2027 歲末祈福・西藏跨年・聖境之旅

(前後藏、日喀則、江孜、浪卡子、羊卓雍措)玩美 8 天

或入住大昭寺廣場對面　唐卡酒店 貴賓房

或入住 布達拉宮附近 ~拉薩澤當飯店 主樓

本行程 2025.11 起適用

背起您的行囊，迎接璀璨陽光！



※行程特色※

★ 全程 無購物、無自費、無推銷 讓您玩得輕鬆愉悅。

★ 資深西藏專業旅遊團隊，每年辦理數百人進藏旅遊，實際經驗豐富，絕非紙上談西藏或口說西藏旅遊可比擬的。

※ 秋冬季西藏的天空，陽光異常璀璨明亮，天空湛藍遼闊，享受和煦溫暖的陽光，是絕佳的精神享受!。人潮不是那麼擁擠，以任意漫步在八角街以及布達拉宮古蹟內細細品嚐遨遊，欣賞西藏的深度之美…

★ 參訪藏傳佛教格魯派寺院【札什倫布寺】

★ 遊覽全世界最高的宮殿【布達拉宮】，以極高歷史、藝術價值文明於世，璀璨耀眼、華麗奪目。

★ 前往供奉西藏財源天母財神的【札基財神寺】。

★ 前往有 1300 年歷史，藏族人禮佛磕等身長頭必訪【大昭寺】寺內供奉釋迦牟尼佛十二歲等身像。

★ 拜訪西藏第三大聖湖【羊卓雍措】宛如少女般的婉約柔美，清新、脫俗、動人!!

★ 拜訪後藏最大城市『日喀則』:
親炙班禪大師的駐錫地【札什倫布寺】，莊嚴、輝煌、巍峨!!
馳名中外的三教合一、建築風格十分特殊，典型的尼印漢藏綜合體的【白居寺】。

★ 特別安排純粹【古宅體驗藏文化藏香製作(非樣板、原汁原味、也非購物站是真正文化體驗)】，親自感受藏香的古老深邃的內涵與豐富文化，藉由製作藏香的過程提升心靈上的舒適感受。

★ 特別安排【藏服體驗】，體驗藏民傳統服飾與文化。

★ 全程投保 300 萬旅遊保險＋海外急難救助(高原反應)，並有隨車提供醫療用氧氣鋼瓶，非一般用小型乾氧隨身瓶，讓你玩的開心、放心。
◎目前均只投保旅平險：300 萬意外身故 / 30 萬醫療＋海外急難救助服務協助（如有費用需自付）。
※14 歲以下及 70 歲以上僅能投保至 200 萬。
※80 歲以上全程參團之台灣旅客，旅平險中”海外突發疾病醫療”無法承保；請自行加保有海外突發疾病醫療之險種。
※大陸參團之客人(台灣人)無法承保旅平險，請自行加保有海外突發疾病醫療之險種。
※外國人(含大陸人)於大陸參團無法承保任何保險。
※非台籍旅客全程參團，旅平險中”海外突發疾病醫療”無法承保；請自行加保有海外突發疾病醫療之險種。

★ 全程安排經驗知識豐富之專業領隊與藏族導遊精心服務，西藏浩瀚史詩與您絢麗共遊。

★ 建議小費：滿十人(含)以上每日台幣 350 元 / 天（全程司機導遊 領隊 高山旅遊服務費）
*十人以下每日小費 另行告知（含所有全程司機導遊 高山旅遊服務費）

★ 購物站：全程不進購物站(不進礦石博物館、藏醫藥博物館、藏香廠....等博物館級購物站)

※ 贈送：布達拉宮證書、藏香紀念品、敬獻哈達、每日礦泉水。

行程內容將根據內陸航班實際飛航狀況、路況以及火車班次，調整前後住宿地點旅遊景點，不便之處敬請見諒

◆注意◆

◆本團七人以下不派領隊當地將派資深藏族導遊接待。

◆本團八人以上將派資深西藏領隊全程隨團，當地資深藏族導遊接待。

行程內容將根據內陸航班實際飛航狀況、路況以及火車班次，調整前後住宿地點旅遊景點，不便之處敬請見諒

※安排入住～拉薩～唐卡酒店 貴賓房(大昭寺廣場對面)※



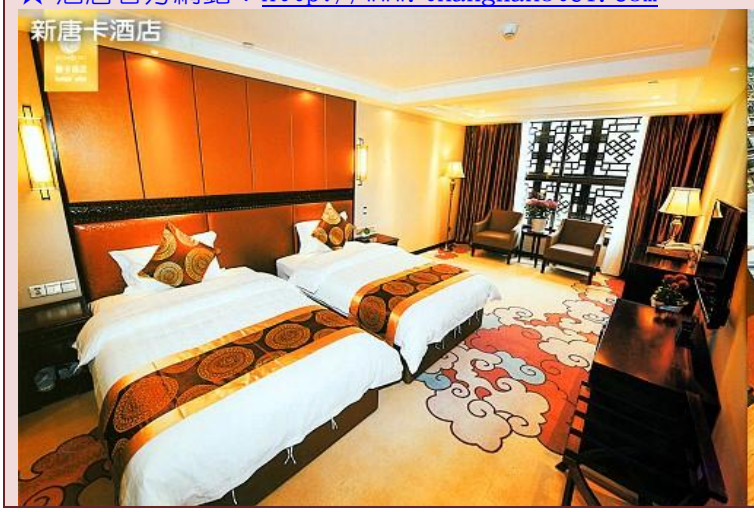




★ 唐卡酒店去年新修完成按五星級標準房，內部藏式的主題理念，高規格的反映了藏傳文化的豐富內涵；軟硬體設施的講究在於細節，所看到和感受到的訊息可以在這裡進行第一時間的反應；服務動作周到、方便、快捷，讓來自世界各地的朋友，在世界屋脊之巔，有一個似家非家勝似家的溫馨舒適的愉悅感覺，休息好、調整好，當清晨的太陽再一次燦爛的時候，有一個躍躍欲試而飽滿的身心狀態。

★ 距離大昭寺廣場步行大約三分鐘，是個方便採買逛街的好憩所。

★ 酒店官方網站：http://www.thangkahotel.com





※或安排入住～拉薩～澤當飯店 主樓(布達拉宮附近)※






★ 飯店原湖北大廈，更名為拉薩澤當飯店。新整建之主樓是按國家五星級標準興建的涉外酒店。

★ 飯店分前後棟，前棟是依五星級規格興建之一座集客房、餐飲、娛樂為一體的綜合性多功能星級酒店，後棟為貴賓樓，並配備有中央空調供應。飯店地處拉薩市繁華地段商業圈內一北京西路商業圈，毗鄰首府著名景點布達拉宮、寶貝花園羅布林卡和拉魯濕地，周圍商業氣息濃厚逛街購物方便，交通便利，環境優美。

※航班參考※

中國民航航空 去程：桃園(或松山) / 上海(或北京 或成都 或西安 或廣州)
中國民航航空 去程：上海(或北京 或成都 或西安 或廣州) / 拉薩
中國民航航空 回程：拉薩 / 上海(或成都 或西安 或廣州)
中國民航航空 回程：上海(或成都 或西安 或廣州) / 桃園(或松山)

第一天 桃園 ✈ (或經香港) ✈ 成都(或上海、西安、廣州) 轉機地

於國際機場搭乘豪華客機(或經香港)飛往轉機地，隨後前往酒店休息，養精蓄銳，為西藏聖行做完整的準備。

※今日將依班機到達時間狀況而做景點的安排，如時間不允許到將取消行程不另收費也不退費。

※本日將依班機實際到達時間決定是否安排晚餐，如航班延遲過久則不安排也不退餐費，直接回酒店休息，敬請注意。

早餐：X	午餐：視當團航班(X 或 機上套餐)	晚餐：機上套餐(不發餐費)
住宿：天府機場智選假日酒店 或上海綠地鉑驪酒店 或同級(或其他城市酒店)		

第二天 上海(或北京、成都、廣州) ✈ 拉薩貢嘎機場 🚌<100 公里 約 3 小時>山南市(山南區首府)



早餐後搭乘大陸國內航空豪華客機飛至雪域『**西藏**』，西藏自治區位於青藏高原的主體，地勢高峻，地理特殊，野生動植物資源、水資源和礦產資源豐富，素有“世界屋脊”和“地球第三極”之稱。抵達拉薩貢嘎機場後先由當地導遊獻上藏族祝福的哈達，以示歡迎。前往山南地區首府，**也是西藏文明發祥之地**，歷代吐蕃王朝在遷都拉薩之前即建都於此的『山南市(海拔比拉薩低可降低高原反應的發生)』，史蹟斑斑，值得深入探訪。沿途觀賞**雅魯藏布江景觀**，欣賞遼闊的雅魯藏布江美景；抵達澤當後前往酒店休息，當天晚上充分休息，以便讓身體適應高原環境，以儘量減少高原反應的可能性。

※ 在「山南」住宿，海拔較低讓身體適應高原環境，為未來幾天西藏聖行做準備。

早餐：飯店早餐(餐盒)	午餐：機上套餐	晚餐：山南風味合菜 60
住宿：山南澤當飯店(主樓) 或同級(當地最好)		

第三天 山南市（雍布拉康／桑耶寺）🚌 拉薩





參觀【**雍布拉康(步行上下)**】(**若騎馬、騎牛：單程自費需約 30 人民幣(此費用隨時會變，請注意！)**)，西藏歷史上第一座王宮，距今已有 2100 多年的歷史，藏語意爲“母子宮”。札西次日山形像一隻靜臥的母鹿，而“雍布”在藏語中意爲母鹿，“拉”意爲後腿，“康”爲宮殿，合在一起解釋，便是“母鹿後腿上的宮殿”的意思。給人一種溫柔安詳的感覺。雍布拉康位於山南地區澤當鎮東南，高聳於雅礱河東岸札西次日山頂。然而雍布拉康給人的第一眼印象往往是高大險峻、氣勢恢宏。越過雅魯藏布江前往西藏第一座喇嘛寺廟，始建於八世紀而被稱為西藏文化發祥地的【**桑耶寺**】參觀，桑耶寺為印度密宗大師蓮花生大士所建，完全按佛教大千世界佈局，格局恢弘，極其壯觀；鄔孜大殿四個角上分別建有紅、白、綠、黑四座佛塔，代表四大天王；大殿四周還均勻分佈著 4 大殿和 8 小殿，表示四方鹹海中的四大部洲和八小洲；寺廟建築群的周邊是一道圓形的圍牆所環繞，象徵著世界周邊的鐵圍山。寺內精美壁畫、雕塑、工藝尤其可觀，是研究西藏宗教藝術文化的最佳寶庫。

早餐：飯店早餐	午餐：桑耶寺合菜 50	晚餐：漢藏風味合菜 60
住宿：～大昭寺對面～唐卡大酒店 豪華標間氧氣房 或 亞朵酒店豪華標間氧氣房 或同級		

第四天 拉薩 🚌 < 100 公里 約 2.5 小時>羊卓雍措 🚌 <120 公里 約 3 小時>江孜(白居寺)

🚌 <100 公里 約 2.5 小時>日喀則





【**羊卓雍湖**】，藏語意“天鵝池”，是西藏四大聖湖之一。海拔 4441 公尺，是西藏最大的淡水湖。湖內分佈著十幾個小島，湖濱水草豐茂，是西藏著名的牧場之一，還是西藏最大的水鳥棲息地，每到夏季，無數天鵝、沙鷗等水鳥常在湖面嬉戲。湖水碧藍清澈，湖光山色，景色如畫，藏人形容她「天上的仙境，人間的羊卓」。跨越 4330 米的斯米拉山口後就來到【**卡若拉冰川**】的冰舌下，觀看冰川的地方海拔約有 5400 米，山口南面 6647 米的卡魯峰是年楚河和羊卓雍湖兩大水系的分水嶺，此峰周圍冰川地貌突出。由於長年受公路上的車塵覆蓋，此冰川整體呈黑白分層形態。前往西藏第三大古城『**江孜**』。參觀黃、白、花三教合一的【**白居寺**】，該寺最大特色即為一寺融三派，彼此相安無事。這也是西藏唯一的一座三教合一塔寺；另一特色即為寺中有塔的【**白居菩提塔**】此塔為近百間佛堂依次重疊建起，塔中有塔，佛龕與佛堂以及壁畫上的佛像總計為十萬尊，因而得名十萬佛塔，塔的形式為藏印尼泊爾式的建築，非常有特色。抵達『日喀則』西藏的第二大城。

早餐：飯店早餐	午餐：川藏風味中式合菜 50	晚餐：酒店內後藏風味菜 60
住宿：日喀則格薩爾飯店貴賓樓 或哈達神湖酒店 或同級(當地最好)		

第五天 日喀則【札什倫布寺／藏族村落家訪】 青藏鐵路拉日延伸段 拉薩





【札什倫布寺】是西藏歷代班禪喇嘛的駐錫地,並參觀十世班 禪的包金靈塔【釋頌南捷】及供奉著世界上最大的銅佛【強巴佛殿】;佛像高 26.2 米,由 110 名工匠歷時 4 年完成。寺廟依山而建，佔地面積達 30 萬平方米。扎什倫布寺由一世達賴喇嘛根敦珠巴於 1447 年創建 的，現有喇嘛 800 餘名。每年藏曆 5 月 14 日至 16 日是扎什倫布寺展佛節，屆時將在高 32 米的展佛臺上 舉行隆重的展佛活動。前往【日喀則火車站】。乘坐高原列車青藏鐵路延伸線--後藏鐵路(拉日鐵路)，後藏鐵路(拉薩至日喀則) 全長 251 公里，2014 年 9 月正式通車運行，地處青藏高原西南部西藏自治區境內，東起青藏鐵路終點拉薩 站，向南沿拉薩河而下，途經堆龍德慶縣、曲水縣，折向西溯雅魯藏布江而上，穿越近 90 公里的雅魯藏 布江峽穀區，經“瓜果之鄉”尼木縣、 “礦產聚寶盆”仁布縣，駛入牛羊遍野、珍禽棲息的年楚河濕地 後抵達藏西南重鎮日喀則。全線設拉薩南、曲水、日喀則等 14 個車站。拉日鐵路是中國目前穿越地熱活 動區間最長、地熱溫度最高的鐵路。在鐵路穿越的雅魯藏布江峽穀區約 60 公里範圍內分佈著大量的溫泉 及熱泉，地熱溫度一般在 40 攝氏度到 90 攝氏度之間，為中國之最。未來將與境外的尼泊爾和印度鐵路網 接軌，連接西藏日喀則與尼泊爾首都加德滿都以及印度錫金邦首府甘托克。而後抵達【拉薩火車站】。

途中順道拜訪【藏族村落家訪】探訪藏族民家的生活習俗，您可體驗藏族人民善良淳樸的自然流露。

早餐：飯店早餐	午餐：川藏風味中式合菜 50	晚餐：菌類火鍋 70
住宿：～大昭寺對面～唐卡大酒店 豪華標間氧氣房 或 亞朵酒店豪華標間氧氣房 或同級		

第六天 拉薩（布達拉宮／宗角祿康～龍王潭／札基財神寺／大昭寺／八廓街）

【布達拉宮】，始建於西元 7 世紀，是當年松贊干布為迎娶文成公主而修建。“布達”即“普陀山”的音譯，“拉”是藏語的敬語。“布達拉宮”意為觀世音菩薩在雪域高原為普渡眾生，慈航普渡解脫之島。布達拉宮占地 41 公頃，高 13 層，由宮殿、城堡、林卡三部分組成。而後穿越路過【宗角祿康~龍王潭】位於布達拉宮後面，是五世達賴阿旺洛桑嘉措修建布達拉宮時，從山腳大量取土而形成的大水潭。傳說六世達賴倉央嘉措曾從墨竹工卡迎請八龍於此潭水中，故城龍王潭。潭水中有一孤島，直徑約 42 米，連接小島和陸地的是一座無孔石拱橋，島上及潭水四周林木茂盛，鳥語花香。此處是拍攝布達拉宮「水景倒影」的絕佳之處，景緻相當怡人!!! 前往【札基財神寺】，是供奉西藏札基天母財神的寺廟，寺內供奉西藏最靈驗神聖的札基財神，可祭酒供桑柏與獻上潔白哈達，以祈求來年財源滾滾，心想事成! 並有佛教各派的金剛本尊財神護法的塑像，精緻莊嚴，值得禮敬！！前往【大昭寺】，始建於西元 647 年。其初名“熱剎”。相傳是文成公主以陰陽五行之法，用白山羊馱土填湖(寺的位置原為魔女的心臟－臥塘湖)而建。寺院既有唐代建築特點，又吸收了尼泊爾和印度的建築藝術特色，占地 2.5 萬平方米。圍繞大昭寺的【八廓街】是西藏以往王公貴族的豪宅，不過現在是拉薩最為繁華的商業地帶，商品琳琅滿目，風格各異。再前往【八廓街自由活動】，隨意採買各式各樣琳瑯滿目的紀念品！

※布達拉宮門票是按分配給票，西藏境內行程會依取得的布達拉宮門票日期來做行程的前後調整，若無法於出發前得知正確日期，則將於當地直接做行程上之調整，但絕不縮減原有的行程內容！煩請見諒及配合！









早餐：飯店早餐	午餐：尼泊爾西餐風味 60	晚餐：漢藏風味合菜 50
住宿：～大昭寺對面～唐卡大酒店 豪華標間氧氣房 或 亞朵酒店豪華標間氧氣房 或同級		

第七天 拉薩（藥王山觀景台）✈ 上海(或北京、成都、廣州)



早餐後前往【藥王山觀景台】，藥王山，藏語稱：夾波山，意為：山角之山。位於布達拉宮西南側，海拔 3725 公尺，與布達拉宮咫尺相對，原本兩山是相連接，1965 年開拓北京中路後，截斷兩端交通。後來，藏人在路中央興建佛塔，並以經幡象徵連接兩山。其半山腰有觀景台，則為喜好旅行攝影者，拍攝布達拉宮必訪景點。前往機場搭乘中國民航豪華客機飛往『上海』(成都、西安、廣州)。

※本日將依班機時間狀況而做景點的安排，如時間限制將取消前往景點，景點變更不另收費也不退費。

※本日將依班機實際到達時間決定是否安排晚餐，如航班延遲過久則不安排也不退餐費，直接回酒店休息，敬請注意。

早餐：飯店早餐	午餐：視當團航班 （機上餐點或陝西肉夾饃特色餐）	晚餐：視當團航班 （當地風味美食 50 或 機上餐點）
住宿：天府機場智選假日酒店 或上海綠地鉑驪酒店 或同級(或其他城市酒店)		

第八天 上海(或北京、成都、廣州) ✈ 桃園(或松山)

早餐後轉換一下心情，搭機回台；結束此趟神秘瑰麗的西藏天浴盛情之旅。並圓滿結束此趟藏豐富的青藏鐵路華麗精彩之旅。

※本日將依當團實際搭配返台班機時間而斟酌是否前往景點，景點變更不另收費也不退費。

早餐：視當團航班(餐盒 或 飯店早餐)	午餐：視當團航班(X 或 機上餐點)	晚餐：溫暖的家

※實際行車時間會因當日路況及天氣情況而有所不同，行程中的行車時間僅供參考用※

※如突遇管制而造成某些景點無法前往，將行取消，敬請見諒※



¥青藏團注意事項

★ 西藏國台辦緊急通知

即日起 65 歲以上(含 65 歲)參加西藏旅遊團體，申請入藏證時，必須另外提供：

台灣各公私立醫院所或診所開立之身體健康無虞，可前往西藏旅遊的健康聲明證明書，證明書上須有醫生簽名，並蓋上醫院或診所的章，才能辦理。

以上規定自即日起生效，煩請務必配合，如無法提供，則西藏國台辦有權不受理。

★ 入藏證所需資料：

台胞證正本(或清楚 1:1 的台胞證影印本)！（工作天：14-28 天，如需購買青藏鐵路車票工作天：45-60 天）

65 歲以上參團，前往西藏旅遊，需填寫入藏切結書。

持外國護照的客人，除需辦理中國 L 簽證外，需另行辦理入藏證，費用另議，且嚴格規定同國籍參團人數需達 2 人以上才可申辦。

且此規定會不定期修改，請隨時注意。

★ 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。

★ 此行程為高原高海拔地區，拉薩為 **3600** 公尺，林芝 **2900** 公尺，澤當 **3400** 公尺，日喀則 **3800** 公尺；屬特殊行程，若有體力不好、行動不便、高血壓、心臟疾病、糖尿病、氣喘病者，請斟酌自身情形審慎參加。

★ 此行程所到之地區，因為海拔高容易引起高山反應現象，務請團友多準備個人所需的預防藥，及出發前休息充足以適應高原地區氣候變化。

★ 西藏、青海 **04～10** 月平均溫度：**15℃**（早晚溫差大，最高溫 **28℃**；最低溫 **6℃**）請攜帶禦寒外套與毛衣、圍巾。

★ 西藏、青海 11～03 月平均溫度：10℃（早晚溫差大，最高溫 12℃；最低溫-8℃）請攜帶禦寒外套與毛衣、羽絨衣、圍巾、暖暖包、手套。

★ 青藏火車(拉薩至格爾木段)全程瀰散式供氧，沿途大部分停靠站均不能下車旅遊，若有不便，敬請包涵。

★ 青藏火車上車時安全檢查規格依照航空規格，不管行李箱或隨身行李請勿攜帶 打火機、藏刀、瑞士刀、剪刀、指夾刀…等等火類、刀類尖銳物品入藏。

★ 白天日照強且長－高原空氣稀薄，透明度高，平均日照時間均比平原上長好幾倍以上，有些城市太陽要到晚上八點多才下山，請自備太陽眼鏡、遮陽帽及防曬油用品以免曬傷。

★ 西藏的飯店內多配備有氧氣機，此為個人自行付費的行為，團費不包括其使用費用；唯團體行程內，個人可視自身情況之需要，請隨團導遊協助使用車上氧氣鋼瓶，氧氣鋼瓶以備緊急情況使用，在正常情況下，第一天的高山反應實乃正常現象，非屬必要，盡量不使用氧氣鋼瓶。

★ 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，尤其西藏，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。

★ 西藏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。

◆報名時當您繳付訂金即表示旅遊契約效力產生，即作業預付旅程的旅館、餐廳、 機票、門票、入藏代辦等費用。若您因個人因素取消，本公司將依「國外旅遊定型化契約書」之條款進行估算已實付的費用，向您收取實付費用或退回剩餘訂金，因涉及入藏代辦、青藏鐵路車票、住宿等作業，一經確認開票後因個人因素取消需收取實付費用。

◆部分航空公司(如：廈門航空、東方航空、中國南方航空、澳門航空、國泰航空、港龍航空、遠東航空、中國國際航空及旅程中安排之航程 …等)規定團體機票開立需付全額票款，且不接受更換名單、退票或取消。報名時敬請注意。

◆因大陸飛機、火車時刻常誤點或取消，航空公司不負責賠償責任；故以上行程或住宿酒店若有變更，將有所調整。若導致行程延誤，取消概不得退費，但團體會在條件允許下，儘量安排走完行程，若有不便敬請見諒，行程調整由當地旅行社做最後確定，請斟酌自身需求審慎參加。

◆本公司不定期依據不同銷售通路、旅展、早鳥、清艙、企業同盟、異業合作等等因素進行行銷特惠活動，因此並不保證同團旅客售價皆相同一致，一切以您報名當時公告之售價及活動為主，請斟酌自身需求參加。

◆飯店房間均提供兩小床房型，若您指定大床房型，需視飯店提供為主，並無法保證一定有大床房型或三人一室加床(須另外加價)，因區域酒店構築限制，造成不便敬請見諒。如有欲住單房者，須補足單人房價差。

◆本行程設定為團體旅遊行程，故為顧及旅客於出遊期間之人身安全及相關問題，於旅遊行程期間，恕無法接受脫隊之要求；不便之處，尚請見諒。

◆西藏乃屬高海拔地區素食烹飪手藝水準與台灣落差甚大，各團體餐廳皆以簡便的炒青菜 **2～3** 道為主，敬告素食客人如前往西藏旅遊，請先自行準備素食罐頭或泡麵等，以備不時之需。