店內早餐

午餐：回頭香風味 RMB 50

晚餐：酒店晚餐 RMB 80

住宿：★★★★稻城亞丁豪生飯店或同級

**第五天 稻城→亞丁風景區（景區車+電瓶車）→洛絨牛場→沖古寺→珍珠海→朝拜～央邁勇→夏洛多吉→仙乃日神山**

**【亞丁風景區】**位於甘孜州南部稻城縣日瓦鄉境內，被國際友人譽為“水藍色的星球上的最後一片淨土”。景區從海拔 2900 米（貢嘎河口）至 6032 米（仙乃日峰）攀升，以仙乃日、降邊央、夏納多吉三座雪峰為核心區，其中，人們把仙乃日比作大佛、把央邁勇比作少女，將夏諾多吉當作少年，三座神山就像三尊聖靈，這裡也就成了藏民心中朝聖的聖地。除三座神山外，景區內還有俄初山、牛奶海、五色海、貢嘎銀溝等景點。由於特殊

的地理環境和自然氣候，這裡形成了獨特的地貌和自然景觀，是我國保存最完整的一處自然生態系統。亞丁風景區都是與稻城風景區放在一起的，被譽為“最後的香格里拉”。

**【洛絨牛場】**洛絨牛場是亞丁自然保護區著名景點之一，海拔4150米，是附近藏民放牧的牧場。洛絨牛場背靠三座神山，是觀賞三怙主雪山的最佳地點。牛場周圍是連綿的高山草甸，春夏時節草甸上野花盛開，漫山遍野，非常壯觀。貢嘎河從牛場穿過，成群的牛羊在河邊和山坡上悠閒的吃草，一派和諧景象。徒步轉山的背包客常在此安營紮寨，觀賞拍攝神山日出日落。

**【沖古寺】**於仙乃日雪峰腳下。寺院毀壞嚴重，一片殘垣斷壁，建寺年代無從考察。沖古寺隸屬貢嘎郎吉嶺寺，根戈活佛派有紮巴在此念經頌佛，小經堂內供有泥塑釋迦。

**【珍珠海】**在藏語中稱為「卓瑪拉措」，是仙乃日的融雪形成的海子。面積約0.1平方公里。密林中的珍珠海如一顆鑲嵌在蓮花寶座上的綠寶石，碧波蕩漾，粼粼波光中透出無限清麗，湖畔四周，參翠如屏。春天湖邊片片杜鵑花燦爛怒放，秋天層林盡染，倒影著五彩斑斕的世界，令人目眩神迷。

**【朝拜央邁勇】**藏語意為：文殊菩薩，位於亞丁自然保護區內，海拔5958米，為亞丁三怙主雪山的南峰，位列三怙主之首。站在央邁勇峰下，轉身向後瞧去，由群山環繞著的寬闊峽谷間，森林、草地、溪流和睦地各守一方，央邁勇峰則像嫻靜端莊，冰清玉潔的少女，潔白而巍峨，顯得神聖而莊嚴，這氣勢莽莽的自然景觀，儼然一處不食人間煙火的世外桃源。對於從稻城方向過來的人們來說，央邁勇是三座雪山裡最難以見到的一座。人們需要從龍龍壩進入山谷，途徑沖古寺和神水門之後，才能看到央邁勇。從洛絨牛場、五色海、牛奶海都可以看到央邁勇，而山形以從神水門到洛絨牛場途中所見為最挺拔。

**【遠觀夏諾多吉】**雪山位於稻城縣與涼山州木裡縣的交界處，海拔5958米，是三怙主雪山之一，排行第三。夏諾多吉雪山是「金剛手菩薩」的化身，這是佛教中除暴安良的神祇，它勇猛剛烈，神采奕奕，胯下圍著斑斕的虎皮，腰間纏著大蟒，威武雄壯。夏諾多吉為三怙主雪山的東峰，主峰為三稜錐狀，造型跟金字塔相似。雪山兩翼鋒利似刀，蜿蜒綿亙，在天空中勾勒出的線條尖銳有型。

**【遠觀仙乃日】**是亞丁三怙主神山之一，是「三怙主」雪山的北峰，佛位排在第二位，海拔6032米，是中國最美的十大神山之一。仙乃日神山外形呈環形冰斗下斜造型，所以從兩側觀看時，山峰始終面對著遊客。峰頂終年積雪不化，山形酷似一尊身體後仰的大佛，端坐在蓮花寶座上，十分威武。



早餐：飯店內早餐

午餐：景區餐廳 RMB 50

晚餐：酒店晚餐 RMB 80

住宿：★★★★稻城亞丁豪生飯店或同級

**第六天 稻城→(78公里~1.5小時) 白塔群→桑堆小鎮→理塘(125公里~2.5小時)  
→兔兒山風光→康定(240公里~6小時)→折多山觀景臺**

**【稻城白塔】**位於稻城大橋橋頭，稻城加油站背後，純四方形的佈置是稻城白塔的底座，白塔分為3部分，塔尖，塔身，塔基座，基座安放著一排排的轉經輪，以供藏民虔誠膜拜，塔身分為3部分，頂部供奉著一尊菩薩。因為塔全身潔白，所以取名為白塔。站在塔頂，便可俯瞰整個稻城縣城。

**【桑堆小鎮】**風景綺麗，在公路沿線的牧場開闊平展，河流平緩如鏡。遙望遠處，在起伏的山巒間散落著村落、牧人、牛羊，呈現一派寧靜祥和的景象。

**【兔兒山風光】**稻城兔兒山位於海子山自然保護區的北部，遠觀就像兔子耳朵屹立在風中。山勢十分奇特，山峯寸草不生，周圍是陡峭的冰蝕峯林地貌，映襯着晶瑩剔透的海子門，頗為壯觀宏大。

**【折多山觀景臺】**折多山位於四川省甘孜州境內，海拔4962米，是康巴第一關。折多山又是重要的地理分界線，西面為高原隆起地帶，有雅礱江，右為高山峽谷地帶，有大渡河。大渡河流域在民族、文化形態等方面處於過渡地帶，主要分佈著有「嘉絨」之稱的藏族支系。其地域往北可至四川省阿壩州的大小金川一帶，折多山以東是山區，而折多山以西則是青藏高原的東部，真正的藏區。



早餐：飯店內早餐

午餐：高山鱈魚湯鍋 RMB 50

晚餐：康巴風味 RMB 60

住宿：★★★★康定康巴美侖國際飯店或同級

## 第七天 康定→瀘定橋風光→雅康高速→成都 (262 公里 ~ 3.5 小時) →太古裏步行街

**【瀘定橋】**大渡河上，瀘定橋橫跨大渡河，為鐵索懸橋，淨跨長100米，橋面距枯水位14.5米，由13根鐵鏈組成。橋身有9根鐵鏈，平行系于兩岸，上鋪木板，以作橋面；橋欄左右鐵鏈兩根作為扶手，每根重約2.5噸。歷史記載橋始建於清康熙四十四年，康熙帝御書“瀘定橋”三字匾額掛于橋頭，至今橋東仍然立有康熙《御制瀘定橋》碑。270多年來成為四川內地通往康藏高原的重要通道。

**【雅康高速】**(G4218雅安至康定)是連接四川成都平原與甘孜藏區的「雲端天路」，全長約135公里，橋隧比高達82%，終結了甘孜州府不通高速的歷史。全線雙向4車道，設計時速80公里，從成都出發約3.5小時可達康定，是前往海螺溝、貢嘎山等景點的重要高海拔快速通道。

**【成都太古裏裸眼3D裸眼】**這塊3D螢幕位於中紗帽街與東錦江街十字路口，讓市民愛不釋手的熊貓在太古裏3D裸眼螢幕的“C位出道”，為成都一張別致的“名片”，成為成都旅行必打卡網紅地之一。最後大螢幕上出現“更好的成都，成就著更好的你”這城市廣告詞：牛！因為熊貓愛上了這座城。



早餐：飯店內早餐

午餐：土砂鍋 RMB 50

晚餐：火鍋風味 RMB 80

住宿：★★★★成都中鴻溫德姆至尊飯店或成都龍泉驛百悅希爾頓飯店或同級

## 第八天 成都→寬窄巷子→天府國際機場 / 台中清泉崗機場

**【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，與大慈寺、文殊院一起並稱為成都三大歷史文化名城保護街區。寬巷子與窄巷子又是成都這個古老又年輕的城市往昔的縮影，一個記憶深處的符號。

成都天府國際機場；是中國四川省成都市的一個機場，位於由成都市代管的四川省簡陽市蘆葭鎮、石板凳街道和草池街道交界處，距離成都市中心 51 公里，距雙流機場 50 公里，距簡陽市中心約 15 公里，距資陽市中心約 25 公里，規劃用地面積 52 平方公里，機場由中國建築西南設計研究院、巴黎機場集團 ADP Ingénierie 及中

國民航機場建設集團公司組成的聯合體共同設計，於 2016 年 5 月開工建設，2021 年 6 月 27 日開航運轉。



早餐：飯店內早餐

午餐：中式合菜 RMB 50

晚餐：敬請自理

住宿： 可愛的家

【為維護旅遊品質及貴賓們的權益，本行程交通住宿及旅遊點我們將儘量忠於原行程，有時依飯店具體確認回覆的結果，與綜合當地實際交通氣候及臨時不可抗拒等情況，為貴賓們斟酌調整並妥善安排旅遊行程、飯店入住之先後順序或旅遊路線，如遇特殊情況如觀光點休假、住宿飯店調整或其它不可抗拒之現象，請以說明會或最後確認的行程說明資料為準，出發後因不可抗拒因素將依當時現場情況告知貴賓後做修改，敬請諒解。】班機時間若有調整，正確時間航空公司公佈為主。

## 行程規定

- 貼心提醒: 旅客若於旅遊中因法定傳染病原因，所增加之住宿、餐食、交通費用由旅客自行負擔，建議旅客若有疑慮可自行洽詢保險公司購買旅遊平安保險。
- 正確行程內容、順序、班機時間、降落城市以及住宿飯店，請以行前旅遊手冊之行程表或說明會資料為準。
- 行程及餐食將會視情況（如季節、預約狀況、觀光地區休假及住宿飯店地點）調整。
- 如有行程不參加者，視為自動放棄，恕無法退費。
- 為顧及旅客人身安全與相關問題，在旅遊行程期間恕無法接受脫隊要求。
- 如有特殊餐食者，請於出發前至少三天（不含假日）告知承辦人員，以便提早為您安排。
- 國外旅遊因搭乘飛機之飛行航程、行程內容之安排及當地醫療狀況等因素，不同於國內旅遊，敬請旅客斟酌自己及同行親友之身心、健康狀況後，再行報名及付訂。
- 同團報名旅客可能因私人因素於行程出發之 7 日前取消參團，故本公司網上所載組團狀態、可售團位等即時資訊，並非代表最終參團人數之依據，敬請諒解。
- 旅遊期間，敬請旅客隨時注意自身安全並妥善保管財物，以免發生意外或個人財物損失等事宜。
- 凡舉任何優惠項目均屬限時限量，正確內容、價格及出發日期，以報名當下實際銷售狀況為主，本公司保留活動內容修改、解釋及終止之權利。

### 大陸線-預訂須知：

- 1.本行程最低出團人數為 15 人以上（含），台灣地區將派遣合格領隊隨行服務。
- 2.如有特殊需求者，請務必於報名時主動告知業務人員，讓我們為您提供專業的建議及安排。最遲請在出發前 7 個工作日內臨時提出需求。
- 凡年滿 70 歲以上或行動不便之貴賓，需有家人或友人同行，方始接受報名，不便之處，尚祈鑑諒。
- 以上價格已經分攤 60 歲以上老人與小孩的優惠票價差，如產生恕不退還優惠票價差。
- 嬰幼兒同行：可能無法妥適兼顧，所以煩請貴賓於報名時，多方考量帶嬰幼兒同行可能產生的不便，以避免造成您的不悅與困擾。

- 未滿 18 歲：未與透過法定代理人一同報名參加旅遊行程者：須將旅遊定型化契約書，提供給法定代理人簽名，報名始為有效。
- 懷孕旅客：需主動告知懷孕週數及胎數，並隨身攜帶醫師開立註明預產期診斷證明文件，懷孕 27 週以上（各家航空公司規定週數略有不同，請依照參加的行程所搭乘航空公司之規定）
- 於 3 個工作天完成申請，備妥「適航申請書」、「診斷書」。航空公司不接受懷孕 36 週以上單胞胎及懷孕 32 週以上多胞胎孕婦搭機（各航空公司規定略有不同）。若因旅客隱瞞自身孕期或身心狀況，導致航空公司航程受影響因而產生之成本，航空公司將保留法律追訴權。
- 役男：須向相關主管機關申請出境許可。（役男是指年滿十九歲當年一月一日起至屆滿三十六歲之年十二月三十一日止，尚未履行兵役義務之役齡男子。）
- 現役軍人應向服役（勤）單位申請出境核准後，始得出國。
- 旅客若具國家安全之人員身分，自行先經服務機關核准，始得出國。
- 雙重國籍：務必攜帶符合出入境本國籍及前往國家之規定的護照。
- 外籍人士：本行程僅適用於本國人（中華民國護照者）參團有效；非本國國籍之旅客及台商及大陸人士，價格需另計。相關售價請洽詢客服人員，造成不便，敬請見諒!!
- 特殊餐食：報名付訂金時請一併告之特殊餐食 例如:全程素食或不吃牛肉或其它餐食及分房表
- 單人報名：飯店房型以兩人一室為主。單人報名者，本公司將盡量安排同性別旅客或領隊同房；若指定單人入住，請按房型補足單人房價差，實際價差費用以當團說明公布為準。
- 擬於大陸當地會合外站參團（Join）之的旅客，請洽服務業務人員另行報價，屆時售報價原則上不含簽證費用、機票（國際段/內陸段）亦不含機場稅及燃油附加費，並依實際報價內容為準。
- 團費包含之所有票券，已分攤各式票種（如老人、孩童優惠）價格，恕不退回價差。
- 中華民國護照用於台灣出入境查驗，出入境中國大陸時請出示有效期限內之台胞卡（證）。
- 中國幅員遼闊，且各地政策不一，遊覽車車型及條件各省均有差異，並非全國統一規格，無法與台灣及其他國家做比較。
- 但為確保各位貴賓保險資料之正確性，及方便出發當日辦理登機手續能較為順暢，建議貴賓將護照正本於團體出發前七個工作日繳交予本公司，以減少各位貴賓於辦理登機時等待過多時間。
- 本公司網上所載組團狀態、可售團位等即時資訊，並非代表最終參團人數之依據，敬請諒解
- 超悠旅行社於行程中，保有自身或使第三方向旅客兜售商品之權利。
- 除本商品頁面另有記載、或雙方另有約定外，旅遊費用相關項目，均以團體方式計價，如遇年長、兒童、不佔床者或特殊身分者，均無相關價差優惠。

#### 機位說明：

- 團體機票經開票後，需團去團回，開票後即無退票價值，故於開票後或當日臨時取消出發者，恕無法辦理退票。脫隊延回者須自行開立個人機票。
- 全程使用團體機票，不適用於出發前預先選位，也無法事先確認座位相關需求（如，靠窗、靠走道..等）。同行者座位可能無法相鄰，敬請參團貴賓了解。

#### 住宿說明：

- 行程飯店所使用之房型除行程特別載明或依旅客特別需求另行安排者外，正常以提供各飯店之標準房型為主。
- 住房安排為二人一室，如需求單人住宿一間房，則須另補價差（請洽業務確認單人房加價費用）。
- 大陸地區飯店無提供團體自然單間，凡單人報名之旅客在最終分房之結果落單時，須另補收單人房差，敬請知悉。

- 團體房型均以 2 人一室兩張單人床為主，如需指定大床房或 3 人一室加床，請於出發前提出，並以酒店實際回覆為準，部分酒店有加價的可能或是無大床及加床的房型，此需求恕無法保證安排。
- 若旅客需指定大床房型時，可能『需加價』與『無法保證』給房，或同團者無法保證入住同一樓層，遇到上述情況，尚請諒解。
- 團體住宿以行程中載明之酒店為優先，如遇旺季滿房或承接大型會議或政府徵收等，導致無法安排，則將改以其他同級酒店替代。
- 中國酒店於季節交替之際常出現無法提供冷（暖）氣之現象，係因各省份地區冷（暖）氣提供時間，需視當局評定實際氣候而定，但此並無明文規定，如遇此情況敬請理解與配合。
- 全球環保意識抬頭，中國大陸部份酒店將不提供一次性用品（牙膏、牙刷、梳子、浴巾、刮鬍刀等物品），建議旅客自行攜帶個人盥洗用具及拖鞋，以免造成生活上的不便。
- 中國大陸地區酒店規則說明：
- 近年來中國地區逐步發展迅速，飯店如雨後春筍般增加，故會有一種【準星級】名詞出現。
- 大陸地區新酒店成立需經試營業一年後才能進行星級評等，但各酒店在建立時會依各星級之規格建造設定，故會有此【準五、四、三】名詞產生。

#### 團體餐食說明：

- 團體桌採 10 人一桌（八菜一湯）方式，若未達人數，餐色及餐量上會依人數比例遞減及調整。
- 中國地區烹飪方法與口味與台灣落差甚大，會提醒各餐廳及帶團導遊交代少油少鹽，若口味仍偏重，再煩請與領隊 / 導遊協助，以儘量符合台灣團體的餐食口味。
- 中國地區素食烹飪方法與口味與台灣落差甚大，各團體餐廳素食餐皆以簡便的炒青菜 2~3 道為主，請素食旅客如前往旅遊時，可先備素食罐頭或泡麵等。

#### 行程變更：

- 為維護旅遊品質及貴賓們的權益，在不變更行程內容之前提下，將依正式取得飯店飯店的結果，再綜合當地實際交通等情況，為貴賓們斟酌調整並妥善安排旅遊行程、飯店入住之先後順序或旅遊路線，請以行前說明會或最後確認的行程說明資料為準。
- 因氣候無法預測，故若遇颱風、地震等不可抗力情況，則會以行程安全順利為考量，採緊急行程應變措施，敬請見諒。

#### 行程脫隊：

- 此行程為團體旅遊行程，顧及旅客於出遊期間之人身安全及相關問題，需與團體同進同出。
- 若有中途脫隊者，行程中所載明之餐食、旅遊、住宿、機位等團體旅遊行程相關項目，均除視同個人放棄外，不另退費。小費亦需付足旅遊天數。若因此而無法滿足您的旅遊需求，建議您另行選購套裝自由行商品。

#### 小費說明：

- 領隊、導遊服務小費總計新台幣 300 元台幣 x 天數。服務小費是由各位貴賓給予領隊、導遊、肯定與鼓勵，感謝您的嘉許。
- 行李小費：人民幣 5-10 元。
- 房間小費：人民幣 5-10 元。
- 足浴按摩小費：人民幣 10 -25 元。
- 其他服務費，因地區及服務性質不同，可事先徵詢領隊或導遊之意見，再決定付服務費之多寡。

#### 注意事項：

- 大陸餐廳、廁所休息站等處所均、普遍性販皆賣絲綢字畫、雕刻品茶壺、茶葉...等等，藝術品、或當地

土特產，並非特定購物點 ( SHOPPING )，敬請知悉理解。

- 鑑於中國大陸運輸安全法規定，搭乘高鐵 ( 動車 ) 所攜帶的隨身或托運行李中，不得含有各式刀具、槍砲、彈藥等危險物品，故請勿攜帶搭乘，否則將面臨罰款、拘留或沒收等行政處罰，如造成任何損失，請自行承擔。
- 禁止事項：不得嫖妓，不得攜帶水果及肉類製品入出境。另為使旅遊更加順暢，盡量避免談論政治話題影響旅遊氣氛。
- 入境大陸之行動電源須在標示 10,000 mAh 以下，超過規格之行動電源中國海關會沒收。且行動電源每人限帶 2 個，僅能放置於隨身行李攜帶，不得置入行李箱托運。
- 行動電源凡未標示廠牌或容量者，中國海關會將予沒收。
- 所有大陸內陸之海空陸交通，食宿及遊覽，均由內大陸當地公營旅遊單位協助負責安排且仍有
- 當地政府國家制度上之限制，將會適度的調整及修正。

### 【護照新辦&過期重辦所需證件資料】

**護照新辦** ( 從未辦過 ) 請本人持身分證正本及彩色照片 2 吋大頭-白底 2 張 前往戶政事務所做人證識別後將人證識別後的護照申請單跟身分證正本轉交旅行社辦理申辦。

( 目前申辦日期約為 3-4 週、身分證退還日約為 7-14 天、費用為 N T 1800 )

**護照過期重辦** ( 護照效期末過需交回註銷 ) 從新辦理資料:身分證正本.彩色照片 2 吋大頭-白底 2 張

( 目前申辦日期約為 3-4 週、身分證退還日約為 7-14 天、費用為 N T 1800 )

### 【台胞證新辦&過期重辦所需證件資料】

**台胞證新辦、過期重辦**

( 超過 6 個月有效期之護照正本、身分證正反面影本、彩色照片 2 吋大頭-白底 1 張

( 目前申辦日期約為 10 日、費用為 N T 1800 )