



2025 川藏秘境~稻城亞丁、黑水達古冰川 四姑娘山、白玉秘境、德格印經院、道孚民居、 木格措、康定情歌之美十三天

◎二次進出稻城·亞丁風景區◎



◎白玉、德格、丹巴、康巴秘境藏區 深度版◎

◎深入川藏公路最美最神秘的雀兒山 新路海 德格秘境 白玉秘境◎

◎ 稻城亞丁位於四川甘孜藏族自治州南部，被譽為“最後的香格里拉”、“藍色地球上最後一片淨土”。亞丁藏語意為“向陽之地”，又名念青貢嘎日松貢布，即“聖地”之意，海拔3,900公尺，有『最後的香格里拉』的美譽，香格里拉一詞最早出現於洛克的《消失的地平線》書中描繪的正是亞丁。

也許你去過很多地方旅遊，但是好像看過就過了，很少在記憶裡留下什麼深刻的印象，可是這一次是例外。如果你來到稻城，這個位於四川西南邊緣，甘孜藏族自治州南部的縣城，你會跪倒在她美麗的石榴裙下，你會被她那驚世駭俗的美所折服.....這裡擁有最純粹的生靈：傲視天穹的蒼鷹、自由生活的各種野生動物、草場林間婉轉歌唱的鳥兒、靜靜地放牧著牛群也牧著自己的牧人.....

前往令人神往的聖地，最後的香格里拉 - 稻城 亞丁，朝觀仙乃日神山（意為觀世音菩薩，海拔6023公尺），遠觀夏諾多傑神山（意為金剛手菩薩，海拔5958公尺），央邁勇神山（意為金文殊菩薩，海拔5958公尺），觀賞野生動物、高山花蕊、雪山、森林、冰川、湖泊、河流，體驗人和自然和諧相處的天然妙趣。讓神山聖水與心共吟，就讓我們帶您走進靈性神祕的藏區和曠世奇美的香格里拉！



雀兒山. 新路海~~川藏公路上的奇蹟~~這是一個人間與仙境相交融的地方，牧民是草原的主人，他們終年放牧生活。寬闊的草原一望無際，每年春天至中秋時節，百花爭豔鬥奇，趕趟似的登上這個廣袤的絢美舞態，盡顯風姿，一花一月成為草原的主弦，這裡先後開出黃、白、粉紅、藍、淡黃等不同顏色的野花，奇跡般地為草原定時換上盛裝，使草原由金黃奪目轉換成潔白無瑕的花海，再變成粉紅色的海洋，叫人疑為人間仙境，真不愧是獨具特色，的七彩草原。這裡的山水間散發著遠古的氣息，花草中流動著美麗的傳說，格薩爾王的神馬把纏綿的蹄印留在草原上，西元8世紀末，蓮花生大師的秘密伏藏草原深處，處處留下傳教的印跡。



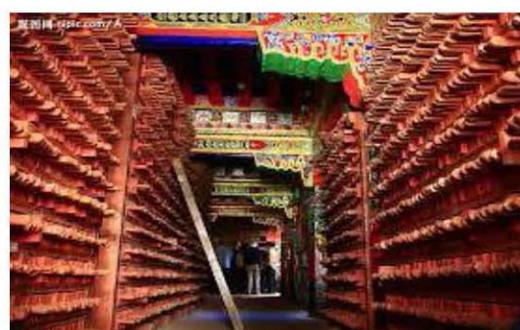
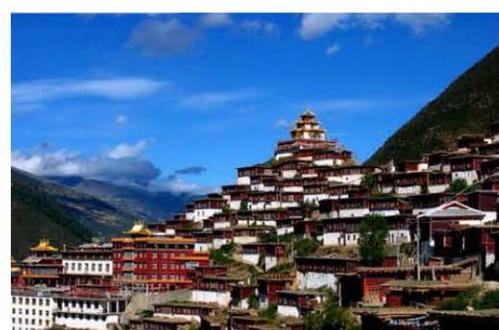
※行程特色※

- ★ 全程 **不進購物站** 讓您玩得輕鬆愉悅。
- ★ 精心設計**稻城、亞丁**各具特色的國家級旅遊景區串聯，加上沿途**丹巴、甘孜族民居**等景區，在不同的季節同時飽覽世外桃源的稻城亞丁、是一條不可多得的旅遊黃金路線。很知性、很隨性、很深入！
- ★ 沿途參觀各少數民族，他們完全沒有被外界污染的民風異俗，更顯現他們的純潔，如此形成自成一格的獨特文化，絕對是其他地方所沒辦法看到的，這些都是我們不會遺落的行程內容。
- ★ 造訪香格里拉中的香格里拉—【**亞丁自然保護區**】，感受英國小說家詹姆斯·希爾頓書中的情景，三座雪山（仙乃日峰 6032 公尺—觀世音菩薩、夏諾多傑 5958 公尺—金剛手菩薩、央邁勇峰 5958 公尺—文殊菩薩）圍繞的仙境，壯麗的景色，讓到訪過的旅客，均感受到心靈的震撼。
- ★ 【**亞丁自然保護區**】—這裡的天空、雲彩、陽光、光線、山體、石頭、村落、田園、草原、森林、樹葉、雪峰、冰川、河流、空氣，目光所及的每一個景色絕對會令人屏息靜氣，深怕吹鄒了這如詩似幻般的畫面，這一切的一切絕對會令您讚嘆。
- ★ 欣賞川西沿路兩旁排排高大的白楊樹，掩映著獨具特色的藏族碉房，牛羊在山坡上一派悠閒的覓食景象，讓人不經意地把心給留下了！這兒你還可遠眺四川第一高峰—蜀山之王—貢嘎山(7556 公尺)。
- ★ 深入**嘉絨藏族聚居地區**、千碉之鄉～**丹巴**，欣賞造型美觀，風貌古樸，鮮為人知的古藏族村落【**甲居藏寨**】，並可觀賞到現存中國最古老的碉樓。
- ★ 造訪東方阿爾卑斯山，蜀山之后【**四姑娘山**】6,250 公尺，可自費一段騎馬，一睹美麗的**四姑娘山**
- ★ 安排稻城與亞丁間的**日瓦華美達安可酒店**或**日瓦亞丁驛站酒店**(約 4 星)，在風景秀麗但硬體條件缺乏的亞丁自然保護區，能有一處像世外桃源的住宿，算是一件樂事了～
- ★ 【**冰川森林公園～達古冰川**】冰川是目前世界上已發現的為數極少的一年四季均可身臨其境的低緯度、低海拔海洋性現代冰川之一，其最下端的海拔高度僅為 2850 公尺，並且還是我國境內距城市最近，最易進入的冰川，也是地球上同緯度的冰川中海拔最低的。
- ★ 【**德格印經院**】素有“藏文化大百科全書”、“藏族地區璀璨的文化明珠”、“雪山下的寶庫”盛名。全名“西藏文化寶藏德格印經院大法庫吉祥多門”，又稱“德格吉祥聚慧院”，始建於 1729 年，總占地面積約 5000 平方米，建築占地面積近 3000 平方米，總建築面積 9000 餘平方米，特別是德格印經院，以收藏藏族文化典籍最廣博、門類最齊全、完備而嚴格的管理、原材料製作考究，精湛的創工技藝，高品質的印刷，以及對建築壁畫、刻版及其他文物的全面保護，在藏區三大印經院（拉薩印經院、拉卜楞印經院、德格印經院）中位居首位。德格印經院自創建以來，已有二百七十多年的歷史，院藏各類典籍 830 餘部，木刻印板 29 萬餘塊，文字字數達 5 億之巨，這在當今世界上是絕無僅有的。德格印經院既是中華文化寶庫中的瑰寶，也是世界文化遺產中一顆璀璨的明珠。

- ★ 每人投保 500 萬旅遊契約責任險，20 萬意外醫療險，讓您全程旅遊更有保障。

※貼心安排※

- ★ 每日均安排當地最適合團隊的住宿酒店，讓您睡的更安穩舒適。
- ★ 各地接待全部由本公司直接掌控，旅遊品質有保障，操作品質最為穩定！



※行程內容※

第一天 桃園(松山) → (香港) → 成都

今日集合於桃園國際機場，由專人辦妥登機手續後，搭機經由香港飛往四川省省會、素有「天府之國」美稱的『成都』。成都又稱“蓉城”或“錦城”，為西南重鎮，一直以其歷史悠久和文化積澱雄厚而知名於世，是中國首批命名的 24 座歷史文化名城之一。抵達後專車接往酒店休息。

早餐：自理 午餐：機上簡餐 晚餐：中式合菜 50 住宿：賽倫吉地大酒店或智選假日酒店或同級(準五)

第二天 成都 ⇨ 羊茸哈德精品藏寨 ⇨ 黑水

早餐之後驅車前往【羊茸哈德精品藏寨】位於四川省阿壩州黑水縣沙石多鎮羊茸村，古色古香的藏寨掩映在高山腳下的彩色森林中，村寨前面碧綠的黑水河蜿蜒而過，如詩如畫的自然風景和絢麗濃郁的藏家風情讓這個村寨遠近聞名。

早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：酒店合菜 80 住宿：達古冰山國際酒店或同級(準五)

第三天 黑水 ⇨ 達古冰川 ⇨ 馬爾康

早餐之後驅車前往達古冰川（含環保車+纜車上下）為第四紀古冰川遺跡類型豐富，特徵典型；這裡角峰、刃脊環峙；冰川U形谷逶迤穿行；冰川湖泊星羅棋布、如夢如幻；鯨背岩、冰磧壟、冰溜面、冰川擦痕等古冰川地貌沉澱了歷史、記錄下冰川曾經的運動軌跡……壯美的現代冰川景觀與豐富的古冰川遺跡共同塑造了橫斷山東緣壯美瑰麗的“冰川地貌天然博物館”。前往奶子溝、七彩甲足林



早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：中式合菜

住宿：豪庭名人酒店或馬爾康晶金隆酒店或同級(準五)

第四天 馬爾康 ⇨ 四姑娘山<3260公尺>

早餐之後驅車前往素有「東方阿爾卑斯山」之稱四姑娘山所在地小金縣『日隆』（海拔 3500 多公尺），日隆有四座海拔 6250 公尺，5355 公尺，5454 公尺，5664 公尺的山峰，她們肩挨著肩，親密相處，一個個冰潔玉潤，清麗俊俏，展芳容於邛崃山巔，象四位美麗的姑娘，因此被稱為【四姑娘山】。遊覽四姑娘山是看山，而不是登山。但看山也只是四姑娘山的一部分而已。四姑娘山之美，絕不僅僅在於山，還有湖泊、草甸、牧場、嘉戎藏族風情等與高原相關的景色。四姑娘山屬邛崃山脈，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俏立在群山之中，因而得名。四座山峰的海拔分別為：大姐山峰 5355 公尺、二姐山峰 5454 公尺、三姐山峰 5664 公尺、四姐山峰 6250 公尺。四姑娘山由三條溝組成，分別為長坪溝、雙橋溝、海子溝，三條溝景色奇麗壯美，各有特色。前往【雙橋溝(含觀光車)】，它是四姑娘山風光最集中、最迷人的景區。海拔高度為 3840 米。雙橋溝的得名是因為當地老百姓為了便於通行，在溝內搭建了兩座木橋，其中一座是由楊柳木搭建而成，俗稱

楊柳橋；另一座由紅杉木搭建而成，俗稱便橋。這裏是山峰的博覽會，是溝壑的陳列館。進入溝內，陰陽穀山勢陡峭，曲折幽深，別有洞天。日月寶鏡山、五色山、尖子山、獵人峰、鷹嘴岩、人參果坪、攆魚壩、盆景灘、紅杉林冰川等景致如錦簇畫廊，令人流連忘返。

早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：中式合菜

住宿：雲天度假酒店(觀景房)或聖地映像酒店或同級(準四)

第五天 四姑娘山 📍 沃日土司官寨 📍 貓鼻樑遠眺四姑娘山 📍 甲居藏寨

📍 遠眺雅拉雪山 📍 丹巴 <110KM/2.5 小時/1800 公尺>

前往【沃日土司官寨】“沃日”藏語意為“領地”，小金川支流沃日河流域是其世居之地。沃日官寨位於小金縣沃日鎮，建於清代早期。整個官寨依山傍水，由主樓、經樓、碉樓等組成。南有雄峻險峰，北臨陡峭懸崖，西邊不遠處是龍燈碉，沃日河自東向西流經腳下，形成一道天然屏障。清乾隆年間，沃日土司因「一徵金川」之戰有功，受封「安撫司」。【貓鼻樑遠眺四姑娘山】，在日隆鎮的公路邊有一片高坡，海拔約為 4000 公尺，這裡是巴郎山至日隆的必經之地，是觀賞四姑娘山全貌的最佳地點——貓鼻樑。從這裡可以清楚地看到一字排開的四姑娘山，運氣好的話，能看到日照金山。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。而後沿著大渡河逆江而上前往素有“千碉之國”美譽『丹巴』，丹巴素有“千碉之國”美譽。全縣都有碉樓分佈於大渡河穀兩岸，尤以梭坡鄉最具特色，甲居藏寨的色彩最豐富。梭坡鄉農業主產玉米、小麥、青稞。【遠眺梭坡古堡】具有非常獨特的羌藏民族風格。這裏的古碉距今已有上千年的歷史，以泥土和石塊建造而成，外形美觀，牆體堅實，其形狀各異，有四角形、五角形、甚至八角形，個別十三角形的獨特建造。之後抵達中國最美的鄉村藏寨【甲居藏寨(含觀光車)】，藏語的本意是指“百戶人家”。丹巴的藏寨民居是嘉絨地區中最具特色的，在大金川河邊的山坡上，成百上千幢色彩鮮豔的“城堡”錯落有致地遍佈在田野和山林之間，仿如置身童話的世界。【雅拉雪山觀景平台】，遠眺雅拉雪山，藏語全稱為「夏學雅拉嘎波」（意為東方白犛牛山），是藏區著名神山。位於四川甘孜州康定、道孚和丹巴三縣的交界處，海拔 5884 米，與它東北方向的墨爾多神山遙遙相對。山頂終年積雪，是康巴地區一座著名的神山，雅拉河即發源於此。



早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：中式合菜 住宿：丹巴金源大酒店或美人穀大酒店或同級(準四)

第六天 丹巴 📍 八美 📍 道孚 📍 爐霍 📍 甘孜

早餐後前往『八美』。丹巴到八美鎮沿途有 30 公里的地段被稱為“東谷天然盆景風景區” 從丹巴到八美的路邊有個石碑標誌上面寫著：康巴十分美、道孚有八美。當然這屬宣傳或者說是廣告，有人說如果把新都橋稱為“攝影者的天堂”的話，那八美的風光有過之而無不及。八美的風光的確非常的美，它以高原草原風光為主，起伏的雪山、迷人的藏寨，構成一幅絕妙的風情畫。如果說張家界有十里畫廊，到了金秋這裡的彩林漫山遍野無邊無際，沿途就是百里畫廊了。遠觀【八美石林】從色調上便一眼分辨，石林是灰色調的，它的周圍，山體、樹林、草地、流水是多彩的。這些多變的色彩像是舞臺變幻的佈景，也讓八美石林在不季節呈現出不一樣的美。到了秋天，滿山的金黃衰草，火紅槭木，石林又像是在浴火中重生。登上石林觀景台，整個石林景區群峰彙聚、萬塔林立、千峰競秀，蔚為大觀。途經【龍燈大草原】，又稱“格薩爾通”，意為格薩爾王的“牧場”，龍燈草原上有一個海子，叫作珠姆措，意為“翡翠海”，傳說是格薩爾王的愛妃珠姆遺落的翡翠頭飾化成，洗頭時掉落的頭髮則變成了海子裡的水草。道孚譯意為“馬駒”，因縣城地形如奔馬而得名，被譽為“藏房藝術之鄉”其中道孚民居堪稱世界民居建築“雙絕”，多數遊人都是沖著它而來道孚旅遊。【道孚藏式民居】以其獨特的建築風格河奇絕的建築藝術著稱於世，純藏式居多。道孚民居從平壩向著低緩的山坡上蔓延，構成一道別具風格的風景線。民居外表主要由棕白兩色構成，白色的屋頂、主牆，木結構處多用棕色顏料塗染，其間配以紅、藍圖案，在藍天、白雲、青山、綠水的映襯下，幻化成妙不可言的積木圖案。這些民居外觀基調相似，但內部卻各有洞天。由於道孚地處青藏高原、鮮水河斷裂帶，日照長、風沙多，晝夜溫差大，而道孚民居內冬暖夏涼，且尤為抗震。內部裝飾更是令人歎為觀止。前往號稱香格里拉中心的一甘孜鎮入住，盡享一個美麗純樸的夜晚。



早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：中式合菜 住宿：甘孜喜雅酒店或甘孜雍康酒店或同級(準四)

第七天 甘孜 ➤ 德格印經院 ➤ 雀兒山 ➤ 遠眺新路海 ➤ 白玉秘境

【德格印經院】是素有“藏文化大百科全書”、“藏族地區璀璨的文化明珠”、“雪山下的寶庫”盛名的德格印經院，全名“西藏文化寶藏德格印經院大法庫吉祥多門”，又稱“德格吉祥聚慧院”，始建於1729年，總占地面積約5000平方米，建築占地面積近3000平方米，總建築面積9000餘平方米，坐落在德格縣城(更慶鎮)文化街，1996年由中華人民共和國國務院列為全國重點文物保護單位【雀兒山】藏語名“措拉”，意為：大鳥的羽翼。主峰海拔6168米，周圍並列著十多座5500米以上的山峰，素有“爬上雀兒山，鞭子打著天”之說。雀兒山主峰有西北和東北兩條山脊。主峰山體高大，冰川發育完整，冰川舌部直伸到森林邊緣，森林中棲息著黑熊、白唇鹿、雪豹、岩羊等20多種珍貴保護動物。主峰西側是新路海(藏語：玉龍拉措)，是冰川形成的冰漬湖。著名的318國道從雀兒山翻過，垭口處海拔5050米，不僅是四川省公路的最高點，也是整個川藏線的海拔最高點。因此雀兒山有川藏第一高的稱謂。遠眺【新路海】位於德格縣境內的雀兒山下，晶瑩的大型冰川從海拔五千米的粒雪盆直瀉湖濱草原，極為壯觀。藍天白雲、雪峰皚皚，冰川閃爍、青山融融、綠草茵茵、波光粼粼。湖岸珍禽異獸出沒，湖中野鴨成群，魚兒遊弋。夏秋季節，山花爛漫，爭芳鬥豔，真可謂世間仙境。湖邊有眾多的瑪尼石，刻工粗獷有力。如果有心，可以沿湖邊漫步，這個湖泊面積很大，在嚮導的帶領下，可繞湖一周，走開幾步，就能聽見浪濤聲和鳥鳴，是個靜心的好去處。



早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：中式合菜 住宿：白玉坤銳酒店或白玉白鈺大酒店或同級(準四)

第八天 白玉秘境 ➤ 白玉寺 ➤ 壇城 ➤ 拉龍措 ➤ 途經金沙江河谷 ➤ 稻城(理塘)

白玉，處於大香格里拉環線的核心地帶，是金沙江上遊自然生態保持最完好的地方。甘孜州第二大冰川麻貢嘎，金沙江葉巴灘大峽谷，火龍溝，納塔湖構成了白玉絕美的自然景觀。秋季來臨，楓葉如火，樺樹金黃，給沿途的村莊增添許多詩情畫意，幽靜的山川河谷在藍天白雲下格外迷人。這裡山川秀麗，湖如明鏡，古木參天，集溫泉、冰川、瀑布、溶洞為一體的自然風景，實在令人大開眼界，讚歎不絕。一旦踏上這片未被污染的淨土，你會頓悟人生許多哲理，靈魂深處得到淨化，從而找到精神上的家園。【白玉寺】位於縣城北邊的山坡上，屬紅教寺廟，該廟居高臨下，金壁輝煌，建築群氣勢雄偉，規模較大。玉寺，藏語全稱為「白玉朗嘉祥丘伽林」(意為「吉祥尊勝菩提洲」，其中藏語「白玉」意為「吉祥盛德之處」)，位於中國四川省甘孜藏族自治州白玉縣城北坡，是一座藏傳佛教寧瑪派寺院，也是寧瑪派六大叢林之一(其他五座寺院是噶陀寺、竹欽寺、雪千寺、多吉扎寺、敏珠林寺)。【拉龍措】的湖面像海一樣遼闊起伏的山脈連成的軌跡，搖曳的五彩經幡她聖潔的美讓人無法抗拒。拉龍措區域內河流、湖泊、沼澤等多種濕地鑲嵌交錯，濕地資源及生物多樣性豐富而獨特，原始森林及珍稀動植物眾多，兼具冰川、地熱等特色資源，自然風光優美，康巴藏族特色鮮明。【金沙江河谷】是中國第一大河長江的上游，以著名的“高、深、窄、曲、陡”為特點。此外金沙江流域有著非常豐富的森林資源，路途中可看見青山融融、綠草茵茵不時還能看見珍禽異獸出沒。順著金沙江支流昌曲，經過亞青走進白玉縣的阿察草原，在藍天白雲下，花海一望無際、色彩斑斕，令人心曠神怡。



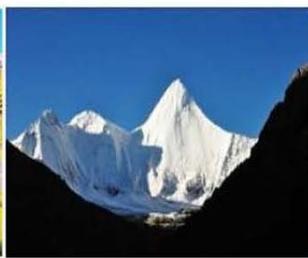
早餐：酒店早餐 午餐：中式合菜 晚餐：中式合菜 住宿：理塘酒店 或金珠大酒店 或同級

第九天 日瓦 亞丁風景區

早餐後前往【亞丁風景區】(含景區大門至扎灌崩到觀光車，沖古到洛絨牛場，電瓶車往返)，位於甘孜州南部稻城縣日瓦鄉境內，景區海拔 2900 公尺(貢嘎河口)至 6032 公尺(仙乃日峰)，面積 5.6 萬公頃。景區以仙乃日、央邁勇、夏納多吉三座雪峰為核心區，北南向分佈。由於特殊的地理環境和自然氣候，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。仙乃日(藏語觀世音菩薩)、央邁勇(藏語文殊菩薩)、夏納多吉(藏語金剛手)三座雪山相距不遠，各自拔地而起，呈三角鼎立，藏傳佛教稱為「日松貢布」，意為三怙主神山。北峰仙乃日海拔 6032 公尺，南峰央邁勇海拔 5958 公尺，東峰夏納多吉海拔 5958 公尺，三座雪山峰形各異，但都潔白無瑕，一塵不染。雪峰、冰川、森林、溪流、瀑布、草甸、湖泊有機地組合，野生動物出沒於其中，托出了一方安祥靜謐的淨土。「日松貢布」(三座神山)，蜚聲藏區，神山聖湖集於一體，除了它巍峨壯觀和周圍奇絕的自然風光，還有著神秘的宗教文化，是藏區的一處聖地，前來朝覲者絡繹不絕。【洛絨牛場】是亞丁景區內最著名的高山牧場，其本身具有廣闊壯美的景致，牛場周圍是高原草場，5 月時草長鷹飛，風吹草低見犛牛，又背靠三座神山仙乃日、央邁勇、夏諾多吉，是觀看三座雪山的最佳地點。長途跋涉的旅人可選擇在此宿營，也可自己搭帳篷住宿。雪峰、森林、草場、溪流、湖泊、瀑布和牧場木屋相應成趣。在這裏與神山同息與雪山親近，這才是真正意義上的親近大自然。

【洛絨牛場】也是通往五色海、牛奶海的必經之地。(注意：單趟步行約需 3.5 小時左右故來回是 7 小時)另外小轉神山仙乃日也要經過這裏(由沖古寺出發，經洛絨牛場繞仙乃日轉一圈，全程 20 公里)。

溫馨提醒：亞丁景區氣候變化不定，請帶上雨衣和手套，騎馬必須由馬夫牽方能騎。身體精神狀態好方可去牛奶海和五色海。牛奶海和五色海海拔超過 5000 公尺，路況相當不好，有些地方和攀岩差不多，兩地落差較大非常危險，那裏條件艱苦去過的人也不多，但風景異常美麗，正所謂“無限風光在險峰。(前往牛奶海和五色海騎馬屬於自費，參團前請事先告知若時間允許，可斟酌情形前往騎馬費用約 600~700 人民幣左右，不保證可前往，請參考！)



早餐：酒店內 午餐：稻城合菜 50 晚餐：酒店晚餐 60 住宿：華美達安可酒店或同級(準四)

第十天 日瓦(二次進亞丁風景區) 亞丁風景區 稻城 <90KM/2 小時/3700 公尺>

早餐後遊覽【亞丁風景區】(含景區大門至農同壩到觀光車，沖古到洛絨牛場，電瓶車往返)，【沖古寺】海拔 3880 米的沖古寺位於仙乃日雪峰腳下，建寺年代已無從考證。因位置優越，沖古寺成為景區內一個有名的宿營地，是觀賞三坐神山——仙乃日、央邁勇、夏諾多吉的必經之地，也是當地藏族轉山儀式的出發地。卓瑪拉措(珍珠海)在仙乃日的腳下，從沖古寺上去也就 20 分鐘的路程，隱藏在一片小樹林後的它是那樣的安靜，但卻是那樣的迷人。珍珠海，碧綠的水色在清晨天空的映射下發著幽幽的光芒，仿佛就是一塊跌落在人間的深色翡翠。湖水正好倒影著仙乃日的雄姿。卓瑪拉措意為“仙女、度母”之意，“措”：湖泊、海子之意，所以卓瑪拉措海拔 4100 米，面積 0.75 公頃，很久以前，仙乃日腳下，原是一個大湖泊。後來決堤後，湖泊變小，剩下現在的湖——卓瑪拉措。後我們前往『稻城』：據說最後的“香格里拉”就在這裏，這裏的雪峰、峽谷、草原、湖泊、寺廟，如希爾頓筆下的人間桃源，村莊裏人民和平相處，多彩多姿的民俗民風，彷彿世外桃源，一處現代人夢寐以求的聖地。



早餐：酒店內 午餐：景區內自助餐 60 晚餐：酒店晚餐 60 住宿：金珠大酒店 或旺吉大酒店或同級準五

第十一天 日瓦 理塘 康定

景點：理塘大草原、稻城紅草地 貢嘎朗吉嶺寺、柏楊樹林、桑堆小鎮、兔兒山、高爾寺山

早餐後驅車前往翻越高爾寺山（主峰海拔 4412 公尺），跨越雅礱江峽谷，剪子灣山（主峰海拔 4659 公尺）卡子拉山（主峰海拔 4718 公尺），經世界高城，高原明珠『理塘縣』（海拔 4000 公尺），觀【毛垭大草原】風光，前往【紅草地】，十月秋季時紅彤彤的景致映入眼簾，紅得那麼熱烈，那麼豔麗，也那麼醉人。在或黃或綠的白楊樹的襯托下，燦燦生輝，嫵媚無比。繼續前進途經桑堆，桑堆小鎮風景綺麗，公路沿線牧場開闊平展，河流平緩如鏡；遙望遠處，山巒起伏，氣象萬千。村落、牧人、牛羊散落其間，寧靜安詳。西元 1144 年前，一世噶瑪巴-都松欽巴 覺悟讚譽：“我走遍藏區，來到此地，這裏風景秀美，牧草豐茂，六畜興旺，佛光普照，我願在此修建寺廟成就功德”。途經剪子灣山，翻越 4659 米的剪子灣山和海拔 4718 米的卡子拉山，這兩座山因海拔較高，半山以後樹木就非常稀少，主要以高山草甸為主，是當好牧民放牧的地方，在春夏秋季節，成千上萬的牛羊如片片白雲飄浮在草原上，牧民們自由地在草原上放牧，悠揚的牧歌在天地間迴響，因信這裡會是您攝影創作的好地方。沿路眼前一排排綠樹，一幢幢紅牆，藍天白雲，光與影的交錯，美輪美奐。不拿起相機，你還在等待什麼…遊覽觀賞沿途川西平原風光，折多山至新都橋一段風景極美，還可遠眺蜀山之王—貢嘎山，近可欣賞腳底雲海。個個典型的藏族村落依山傍水地散佈在公路兩旁；一條淺淺的小河順著村前緩緩流過；村前村後矗立著棵棵挺拔的白樺；村後的山坡上漫遊著星星點點的犏牛和山羊。



早餐：酒店早餐 午餐：當地合菜 50 晚餐：酒店合菜 60

住宿：雲頂星空酒店或印象雅致酒店或攝影天堂大酒店或同級(準四)

第十二天 康定 木格措 成都

景點：翻越折多山、木格措

早餐後翻越折多山前往【木格措】(含觀光車)，在那裏，有很多湖泊、森林、疊瀑、溫泉等絕妙的景觀！景區海拔 2900—3800 米，面積 500 平方公里，由芳草坪、七色海、杜鵑峽、藥池沸泉、木格措（野人海）和紅海、黑海和賽馬坪等小景區組成，高原湖泊、原始森林、溫泉、雪峰、奇山異石及長達 8 公里的千瀑珠，構成了秀麗多彩的景觀。七色海：由湖水與溫泉交融而成的高原湖泊，景色一日多變——清晨的湖面如鏡子般平靜透亮，倒映著藍天白雲，高山和白雪；午後波濤滾滾，濤聲如雷震撼山谷；傍晚夕陽西斜時，波光粼粼的湖水如金子般燦爛奪目，躍動著斑斕的夢幻。在不同季節可欣賞“雙霧墜海”、“木格夕照”、“木格漲潮”等雲、霧、霞、水奇觀。木格措（野人海）：又名大海子，是川西北最大的高原湖泊，有“小九寨”之稱，四周被群山、森林、草原環抱，紅海、黑海、白海等幾十個小海子圍繞著她，有如眾星捧月。



早餐：酒店早餐 午餐：當地合菜 50 晚餐：藥膳風味 80

住宿：賽侖吉地大酒店或臨空智選假日酒店或同級(準五)

第十三天 成都 → (香港) → 桃園(松山)

早餐後稍作休息後搭機(或經香港)返回台灣，結束此一精彩無比的稻城亞丁深度愉悅之旅。

早餐：酒店內

午餐：機上簡餐

晚餐：自理

住宿：溫暖的家

★川藏團注意事項：

- ★ **本行程將根據內陸航班實際飛航狀況，行車路況，調整前後住宿地點與行程順序，不便之處敬請見諒。**
- ★ 此線路 探險、攝影特種線路，沿途路況住宿條件相當有限，旅遊艱苦，參團者必須具備良好的心理素質和身體素質，請作好吃苦的準備。但此線路風景優美，景色獨特。
- ★ 沿途海拔均在 3000 公尺以上，一般遊客都會有不同程度高原反應，如患有心臟病、高血壓、呼吸系統疾病、重感冒者以及醫生認 不宜進高原者，請謹慎參團。
- ★ 高原氣候白天及夜晚溫差較大，請自備足夠防寒衣物；另自備一些感冒藥品、抗高山反應藥物、自帶防曬霜、唇膏、水果乾糧等。
- ★ 騎馬需注意安全，必須由馬夫牽引。不能獨自騎馬，更不能騎馬奔跑，險路和下坡路必須下馬步行。否則造成損失，概由客人自理，旅行社不予以任何賠償。
- ★ 行程中大部份路段均已修好，但山區行駛常遇塌方、泥石流、堵車等安全方面的問題，乘車時間也是非常的長，出發前需要調節好自己的狀態，做好思想準備，凡參加者，請充分考慮安全方面的因素，同時遊客需要聽從領隊的安排，並注意防止高山反應。
- ★ **團體於行程開始後，因本身健康因素或私人因素中途離隊退出旅遊行程或景點時，視為自動放棄，恕無法退還旅遊費用。**
- ★ 前往大陸旅遊時，尤其川藏，請先調適自己，並對該地區環境先作認識，做好入境隨俗的準備，這樣一來相信您會有美好的旅程。
- ★ 住宿飯店偶遇官方徵用，住宿飯店如有變更以同級為主。
- ★ **特別說明：**
 - ◆ **單人報名注意：會幫您安排與同性團員或同性領隊同房，如最後無法配對將會收取單房差，敬請注意。**
 - ◆ **行程門票已經分攤老人優惠票價差，旅途期間景區如需收取台胞證，煩請配合出示檢查，恕不再退還優惠票價差。**

