



※全新玩法·一遊兩地※

【尼泊爾、西藏】名山朝聖10天探索之旅 CKTIN10UT

從喜馬拉雅南麓穿越至喜馬拉雅北麓，從低海拔高山過渡到高海拔高原之旅

行程特點：

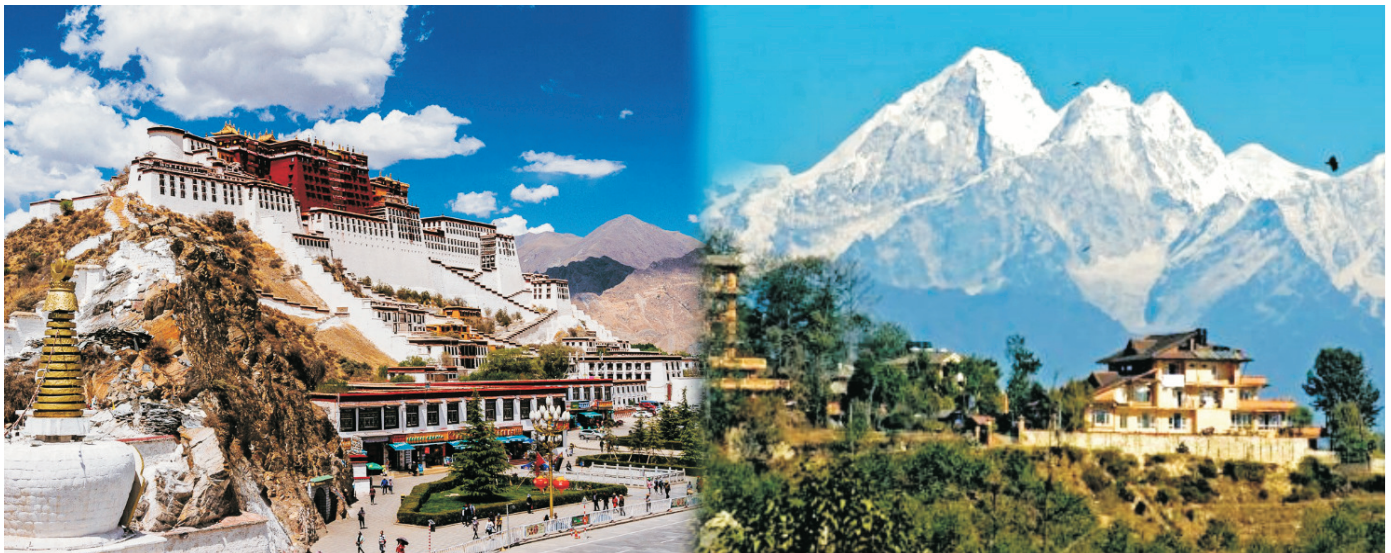
- 【全新玩法】一次遊歷、兩地體驗：「高海拔之聖地」西藏及「喜馬拉雅山脈之明珠」尼泊爾！
- 【重本安排】包乘坐青藏鐵路列車由拉薩至日喀則，輕鬆舒適。
- 【真誠祝福】為永安貴賓安排獻哈達歡迎儀式，更奉送經大昭寺『釋迦牟尼12歲等身佛像殿』開光之佛珠一串。
- 【特色美食】享用舌尖上之地道菜：吾爾朵藏餐、尼泊爾特色餐、四川風味火鍋及3晚酒店自助晚餐。

貼心安排：

- 西藏段無限量供應氧氣瓶。
- 無限量飲用礦泉水。

升級貼心服務

每位貴賓安排一部輕便導賞耳機，隨時隨地清楚聆聽導遊講解，輕鬆自在投入精彩旅程！(註1)
(西藏段適用)



西藏聖地 X 尼泊爾明珠

【中國·西藏~高海拔之聖地】

古稱吐蕃的西藏，位於青藏高原的主體部分，平均海拔4000米以上，也是海拔最高的雪地高原，有「世界屋脊」之稱。這裡居住著淳樸的西藏人民，他們自喻這個地方為“雪域”，而這裡也被喻為地球南極與北極之外的第三極。

前藏·西藏首府世界屋脊—拉薩

- 舉世聞名，世界最高的宮殿—布達拉宮
- 西藏人民心中最神聖的廟宇—大昭寺
- 藏式風格園林—羅布林卡

後藏·班禪駐錫之地—日喀則

- 擁有中國最大的鍍金強巴佛銅像—扎什倫布寺
- 西藏三大聖湖之一，景色絕美，湖天一色—羊卓雍湖

【尼泊爾Nepal~喜馬拉雅山脈之明珠】

為南亞山區內陸國家，位於喜馬拉雅山脈，北面與西藏相連，其餘三面與印度為鄰。包括珠穆朗瑪峰在內，世界10大高峰有8個在尼泊爾境內。尼泊爾有36個民族，大部份信奉印度教，從僧侶到平民百姓的生活都與宗教聯繫起來！

加德滿都·世界文化遺產—巴德崗古城

- 尼泊爾最古老的城市—帕坦古城
- 全世界最大的圓佛塔—博達納特大佛塔
- 印度教四大朝聖地之一—巴斯巴提納神廟
- 千年佛寺，四眼天神廟—猴廟

納加闊特·觀賞喜馬拉雅山日出與日落的最佳觀景地



【罕有行程：納加闊特~觀賞喜馬拉雅山日出與日落】



帶您前往觀賞喜馬拉雅山脈視覺最廣且最佳的地方「納加闊特」觀賞日出及日落，這裡被稱為「喜馬拉雅山的觀景台」。這裡正對著喜馬拉雅山脈的二十多座6000米以上山峰，包括珠穆朗瑪峰、雅安納普爾納山峰、岡底斯聖山等世界著名雪峰的連綿山丘，在此可以一次看到十座世界最高山峰中的五座。若能見度高，更可看到世界第一高峰「珠穆朗瑪峰」，猶如一條玉帶橫掛在空中的壯觀景觀。

捕捉2大打卡自然奇景： 靜靜梳妝的美人~卡若拉冰川

- 位於浪卡子縣和江孜縣交界處，距離江孜縣城71公里。背靠西藏四大雪山之一的——乃欽康桑，乃欽康桑山體雄偉，危岩嵯峨。頂部尖錐突兀，形如鷹嘴，坡嶺溝壑間的終年積雪發育了條條冰川，附近有冰川約116多條，卡塔拉冰川是其中面積最大的一條冰川。冰川離公路只有三百多米，在公路上即可欣賞到被形容為「靜靜梳妝的美人」之姿態。

西藏三大聖湖之一~羊卓雍措

- 藏語語意是「天鵝池」，也被稱為羊卓雍湖（「措」在藏語裡就是「湖」的意思），簡稱為羊湖，與納木措和瑪旁雍措並稱為西藏三大聖湖，是世界上最高的淡水湖（湖面海拔4441米）。湖水如羊脂般清澈，湖水甘甜。湛藍的湖水與遠方的雪山連為一體，加上兩岸各色的山脈、極具特色的藏民族村落、遍地的牛羊，一路走來，心曠神怡。





Day 1

香港→成都

如乘坐12:00前航班，將安排參觀錦里古街及享用晚餐【四川特色小吃】

Day 2

成都—(國際航班，途經西藏空域)→加德滿都Kathmandu (尼泊爾Nepal)【珠峰航線：有機會可鳥瞰喜馬拉雅山脈：珠穆朗瑪峰等4座山峰及西藏三大聖湖之一的羊卓雍措美景^{△(註2)}】—《世界文化遺產》巴德崗古城Bhaktapur (五層塔、陶器廣場、黃金門、55窗宮)(遊覽時間約2小時)—「喜馬拉雅山的觀景台」納加闊特Nagarkot(觀賞喜馬拉雅山醉美日落)【海拔2000米】#

~**加德滿都**：與喜馬拉雅山脈相連，有山國美譽的尼泊爾首都，是一個新舊建築並存的城市，當地民風純樸，四周湖光山色，風景優美迷人，而種種宗教傳說更使整個國家籠罩一層神秘色彩。

~**巴德崗古城**：巴德崗亦譯巴克塔普爾被稱為「朝覲者之城」，是修煉者必去朝拜的地方。古城位於喜馬拉雅山南麓，曾經擁有172座神廟、寺院，有著尼泊爾最大的杜巴廣場。這裡有長達500年歷史的馬拉王朝的王宮，被譽為「中世紀尼泊爾藝術的精華和寶庫」。

@或有機會經停拉薩，需視乎航班安排

△成都至加德滿都，飛行時間約3小時

觀賞與否須視乎當時天氣而定

* 巴德崗至納加闊特，車程約2小時



巴德崗古城



五層塔

Day 3

納加闊特(酒店內觀賞喜馬拉雅山5座世界級高峰的日出景致)#—加德滿都—帕坦古城Patan—帕坦博物館Patan Museum(遊覽時間約30分鐘)—《世界文化遺產》博達納特大佛塔Bodhnath Stupa(遊覽時間約1小時)

~**帕坦古城**：位於尼泊爾首都加德滿都南5公里的巴格馬提河畔。帕坦，即尼語「商業城」之意，又名拉利特普爾，意為「藝術之城」，以杜巴兒廣場為中心，向四方分布。帕坦古蹟如雲，屹立著上百座的佛教寺廟，以及最具代表性的多重屋頂建築大約55座，1980年被聯合國教科文組列為亞洲重點保護的18座古城之一。

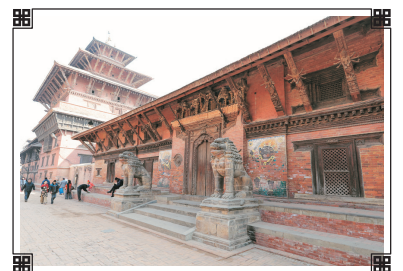
~**博達納特大佛塔**：全世界最大的圓佛塔，擁有白色巨大的穹形。從佛塔金頂上向四周散射出五彩經幡，隨風飄舞，祝福翩翩；金頂下方的四面佛眼格外引人注目，在舞動的經幡中凝視著眾生。

*納加闊特至加德滿都，車程約4小時

#觀賞與否須視乎當時天氣而定



納加闊特日出



帕坦博物館

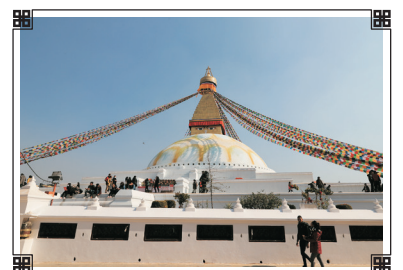
Day 4

加德滿都—巴斯巴提納神廟Pashupatinath(遊覽時間約1.5小時)—猴廟(斯瓦揚布納特寺)Swayambhunath(遊覽時間約2小時)—泰米爾Thamel(遊覽時間約2小時)

~**巴斯巴提納神廟**：俗稱燒屍廟，是印度教四大朝聖地之一，是尼泊爾最神聖的印度教寺廟。燒屍廟是一個統稱，其實它是由一些列寺廟、神龕、洗浴室、焚燒台等組成。巴格馬蒂河(Bagmati River)從燒屍廟之中穿流而過，屍體焚燒台便分布於河的西側岸邊。印度教徒死後的屍體便被送到這裡，在河邊進行焚燒，並將灰燼被撒入河中，順著「聖水」一路南下，流入恆河。

~**猴廟**：又稱四眼天神廟，是尼泊爾的佛教寺廟，亦稱斯瓦揚布佛塔，位於首都加德滿都郊外斯瓦揚布山頂上。建於公元前3世紀，是亞洲最古老的佛教聖跡之一。主建築是一座巨型的舍利塔，塔身為圓錐型，底座為四方形，底座四面繪有眼睛的圖案，這是「智慧的眼睛」，能夠看到世間一切，象徵著佛眼法力無邊，能看著加德滿都的每個角落。

~**泰米爾街**：小巷兩旁還是完好地保留了著名的紐瓦麗風格建築，加上零星散落各處的眾多廟宇，恍然穿越在現代和古文明之間。街道上面數不清的電線，讓人眼花繚亂，而泰米爾街就如這電線般錯綜複雜。



博達納特大佛塔



Day 5

加德滿都—(國際航班)→拉薩【珠峰航線：有機會可鳥瞰喜馬拉雅山脈：珠穆朗瑪峰等4座山峰及西藏三大聖湖之一的羊卓雍措美景^{△(註2)}】—入住酒店休息(以盡快適應高原氣候環境)【海拔3600米】

△加德滿都至拉薩，飛行時間約1小時35分鐘



巴斯巴提納神廟

Day 6

拉薩—《世界文化遺產》布達拉宮【海拔3756米】(遊覽時間約2小時)—《世界文化遺產》大昭寺【特別安排奉送釋迦牟尼12歲等身佛像殿開光之佛珠一串】(遊覽時間約1小時)—八廓街(遊覽時間約1小時)

~**布達拉宮**：世界上海拔最高的古代宮殿式建築群，歷代達賴喇嘛駐地和西藏政教權力的中心。分為紅宮和白宮兩部分，紅宮為靈塔殿和各類佛堂，也是舉行佛事活動的場所；白宮是歷代達賴喇嘛起居、誦經及處理行政事務的場所。

~**大昭寺**：藏傳佛教信徒心中的聖地，它是西藏第一座也是最古老的漢藏結合的木結構古建築，供奉有隨文成公主入藏的釋迦牟尼十二歲等身像，主殿高四殿層，上履金頂，為藏傳黃教的「根本道場」，殿內可容數萬僧人進行法事活動。

~**八廓街**：位於拉薩老城區，又名八角街，是一整片老式風格，有著濃厚藏族生活氣息的街區。



猴廟

Day 7

拉薩—(乘坐青藏拉日線鐵路列車，沿途欣賞雅魯藏布河谷風光)—日喀則(後藏首府)【海拔3800米】—「黃教四大寺院之一」扎什倫布寺(遊覽時間約1.5小時)

~**扎什倫布寺**：黃教四大寺院之一，歷世班禪額爾德尼德主寺，規模宏大。寺中最重要的建築，無疑非彌勒佛堂莫屬，它是在1914年時由班禪九世所興建的。在這座高30公尺的紅磚建築中，供奉著一尊高26.2公尺的鍍金彌勒佛像(彌勒佛是佛教傳說中的未來佛)；這座佛像共耗去黃金558斤，黃銅23萬斤，外飾名貴寶石30粒，大珍珠300顆，是中國最大的鍍金銅佛像。

* 拉薩至日喀則，火車時間約3小時



大昭寺

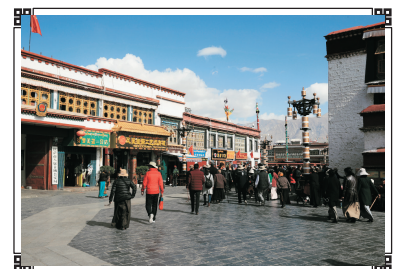
Day 8

日喀則—江孜(遠眺宗山城堡)[#]【海拔4100米】—浪卡子~卡若拉冰川【海拔5560米】(遊覽時間約30分鐘)—「西藏三大聖湖之一」羊卓雍措【湖面海拔4441米】(遊覽時間約30分鐘)—拉薩

~**遠眺宗山城堡(抗英遺址)**：清光緒三十年(1904年)英軍入侵西藏時，曾在此發生著名的江孜保衛戰，從此江孜被稱為「英雄城」。現為全國重點文物保護單位，在宗山下面的廣場上建有江孜宗山英雄紀念碑。

* 日喀則至江孜，車程約2小時；江孜至浪卡子，車程約2.5小時；浪卡子至拉薩，車程約3小時

遠眺景觀需視乎當時天氣而定

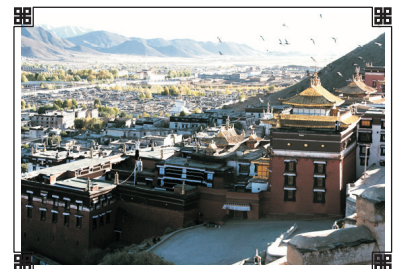


八廓街

Day 9

拉薩—羅布林卡(藏式風格園林)(遊覽時間約1小時)—拉薩—(內陸機)→成都

~**羅布林卡**：羅布林卡意為「寶貝園林」，是歷代達賴喇嘛避暑理政的地方，一座典型的藏式風格園林。園內有過百種植物，堪稱高原植物園。建築以格桑頗章、金色頗章、達旦明久頗章為主，是西藏人造園林中規模最大、古跡最多的園林。



扎什倫布寺

Day 10

成都→香港

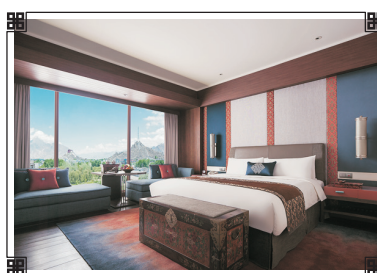


天數	城市	早餐	午餐	晚餐	酒店住宿
1	香港→成都				國際品牌五星級新希望高新皇冠假日酒店 [®] 或五星級成都西藏飯店(藏文化主題酒店) [®] 或同級
2	成都→加德滿都—納加閣特*	酒店早餐盒 [△]	巴德崗五層塔餐廳	酒店自助晚餐	四星級標準喜馬拉雅俱樂部酒店Club Himalaya或鄉村別墅酒店Hotel Country Villa 或同級
3	納加閣特—加德滿都	酒店內	尼泊爾特色餐	酒店自助晚餐	國際品牌五星級標準皇冠假日酒店Crowne Plaza [®] 或凱悅酒店Hyatt Regency [®] 或同級
4	加德滿都	酒店內	市區酒樓		
5	加德滿都→拉薩	酒店內	航機上	當地餐廳	國際品牌五星級標準香格里拉大酒店 [®] 或瑞吉度假酒店 [®] 或聖地天堂洲際大飯店 [®] 或同級
6	拉薩	酒店內	當地餐廳		
7	拉薩一日喀則	酒店內	當地餐廳	吾爾朵藏餐	當地最好~喬穆朗宗酒店 [®] 或山東大廈 [®]
8	日喀則—拉薩	酒店內	當地餐廳	當地餐廳	國際品牌五星級標準香格里拉大酒店 [®] 或瑞吉度假酒店 [®] 或聖地天堂洲際大飯店 [®] 或同級
9	拉薩→成都	酒店內	當地餐廳	四川風味火鍋	國際品牌五星級新希望高新皇冠假日酒店 [®] 或五星級成都西藏飯店(藏文化主題酒店) [®] 或同級
10	成都→香港	酒店早餐盒 [△]			

△因是日乘坐早班航機，早餐將安排輕便早餐盒。
[®]WiFi酒店免費提供wifi設備，覆蓋範圍視乎酒店安排。
 *或有機會經停拉薩，需視乎航班安排



瑞吉度假酒店



香格里拉大酒店房間

註：

- 耳機導賞安排只適用於西藏段，尼泊爾段及成都段將不安排耳機，敬請留意。客人於旅程期間敬請妥善保管及愛惜耳機，如有任何損毀或遺失，需自行負責耳機之賠償費用(港幣\$400/部)。如團隊不設隨團領隊，則未能安排導賞耳機，敬請留意。
- 觀賞與否須視乎當時天氣及最終航線及航空公司座位安排而定，如乘坐飛機右側座位，可在飛機即將抵達加德滿都前空中鳥瞰喜馬拉雅山脈：珠穆朗瑪峰(海拔8844.43米)、洛子峰(海拔8516米)、希夏邦馬峰(海拔8012米)、馬卡魯峰(海拔8463米)四座8000米以上的山峰；如乘坐飛機右側座位，則可在航班快抵達拉薩機場前觀看到西藏三大聖湖之一的羊卓雍措。
- 遊覽時間只供參考，行程隨時會因應不同進出口岸、航班，以及交通、天氣、突發事件等因素而作出調整。午晚餐之用膳時間以1小時為基礎，或因應行程時間作悉數調整。
- 基於西藏地區入境限制，持外國護照人士及台灣地區人士不接受報名(持回鄉證客人除外)，敬請留意。
- 持回鄉證之港澳同胞必須於報團時或繳交尾數前，提交有效之回鄉證護照印本，以便本公司為客人購買拉薩景點入場門票，如因客人未能於限期內提交而導致不能購票，客人被拒於門外，本公司概不負責。
- 新聞從業員進入西藏境必須申報，若有關隱瞞職業者而遭拒入境或被檢控，均與本公司無關。
- 中國內陸航班新規定，凡持中國護照人士必須出示通行證及中國身份證作登機、安檢或出入境之用，報名時亦需提供有關證件資料，並謹記攜帶。客人須承擔一切因簽證或旅遊證件而衍生的額外費用和責任。
- 遠眺景觀需視乎天氣而定。
- 為使閣下可提早準備旅程，當繳交全部款項後，由分行職員講解旅遊資訊。
- 由於內地酒店須開業最少一年，方可獲正式評級，而已獲評級的酒店，如欲申請提升評級，亦需時辦理手續，故此，酒店在未獲有關單位按國家規定的標準正式評級期間，本社以「準四/五星級」或「四/五星標準」標示酒店級數，以便客人參考。
- 由即日起，旅客入住中國境內酒店時，公安機關會透過酒店前台向旅客一併採集人像信息。
- 「香港旅遊業議會」(TIC)建議旅客出發前購買旅遊綜合保險。
- 旅行團服務費屬建議性質。
- 旅行團服務費已包括：領隊、當地導遊、旅遊車司機及旅行社相關人員，於完團前個別向團友收取。每位全程合共(港幣)：\$1200。
- 行程表所列載的航班資料、交通、行程、酒店住宿及膳食等安排，將可能因應不同出發日期而有所變動，詳情請參閱收據備註，恕不另行通知。如此等變動於報名後發生，則本公司會作個別通知。
- 行程、膳食及住宿的先後次序，以當地接待安排為準，如有調動，恕不另行通知。
- 團費已包含服務供應商提供之團體優惠，如行程單張沒有註明，客人不會再另外獲得服務供應商提供優惠的差額退款。
- 以上行程價格及其相關費用(例如燃油附加費、手續費、稅項及旅遊業議會印花成本等)可在永安旅遊網站查看或向分行職員查詢。
- 確實團費均以報團當時為準，旺季加幅另行通知。
- 以上圖片僅供參考。
- 客人可於永安網站查閱或於報名時向分行索取「旅客須知」，以便於出發前作好適當準備。
- 確保消費者權益，詳情請參閱收據或報名表背頁之報名及責任細則。客人可於永安旅遊網站(www.wingontravel.com)下載或向各分行職員索取「旅行團報名及責任細則」之最新版本。
- 根據香港旅遊業議會關於「會員因迫不得已理由而取消旅行團」的第二百二十三號指引，旅行社如因「迫不得已理由」取消旅行團，處理團員退款時可以收取退團費，以及本公司訂列收取之以下手續費港幣\$300；有關退團費，交通服務供應商或會因應個別出發日期之航班、加班機或包機而徵收較高之退團費甚或不設退團費，確實金額以交通服務供應商之最終回覆為準；詳情請瀏覽香港旅遊業議會網站(www.tichk.org)。

航班資料：

乘坐中國國際航空(CA)豪華客機往返

去程：香港→成都

回程：拉薩→成都→香港

*航班時間以航空公司安排為準

*乘坐中國國際航空之航班，如客人所提供或輸入之資料及姓名出現錯誤，客人必須自費重新購買一張正確姓名之機票，敬請留意。

注意事項：

- 由於拉薩市位於海拔3650米之高原，空氣較為稀薄，故抵步當天必須全日休息以適應高原氣候。而青藏高原鐵路火車沿線高度平均達4000米以上。客人必須注意個人健康狀況，如患有心臟病、高血壓、呼吸系統等疾病者，請徵詢醫生意見，方可決定參加，建議報名前先行做身體檢查或參考香港政府衛生署關於高山症之網頁(www.travelhealth.gov.hk)，並建議客人購買合適的旅遊保險，敬請留意。

高原上健康及保護：

- 高原天氣寒冷，早晚溫差較大、紫外線強，即使在炎熱的夏季出發，到達高海拔地方，天氣隨時驟變，請帶備足夠防寒衣物、雨具、太陽眼鏡、防曬用品、護膚用品。
- 在高原地區活動切勿逞強，應減慢步行及活動的速度(若感覺身體稍有不適，建議不要洗澡)。
- 上到高原，因海拔高而缺氧，可自行預備抗缺氧的、防感冒的、幫助消化的藥物(抗氧的藥物如內地的藏藥紅景天，在一般藥房有售，購買及使用請先徵詢醫生意見)。

晚間自費活動僅供參考，可自由選擇

1.《文成公主》大型實景劇

詳情及活動細則，請於報名前瀏覽永安旅遊網行程內之自費項目欄介紹。

簽證資料：

旅行證件	國家	尼泊爾
香港特區護照		經由本公司代辦/自行辦理簽證
澳門特區護照		經由本公司代辦/自行辦理簽證
英國/葡國/BN0/ 其他外國護照		經由本公司代辦/自行辦理簽證 (只限持回鄉證人士適用)(註4)

*有關辦理簽證所需文件、簽證手續及有關程序、費用及手續費，請向本公司職員查詢