

發現寮國深度之美 10 天

龍坡邦(瑯勃拉邦)/萬榮(旺陽)/永珍(萬象)/百細(巴色)四千美島

愜意、樸實、寧靜，一個讓你感到快樂 時光也會停留的人間淨土

從北到南，精選寮國最精華旅遊景點！

參考航班：

去程：台北/胡志明/永珍 07:45-10:25 + 15:45-19:00

回程：永珍/胡志明/台北 11:30-15:05 + 16:35-21:00

一段高鐵

二段內陸航班

DAY 1: 臺北/轉機地/寮國 永珍

今日經轉機地前往寮國~抵達後入住飯店

寮國人民民主共和國 (The Lao People's Democratic Republic)，簡稱寮國或老撾，是一個位於中南半島北部的內陸國，北鄰中國，南接柬埔寨，東臨越南，西北毗鄰緬甸，西南毗鄰泰國，國土面積 23.68 萬平方公里，人口 758 萬（截至 2023 年 1 月），首都永珍(萬象)，全國共有 17 個省、1 個直轄市。

寮國是中南半島北部唯一的內陸國家，是世界最原始的國家之一，也是中南半島最幸福的國度，以農業為主，水利資源豐富，湄公河貫穿全境，產柚木、花梨等名貴木材。

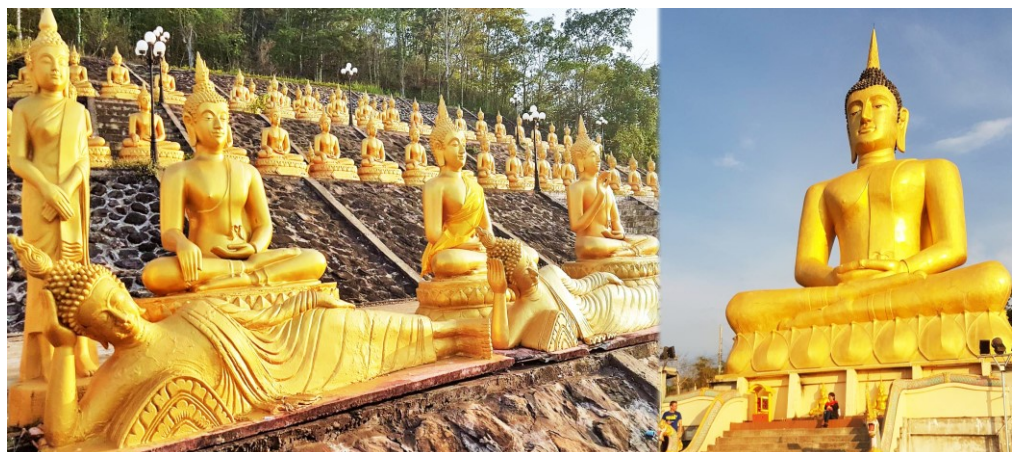
早餐：酒店內	午餐：當地餐 USD10	晚餐：當地餐 USD10
住宿：LANDMARK MEKONG RIVERSIDE 或同級		

DAY 2: 永珍

【塔鑾寺佛塔】建於 1566 年象徵金碧輝煌，這裡是寮國最重要的宗教建築，據說中央佛塔中存放著釋迦牟尼的胸骨，宗教價值崇高。



【普莎勞寺金色大佛】位於湄公河畔山丘上的普莎勞寺，以它絕佳的地點與寬闊的視野受到巴色市民的喜愛，每到黃昏，沿著登山步道兩旁蜿蜒而上的運動人群便是最佳的見證。除了美輪美奐的寺廟本體，其高達 6 層樓高的金色大佛更是所有旅客進入巴色市



區時第一眼注意到的地標。

【永珍市區觀光-【西沙格寺】【玉佛寺】【凱旋門】】

【西沙格寺】永珍最古老的寺廟，是寮國唯一沒有在暹羅入侵時被破壞的寮國寺廟。建於 1818 年，因與泰國廟宇相似，得以在暹寮戰爭中被保存下來，寺內一萬多尊的佛像，係戰後自各處收集而來，最古老的超過一千多年。它是永珍市內保存最完整和最古老的寺廟，亦有「萬佛寺」之稱。



永珍最古老的寺廟，是寮國唯一沒有在暹羅入侵時被破壞的寮國寺廟。本寺位於玉佛寺的對面，建於 1818 年，因與泰國廟宇相似，得以在暹寮戰爭中被保存下來，寺內一萬多尊的佛像，係戰後自各處收集而來，最古老的超過一千多年。它是永珍市內保存最完整和最古老的寺廟，亦有「萬佛寺」之稱。

【玉佛寺】寮國皇室的專屬寺廟，著名的祖母綠佛，為鎮寺之寶。



【凱旋門】這座寮國凱旋門建於 1960 年代初期，於 1969 年完成，是法國為慶祝寮國獨立而贈。這座凱旋門為法、寮合作設計，所以整體看起來和巴黎的凱旋門很像，然而走進去拱廊細看裝飾，如神像燈座、寮國神話故事浮雕、塔頂寶塔等，則富濃厚的寮國風格，登上塔頂可眺望永珍市區。

這座寮國凱旋門建於 1960 年代初期，於 1969 年完成，是法國為慶祝寮國獨立而贈。這座凱旋門為法、寮合作設計，所以整體看起來和巴黎的凱旋門很像，然而走進去拱廊細看裝飾，如神像燈座、寮國神話故事浮雕、塔頂寶塔等，則富濃厚的寮國風格，登上塔頂可眺望永珍市區。

凱旋門



早餐：酒店內	午餐：當地餐 USD10	晚餐：當地餐 USD10
住宿：LANDMARK MEKONG RIVERSIDE 或同級		

DAY 3: 永珍(萬象)(約 80 公里 車程 1.5 小時)-南娥湖 (約 100 公里 車程 1.5 小時) -萬榮(旺陽)
【南娥湖搭船】★搭船遊湖, 迷人的南娥湖上點綴者天堂般的美麗小島, 山青水綠湖光山色; 構城一幅美麗的畫面

南娥湖，東南亞規模最大的人工湖泊，攔山築壩而成，兼具了發電與蓄水的功能，滋養了百萬寮民。湖中有大小島嶼三百多座，因此有著寮國千島湖之美稱。藍天白雲，綠島群樹，乘著遊船，迎風大啖美食佳餚；酒足飯飽，歌舞方歇，遊人酣醉，湖色靜謐相陪，人生之境，不過如此。



【2021 年新建寮國唯一高速公路】

早餐：酒店內	午餐：當地餐 USD10	晚餐：當地餐 USD10
住宿：TMARK RESORT 或同級		

DAY 4: 萬榮(旺陽) — (高鐵體驗) 龍坡邦

搭乘高鐵. 體驗 2021 年底通車的全新高鐵，前往寮國的山水仙境-萬榮

城市與城市之間的移動，安排了最新開通的寮國高鐵，原本動輒六個小時的崎嶇山路，現在只需要一個小時便可抵達！讓你的旅行更加的舒適與從容，交通所省下的時間也可以做更有效的利用！



萬榮小鎮，原是一個以農耕和捕魚為生的僻遠村落，靜謐的南松河及綺麗的喀斯特地形及傳統的寮國村莊；構成了一幅山水美景。整個地區彷彿時光停止一般，充滿了古樸之美。

【塘章鐘乳石洞】(請穿著舒適防滑的鞋子)，欣賞天工造府奇景及遠處山明水秀美景。鐘乳石洞口在 100 公尺高的山壁上，部分路段較難走，請特別注意；入內後，內部為千萬年形成的天然喀斯特地形岩洞，內部濕滑，沿途盡是天然鐘乳石筍，石柱。(請特別注意；入內後，內部為千萬年形成的天然喀斯特地形岩洞，內部濕滑)



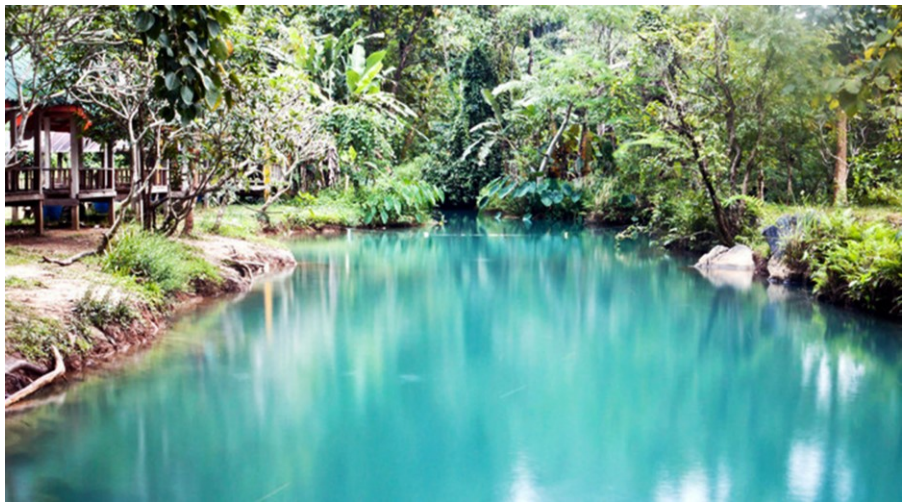


塘章鐘乳石洞

鐘乳石洞口在100公尺高的山壁上，部分路段較難走，請特別注意；入內後，內部為千萬年形成的天然喀斯特地形岩洞，內部濕滑，沿途盡是天然鐘乳石筍，石柱。

【藍色瀉湖】景色優美，水清沙白，給人以極度的放鬆舒適感。這裡的旅遊活動也豐富多彩，有水上摩托艇、滑水、釣魚等，還可以沿湖邊觀賞美景或者騎車環湖遊。老人家可以欣賞湖光山色，感受大自然的寧靜與美好，平緩的步伐讓他們也可以暢享湖畔的大好時光。老人家在瀉湖畔的旅途一定會感到愉悅與滿足。

【南宋河漂流(小桂林)】搭乘機動長尾船，沿途欣賞兩岸秀麗的山巒美景。



早餐：酒店內	午餐：當地餐 USD10	晚餐：當地餐 USD10
住宿：GRAND LUANGPRABANG 或同級		

DAY 5: 龍波邦—帕烏千佛洞—香通寺—皇宮博物館—蒲實山日落美景—龍坡邦觀光夜市

※備註: 龍坡邦因為文化保護，政府規定大車無法進去市區，需換小包車，敬請見諒！

【世界文化遺產-龍坡邦】寮國著名的古都，被列為世界文化遺產，寺廟眾多，民風淳樸，湄公河一帶的風光極其優美。14 世紀瀾滄王朝的王都所在，19 世紀末法國殖民統治的起點。全城有 679 座具保存價值的古老建築；深具傳統與法國殖民色彩，於 1995 年被聯合國教科文組織指定為「世界遺產」。受到文化資產觀念保護，當地建築無法被任意地修改或更動。

【帕烏千佛洞-佛教石窟】千佛洞位於湄公河的支系南烏河上，面河而立的石灰岩懸崖底部有兩個溶洞，裡面排滿了各種風格各種大小的佛像（大部分是典型的瑯勃拉邦式立佛。）千佛洞分為上石窟坦蓬（Tham

Phoum) 和下石窟坦丁 (Tham Ting), 兩座石窟藏有上萬座佛像, 登記在冊的已有 8000 尊, 佛像大小各異, 形態造像也各不相同。這些佛像受盡風雨的侵蝕, 依然不值寒暑地守護著湄公河和南烏河。**如果想要仔細看到佛像, 儘量自備手電筒。(風大請帶外套, 洞內無燈請行前事先攜帶手電筒)**

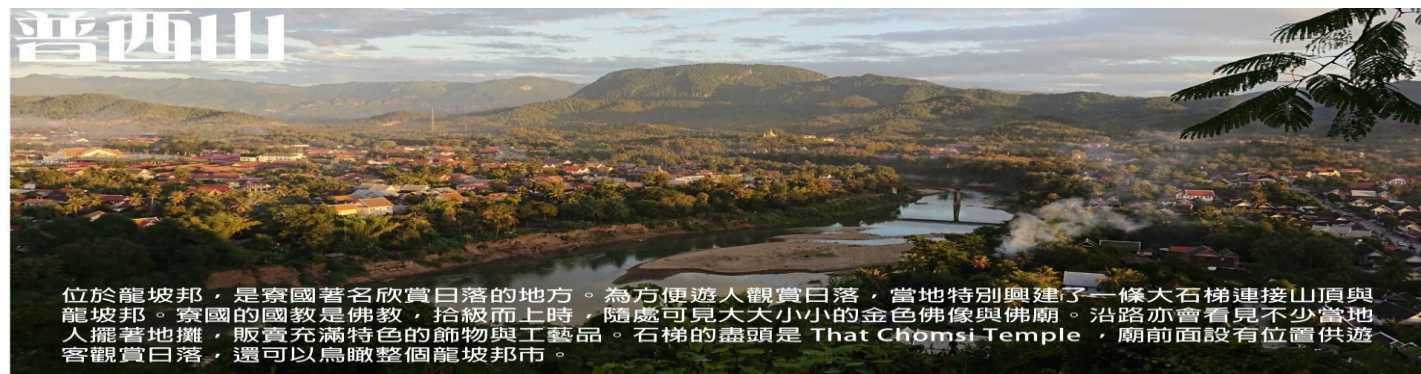


【香通寺】建於 1560 年, 原作為皇室家廟之用, 外人不得進入, 如今她也因為獨特的龍坡邦式建築被譽為寮國境內最美麗的廟宇。其巨大主殿的三層屋頂幾乎快要接近地面, 豐富的內外部裝飾和各種小殿等附屬建築構成了典型的瑯勃拉邦風格的建築群。主殿外立面上的馬賽克“生命之樹”值得一看。

【皇宮博物館】原是法國殖民時期所建的皇宮, 占地廣大, 除作宮廷建築展示外, 也收藏有大量的佛教文物。在這裡還可以看到瀾滄王國的遺跡和許多國家級的文物。整個皇宮金碧輝煌, 光豔奪目, 殿內裝飾古雅華貴。這裡是寮國最後一代國王西薩旺凡達納的行宮, 宮中可見昔日的大殿、議事廳、書房、收藏室、起居室等。



【普西山日落美景】位於龍坡邦, 是寮國著名欣賞日落的地方。為方便遊人觀賞日落, 當地特別興建了一條大石梯連接山頂與龍坡邦。寮國的國教是佛教, 拾級而上時, 隨處可見大大小小的金色佛像與佛廟。石梯的盡頭是 That Chomsi Temple, 廟前面設有位置供遊客觀賞日落, 還可以鳥瞰整個龍坡邦市。不妨建議遊客提早上山, 於觀賞日落之前, 還可以沿著石梯的路到山的各處走走, 看看佛教寺廟與工藝地攤, 感受當地宗教特色與尋找新穎玩意。



位於龍坡邦, 是寮國著名欣賞日落的地方。為方便遊人觀賞日落, 當地特別興建了一條大石梯連接山頂與龍坡邦。寮國的國教是佛教, 拾級而上時, 隨處可見大大小小的金色佛像與佛廟。沿路亦會看見不少當地人擺著地攤, 販賣充滿特色的飾物與工藝品。石梯的盡頭是 That Chomsi Temple, 廟前面設有位置供遊客觀賞日落, 還可以鳥瞰整個龍坡邦市。

【龍坡邦觀光夜市】

位於皇宮博物館附近 沿路亦會看見不少當地人擺著地攤, 販賣充滿特色的飾物與工藝品; 攤販小店林立, 可品嚐當地的椰子蛋糕、燒烤料理等小吃, 新鮮又好玩。

早餐：酒店內	午餐：竹子餐廳當地寮餐 USD10	晚餐：一号码头（中餐廳）USD10
住宿：GRAND LUANGPRABANG 或同級		

DAY 6: 龍坡邦(世界遺產古王都)-清晨化緣觀禮-關西瀑布

以佛立國的寮國，在生活型態融入了佛教生活。

【僧侶化緣習俗】約六點鐘左右，所有和尚齊聚十萬寺，由鎮上最德高望重的和尚領頭，數百名和尚開始沿街化緣，百姓們跪在街道兩旁，在和尚們經過眼前時，將準備好的食物擺入鉢中，祈求佛祖庇祐此生；然在此也可看到有趣現象，化緣的和尚見到貧窮人家小孩，也會把鉢中的食物反施，人間最純然的互助互持，由此而見。



以佛立國的寮國，在生活型態融入了佛教生活。清晨不妨外出觀賞獨特的禮佛習俗，約六點鐘左右，所有和尚齊聚十萬寺，由鎮上最德高望重的和尚領頭，數百名和尚開始沿街化緣，百姓們跪在街道兩旁，在和尚們經過眼前時，將準備好的食物擺入鉢中，祈求佛祖庇祐此生。在此也可看到有趣現象，化緣的和尚見到貧窮人家小孩，也會把鉢中的食物反施人間最純然的互助互持，由此而見。

清晨化緣觀禮

【關西大瀑布】流動的人間天堂（猶如中國的九寨溝）瀑布一層接一層，最高的一層有將近 100 米有些地方還可以給遊客游泳。許多人把關西瀑布稱為“流動的人間天堂”。當你站在木制平臺上，欣賞著湍急的水流，你會感覺時間仿佛靜止，整個世界仿佛只剩下你和這個美麗的瀑布。或許你會在瀑布的奔騰聲中找到內心的平靜，或許你會在瀑布的美景中找到生活的樂趣。無論如何，關西瀑布都是一個值得一去的地方，那裡有大自然的饋贈，那裡有生活的歡樂。



途經【友善大象營區】參觀寮國大象保護區。

【巴洛造紙紡織村】欣賞傳統紡織編織、與手工傳統造紙的民俗技藝。到寮國造紙村遊玩的時候，有一樣東西我們是不可不去參觀的。那就是這村莊著名的造紙工藝。在這裡我們可以欣賞到真正老撾手工造紙工藝，看看這古老的手工造紙技術真的是相當的有趣的一件事的。在寮國造紙村內製作出來的造紙村民們一般都是用於裝飾用材的，他們用這些造紙製作成一些燈罩等東西，相當的好看。這造紙村有這些古樸的手工藝作品，所以這裡經常吸引著許多人來參觀旅遊，相當不錯的一處地方。

造紙村



到寮國造紙村遊玩的時候，有一樣東西我們是不可不去參觀的，那就是這村莊著名的造紙工藝。在這村莊內我們會發現許多作坊，這些都是村民們製作紙張的地方的。在這裡我們可以欣賞到真正老撾手工造紙工藝，看看這古老的手工造紙技術真的是相當的有趣的一件事的。村民們忙碌地將造紙搗鼓著造紙原料，它們一般都是用植物樹及蠶絲作為原材料，將這些東西搗碎了只用製作成紙漿。然後將這些搗鼓好的紙漿弄到作坊內的紙槽中去的，將這些在紙槽中的紙漿用刷子磨平的。在這過程中村民們還會放一些樹葉及花瓣進去的，最後將這些紙漿放到太陽底下曬開，這就是這古老手工造紙技術的過程。

【維蘇納拉特寺西瓜塔】這座寺廟建於 1513 年的 Wisunalat 王朝時代，成為龍坡邦最老的寺廟建築；它最特別的是位於寺廟前方高 34.5 公尺的蓮花塔，是由 Wisun 國王的皇后於 1503 年下令所建，工人在塔內擺滿小金佛及珍貴祭品，但因外形圓胖，當地人習慣稱它為 That Makmo，就是西瓜塔之意。維蘇納拉特寺的外形和瑯勃拉邦的其他寺院不同——沒有低矮接地的多層豪華屋簷（它只有兩層），取而代之的是普通的牆和柱子。這座寺院的另一個特點是位於其廣場上的”大蓮花佛塔”，由於其上部的圓形結構也被形象地稱為“西瓜塔”。有一種說法是“西瓜塔”代表女性，與位於萬象的代表男性的”塔鑾寺”相對應。



※備註:龍坡邦因為文化保護，政府規定大車無法進去市區，需換小包車，敬請見諒！

早餐：酒店內	午餐：琉璃瀑布當地寮餐 USD10	晚餐：川府人家 USD10
住宿：GRAND LUANGPRABANG 或同級		

DAY 7: 龍坡邦一內陸段飛機一百細(巴色) 一瓦普寺廟群一四千美島

寮國最南部百細(巴色)，地處波羅芬高原，森林植被率高，是寮國氣候最好的區域，百細，於 1905 年由法國人所建，位於湄公河及支流細東河(Se Don River) 交會處。從北至南流經寮國的湄公河，在接近寮、東邊境的地方，有約 50 公里長的河道比較寬。當地人這個區域稱為四千美島。

【瓦普寺廟群(小吳哥)】(世界文化遺產)，已有千年以上的歲月，其保存狀況卻出人意外的好。整個古蹟群可以說是五到十五世紀



高棉王國發展史的縮影。瓦普石佛寺身為世界遺產，重要性不言而喻；去過柬埔寨吳哥窟的人一定會覺得很像，或者根本一樣，不過吳哥多是建築在平地上，而瓦普寺是故意建築於山坡上讓人居高臨下，視野良好。裡面還有些佛祖腳印，鱷魚雕刻，大象，泉水等等東西，即使去過吳哥到這裡來仍會覺得相當新奇。瓦普神廟規模較大，長約 800 米，分三個區域。最前的一個區域是水塘旁的寮國王朝的行宮遺址。每年 2 月，來自寮國、泰國的朝拜者蜂擁而至。過了行宮遺址，有 300 多米的大路通向中間的第二區域。這裡有兩座印度教祭祀用的方形廟廊遺址。建於西元六世紀的廟廊用大石塊砌建，雖已

傾圮，但門柱、門楣及牆角上的雕飾仍然清晰可辨，看起來很像柬埔寨吳哥窟的神廟建築。過了祭祀廟廊，有 300 多米的石砌大道和石階道通向山腰上的最後一個區域 — 神廟的主廟。古老的石階兩旁，開滿鮮艷花朵的蒼勁大樹傾斜的向天空伸展著線條簡潔但極為有形的枝桿，蜿蜒粗大的根系與同樣老朽的巨石融為一體，遊客彷彿是在時間與空間的隧道中來回穿梭。



【四千美島】河上乘船穿梭在不知名的小島中，觀賞湄公河畔棕櫚婆娑、房屋疏落的景色，別有一番享受。四千美島中只有少數幾個常年性的大島上有人居住。其中最大的一座島就是東孔島（或稱孔島）。

【東德島】小島民風淳樸，風景優美，有瀑布、森林及潔白的沙灘；每日的日出日落令人心曠神怡。~四千美島從北至南流經寮國的湄公河，在接近老、東邊境的地方，有約 50 公里長的河道比較寬。雨季到來時，最寬的地方達 14 公里，是湄公河在寮國境內最寬的部份。旱季河水退落，這段河域會出現數以百計的小島。如果把沙洲都算上，數量過千，當地人略加誇張就把這個區域稱為“四千美島”。

（島上可參觀 1860 年碼頭/法國橋/里皮瀑布）



早餐：酒店內	午餐：當地寮餐 USD10	晚餐：東德島當地寮餐 USD10
住宿：Golden hotel dondet 或同级		

DAY 8: 四千美島—百細(巴色) —波羅芬高原—雙子瀑布風景區

【孔帕萍瀑布群】寬 10 公里，洪汛落差 15 米，枯水落差 24 米，湄公河上最大的瀑布，也是世界上流量最大的瀑布，亦是造成湄公河不能與中國通航的主要原因。孔帕萍瀑布被河床岩礁分成兩半，西邊稱為松帕尼瀑布，東面稱為帕彭瀑布。松帕尼瀑布最高，枯水時完全斷流；帕彭瀑布枯水時落差 18 米。



前往**波羅芬高原**位於寮國巴色，是一個海拔在 1300 米到 2600 米之間的高原。這裡的氣候溫和宜人，四季鮮明，有著美麗的自然風光和豐富的生物多樣性。在高原上，有許多令人歎為觀止的自然景觀，其中最著名的就是【**雙子瀑布風景區**】達凡瀑布和達旺瀑布。達凡瀑布是老撾最壯觀的瀑布之一，高度達到 120 多米，從懸崖上飛流直下，形成了一道美麗的風景線。而達旺瀑布則更為著名，是一個雙子瀑布，高度達到 40 多米，是寮南著名的旅遊勝地之一。

波羅芬高原，參觀【**咖啡種植園**】出產全國 95%的咖啡。這裡的咖啡豆品質優良，種植環境獨特，咖啡口感醇厚，回味悠長。咖啡種植在博羅峰高原上已有數百年的歷史，經過多年的發展，這裡的咖啡產業已經相當成熟。當地的農民種植著各種不同的咖啡品種，其中阿拉比卡咖啡是最受歡迎的品種之一。在高原上，咖啡農民使用傳統的種植和製作方法，採用日曬法來烘焙咖啡豆，以保留咖啡豆的天然風味和營養成分。這種咖啡被稱為“布土基”，咖啡香氣濃郁，口感順滑，深受咖啡愛好者的喜愛。



早餐：酒店內	午餐：當地寮餐 USD10	晚餐：占巴塞大酒店 USD10
住宿：Champasack Grand Hotel 或同級		

DAY 9: 百細(巴色) — 內陸段飛機 (QV306 13:55-14:55) — 永珍

【永珍最大夜市逛街】更能深度了解當地日常生活。



早餐：酒店內	午餐：USD10	晚餐：USD10
住宿：LANDMARK MEKONG RIVERSIDE 或同級		

DAY 10: 永珍/轉機地/臺北

早餐後 前往搭機返回溫暖的家

早餐：酒店內	午餐：機上點心	晚餐：機上
住宿：溫暖的家		

【備 註】：

本行程交通住宿餐食及景點，有時會前後更動或互換觀光景點，若遇特殊情況如飛機、船調度延誤起飛、交通阻塞、觀光景點休假、住宿飯店調整或其他不可抗拒之現象，行程安排會以當地安排為主，敬請各位旅客見諒。以上資料僅供參考，以航空公司通知及最後安排由當地旅行社做最後確認
 龍坡邦/旺陽 - 麵包車(文化保護區-政府規定大車無法進去市區)

- 護照自帶者，出發當天未帶有效之護照及簽證...等至機場，導致無法上飛機，所衍生之一切後果及賠償費用需由旅客自行負責！
- 行程無法延長住宿天數、更改日期及航班，如旅遊途中旅客需脫隊不參加行程，脫隊行程內容視同自願放棄，恕不予退費!!
- 班機若因航空公司或不可抗力因素，而變動航班時間，造成團體行程前後順序變更，本公司保有調整之權利。
- 為保障消費者及本公司雙方平等互信之權力義務，旅客報名繳交訂金後，一切法條精神依據觀光局公佈之『國外旅遊定型化合約書』為主。
- 語言：寮語為官方語言，泰語亦能溝通，其他以英語、法語、俄語為主。
- 治安：寮人生性溫和友善、治安良好。
- 購物：以銀器、木雕與手工編織為主要特產。
- 小費支付：一般服務人員之搬運行李及床頭小費約 1000Kip，參觀寺廟或佛塔時若使用相機或攝影機時需額外支付“香油錢”〈請詢問導遊人員〉；《請於本行程結束前，支付團費之 領隊/導遊/司機服務費用》。
- 本行程餐廳將視餐廳公休日將略有調動，用餐時間依實際行程安排做調整，造成不便之處，敬請原諒。