

稻城亞丁~精選十日遊

無購物+無自費~贈送氧氣瓶 1 只



【行程特色】

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...

蔚藍的天空飄著幾朵淡

淡的白雲，天空是那麼近，仿佛你伸手可觸。你可以看到世界上海拔最高、面積最大的人造青楊林，這兒的海拔是三千七百多米，農業學家認為海拔 4000 米是不能生長農作物的，可是這裡照樣是鬱鬱蔥蔥，到處是風裡閃爍的青楊樹，映著灘寬水淺的小河，炊煙嫋嫋的藏房，潔白豐滿的佛塔，還有沙拉村的晨霧，好一派迷人的美景...

半山的霧還沒有散去，天邊又亮起了彩虹，在山頂，放眼望去，群山都籠罩在一片霧氣中，朦朦朧朧的，像披上了一層神秘的面紗，往山下看去，霧氣中隱約可見一個美麗的小村莊，這就是那傳說



中沒有憂傷，沒有困苦的香格里拉。清晨，當啟明星還沒有退去的時候，你會發現，天上沒有一絲雲。初春的太陽慢慢升起來，遠觀雄偉的仙乃日神山展現在你的眼前，仙乃日神山，頂峰終年積雪不化，其山形酷似一個身體後仰的大佛，傲然端坐在蓮花座裡，她的懷中抱著一個巨大的佛塔，陽光照在仙乃日神山上金光燦燦。站在神山腳下，你才知道自己原來是那麼的渺小，塵世間的所有煩惱原來也是那麼微不足道...在川西，如果你嚮往雲海，那麼你可以去牛背山，一路顛簸且很危險；如果你喜歡雪山，可以去貢嘎，必須要克服高反和歷經一路艱辛。其實，在川西，有這麼一個地方，可以同時輕易地看到雪山和雲海，那就是四姑娘山的最佳觀景平臺之一【**貓鼻樑**】。

【東方阿爾卑斯山~~四姑娘山】

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。四姑娘山(海拔 2500-3000 米)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。步步是景攝影天堂【**新都橋**】

新都橋鎮位於四川省甘孜藏族自治州康定市西部地區，距市區 81 公里，面積 508.3 平方公里，人口 0.7 萬。國道 318、317 線過境。新都橋是令人神往的“攝影天堂”，地處在公路 318 國道南、北線分叉路口，是一片如詩如畫的世外桃源。神奇的光線，無垠的草原，彎彎的小溪，金黃的柏楊，山巒連綿起伏，藏寨散落其間，牛羊安詳地吃草.....川西的平原風光美麗地綻放。這就是新都橋，令人神往的“光與影的世界”、“攝影家的天堂”。

※【**購物安排**】：全程不進購物站，旅遊品質有保障、讓您玩的安心無負擔!

※【**自費項目**】：全程無自費

※【**特別安排贈送四大好禮**】

- (1)每人一天一瓶礦泉水！
- (2)安排成都旅遊最快速、方便、省時、便宜、舒適的旅遊班機，讓您的團費花在刀口上
- (3)雙橋溝景區、亞丁風景區加贈景區觀光車(亞丁景區含沖古寺至洛絨牛場段電瓶車)，使您旅途更加輕鬆寫意
- (4)隨車配備鋼制便携式氧氣瓶

【行程內容】

第一天 桃園 → 成都

航班:CI551 TPE/TFU 08:25/12:00

今日請記得於班機起飛前兩小時，抵達機場，並以電話聯絡我們領隊或機場服務人員報到，由我們為您準備登機手續，搭乘豪華客機前往【**成都**】。

餐食	早餐：X	午餐：X	晚餐：機上套餐
住宿	成都准★★★★★ 成都賽侖吉地酒店 或 同級		

第二天 成都 /臥龍熊貓、途徑遠眺巴郎山風光、貓鼻樑-車程約 3H 四姑娘山 全景拍攝成都



【**臥龍熊貓苑**】臥龍大熊貓自然保護區位於中國四川省汶川縣境內，是一個以保護大熊貓為主的綜合性自然保護區。該保護區成立於 1963 年，是中國最早的大熊貓保護區之一，也是世界自然遺產地和全球生物多樣性熱點區域之一

【**巴郎山**】巴郎山藏語叫巴郎拉，意為怪柳山。舉目遠眺，峰巒重疊。沿途高山草甸，風景秀麗，猶如一幅幅

巨大的地毯覆蓋山間，成群的牛羊怡然自得。藍天白雲間，茫茫的雲海浮動山腰，將雄渾的山脈分成上下兩部分，上面是野花繽紛的高山草甸，下面是神秘幽深的原始森林。



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：中式合菜 50 RMB	晚餐：酒店合菜 50 RMB
住宿	四姑娘山★★★★ 四姑娘山賓館 或 同級		

第三天 四姑娘山【雙橋溝+觀光車】+【長坪溝+觀光車】 /丹巴

【**四姑娘山**】海拔 2500-3000 米，位於四川阿壩藏族羌族自治州，由四座長年被冰雪覆蓋的山峰組成，根據當地藏民的傳說，是四個冰清玉潔的姑娘的化身，因而得名四姑娘山；僅次於被譽為「蜀

山之王」的貢嘎山，人稱「蜀山皇后」、「東方聖山」。1982年，四姑娘山被列為中國十大登山名山之一，現為中國國家重點風景名勝區、國家級自然保護區、中國國家級地質公園，2006年被列為四川大熊貓棲息地世界遺產。迄今為止已有美、日、意、英等十多個國家和地區的登山隊登頂。



【雙橋溝景區海拔 2800 米】雙橋溝是四姑娘山景區裡唯一全程可以搭乘觀光電瓶車的一條溝，雙橋溝裡的景點密佈，讓人目不暇給。盆景灘中高大的沙棘樹枝盤曲或異伸，既有虬髯老松的蒼勁，又含園林盆景的秀美。珍珠灘的雪水從山上流下，穿過樹林，淌過草坡，然後在這裏遇上了幾十米寬的亂石坡，就像頑皮的小孩在經過平淡無奇的地方之後突然來到崎嶇的山路一樣，水在這裏又蹦又跳，陽光照映下如粒粒珍珠在石上跳躍、熠熠發光。遠眺五色山，像半輪剛剛升起

下弦月，冰雪覆蓋在山上清輝閃動；又如同一棵被砍伐後的千年古樹，圈圈年輪清晰可見。還有各種奇特景觀—獵人峰，日月寶潭，聖母峰，冰川，奇特的山峰加上特有的天氣型態，讓山峰時時變換，每時每刻都有不同的美景出現在眼前，讓無數遊人如癡如醉。

【長坪溝景區】海拔 3100 米，長坪溝全長 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。溝內只有部份路段可以通車，其餘大部份路段只能步行或騎馬。經過長坪溝可直通四姑娘山的山腳下，還可繞過四姑娘山經經畢棚溝穿越到理縣。景區內有古柏幽道、喇嘛寺、干海子及高數十米的飛瀑，並有奇石之景。春天，山花與油菜花齊開；秋日，赤樺與紅楓競豔。歷經滄桑的翠柏青松鬱鬱蔥蔥，飛瀑流泉在密林中嘩嘩作響，古代驛路在茫茫林海裡穿梭延伸。



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：中式合菜 50 RMB	晚餐：酒店合菜 50 RMB
住宿	丹巴 ★★★★★ 丹巴吉美酒店 或 同級		

第四天 丹巴/車程約 3H 新都橋【途徑丹巴，遠眺梭坡古碉樓，八美墨石公園、遠觀塔公草原、遠觀塔公寺、新都橋風光 (海拔 3300 米)】



川西的平原風光美麗地綻放。經過小金縣與丹巴縣之間的唯一通道【丹巴大橋】前往“千碉古國”及嘉絨藏族聚居的【丹巴縣】。

【梭坡古碉樓群遠眺】；古碉三五個一群，或獨立於山頭，碉與碉之間相互呼應，依山成勢，集中的地方，目力所及，數十座碉樓連綿起伏，形成蔚為壯觀的碉樓群。據考證，這裏的古碉距今已有上千年的歷史，自然在歷史長河中留下了許許多多神秘的傳說。古碉以泥土和石塊建造而成

成，外形美觀，牆體堅實。據先輩傳說，建造古碉一事，不可人為，須得神傳仙授。造碉前還得卜卦、合氣運，否則，反受其害。

【八美墨石公園】中國墨石公園景區 (MOSHI PARK SCENIC AREA)，國家 4A 級旅遊景區，地質科普中心，格薩爾王發祥地之一，道孚八美之一。世界地質奇觀，中國的高原石林景觀之一，集觀光、體驗、科考、科普價值於一體的多元化景區，被譽為“中國最美景觀大道第八美”。中國墨石公園景區位於四川省甘孜州道孚八美鎮卡瑪村與中古村交界處，地處中國最美景觀大道 318 國道核心區，緊鄰丹巴美人谷、康定新都橋、雅江康巴漢子村等知名景區，距八美鎮約 6 公里，川藏公路旁 400 米處。面積 5 平方公里，海拔約 3500 米。是香格里拉之巔海螺溝通向香格里拉之魂稻城亞丁的中轉站，擁有壯美草原、婉約濕地、奇幻墨石、特色民居、高原花海、金色彩秋、白塔聖寺、日出日落八大奇觀。“春賞格桑夏避暑，秋觀彩林冬踏雪”是一年四季風光的特色，而綿延在鮮水河斷裂帶上的墨石天然景觀更為世人嚮往，被譽為“中國最美景觀大道第八美”。





【**塔公草原**】這是距康定最近的一個純牧區草原，有些人認為這就是個草壩子，意思不大，但攝影者的眼中，這是一處令人驚喜的取景地。塔公沿路野花盡享盛放，綠茵茵的草地上偶然有白底藍色圖案的帳篷隨意地撐著，可能還會有犛牛、馬或羊等優閒吃草的身影闖進視野裡，你的心情也會變得明朗而隨意起來。

【**新都橋自然風光**】他是一個鎮名，不是一個景區。新都橋海拔約為 3300 公尺，它並沒有突出的標誌性景觀，但沿線卻有 10 餘公里被稱為攝影家走廊。新都橋是令人神往的攝影天堂，地處在公路 318 國道南、北線分叉路口，是一片如詩如畫的世外桃源。神奇的光線，無垠的草原，彎彎的小溪，金黃的柏楊，山巒連綿起伏，藏寨散落其間，牛羊安詳地吃草...!



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：中式合菜 50 RMB	晚餐：酒店合菜 50 RMB
住宿	新都橋 ★★★★★ 新都橋伊莎酒店 或 同級		

第五天 新都橋(海拔 3300/車程約 7H)日瓦【途徑理塘，常青春科爾寺.勒通 古鎮，遠觀海子山古冰川遺址】

【**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）。理塘寺又名長青春科爾寺，位於縣城城北山坡。原為黑教寺廟，明在萬曆年間三世達賴途經該地時改為黃教並為其開光。聞名康區的格魯派寺廟理塘寺（又名長青春科爾寺）就在縣城城北約 1 公里的中莫拉卡山的山坡上。寺廟由三世達賴索南嘉措於西元 1580 年開光建成，寺廟佔地 500 餘，寺容僧侶 4300 多人，常駐 800 人左右，為康區第一大格魯派（黃教）寺廟，素有“康南佛教聖地”之稱。



【海子山古冰川遺址】素有“稻城古冰帽”之稱的海子山，位於稻城北部，方圓 3287 平方公里的土地上，擁有 1145 個大小海子，它是喜馬拉雅造山運動員留給人類的古冰體遺跡，2001 年被列入《中國可建地質公園推薦名錄》，逐漸成為我國研究冰蝕地質，地貌和第四世紀冰川運動的重要科考基地。海子周圍那奇形怪狀的壘壘巨石，鋪天蓋地，似人如獸，走進海子山恍忽走進一個靜寂無序、斑斕多姿的夢幻世界。

餐食	早餐：酒店內使用	午餐：高原湯鍋 50 RMB	晚餐：酒店用餐 60 RMB
住宿	日瓦 準★★★★★ 亞丁智選假日套房酒店 或 同級		

第六天 日瓦/亞丁【亞丁風景區+觀光車+電瓶車、沖古寺、洛絨牛場海拔 4100 米，遠觀三座神山】

【亞丁景區】海拔 2900 米，稻城的東南面，約 130 公里，它方圓千餘平方公里，主體部分是三座完全隔開，而相距不遠，呈“品”字形排列的雪峰，稱為三座神山。它的景致保持著在地球上近絕跡的純粹，被譽為“藍色星球上的最後一片淨土”。

景區內的主要景點就是三座“神山”以及蒙自大峽谷、俄初山、阿西高山公園等。三座“神山”分別是仙乃日、央邁勇、夏諾多吉。遠觀仙乃日：（意為觀世音菩薩）是稻城縣第一高峰，看似觀世音菩薩坐於蓮花臺上，手持寶



瓶乘祥雲而來，慈目注視腳下人間仙境，夏天雪線下瀑布成群連片，氣勢宏偉壯觀，山腳下分佈著由草地、森林、湖泊完美組合的景致，美不勝收。遠觀央邁勇：（意為文殊菩薩），晶瑩剔透，潔白無瑕，宛若一位端莊嫻靜、冰清玉潔的少女。遠觀夏諾多吉：（意為金剛菩薩），似一位英俊剛烈、神彩奕奕的少年。三座雪山佛名三怙主雪山。在世界佛教二十四聖地中排名第十一位。“屬眾生供奉朝神積德之聖地”。據歷史記載，西元八世紀，蓮花生大為貢嘎日松布開光，以佛教中除伏主人翁的三位一體菩薩：觀音、文殊、金剛手分別為三座雪峰命名加持，仙乃日為觀世音菩薩，央邁勇為文殊菩薩，夏諾多吉為金剛手菩薩。貢嘎日松貢布從此蜚聲藏區。

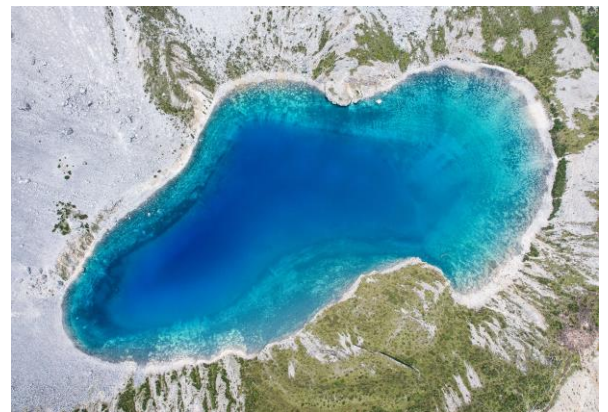
【洛絨牛場】海拔 4150 米，被三座雪峰所環繞，是村民放牧的高山牧場。貢嘎河從草場穿梭，林間溪流潺潺，成群的牛羊在這裡享受著充足的陽光、青青的草地和純淨的湖水，享受著大自然所賜予的悠閒時光。洛絨牛場附近，藏鄉村寨建築和寺廟建築別具一格，風貌獨特。這裡人們崇拜自然，與大自然相依為命，和諧相處。他們純潔樸實，和睦共處，善待客人。這裡，也是最後的香格里拉。



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：便當餐盒 40 RMB	晚餐：酒店用餐 60 RMB
住宿	日瓦 準★★★★★ 亞丁智選假日套房酒店 或 同級		

第七天 亞丁/稻城【二進亞丁風景區+觀光車+電瓶車、牛奶海、五色海，海拔 4700 米】

【五色海】五色海，藏名“丹增措”，位於仙乃日與央邁勇之間，海拔 4700 米，湖面呈圓形，面積 0.7 公頃，是亞丁最高的湖。從牛奶海右側出發，翻上一個大陡坡，大約再攀登 100 米的高度，你就能在山脊上俯瞰五色海了。走近五色海，湖面一片迷離，讓人恍如身處夢境。湖水清透，湖底像用墨筆描就的格子，充填著濃濃淡淡的藍色顏料。如果是天清氣朗，湖底的植物和湖水會在陽光的照射下呈現出不同的光芒，漸變過渡卻



又有著微妙的變化，如一幅靜止而又壯觀的重彩油畫；如果是陰天也不要氣餒，鑲嵌在山間的五色海，會用最幽深的藍色平復你的心境，讓你體會生命如流水一般千變萬化。

【牛奶海】又叫俄絨措：古冰川湖，狀如水滴，面積 0.5 公頃，四周雪山環繞，湖水清瑩碧藍，山止成瀑，以其玲瓏秀雅水色翠藍而著名，俄絨措上方有大片的冰川。傳說是能治聾啞怪病的聖湖。牛奶海在央邁勇的山坳裡，呈扇貝形，中間是碧藍的雪水，周邊則是一圈乳白色環繞，這圈乳白色大致就是牛奶海名稱的由來。



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：中式合菜 50 RMB	晚餐：酒店湯鍋 78 RMB
住宿	稻城 準★★★★★ 明宇麗雅陽光溫泉酒店 或 同級		

第八天 稻城海拔 3700 米/車程約 7H 康定海拔 2700 米【紅草地、白塔尊勝塔林、胡楊林】

【**稻城白塔**】又稱尊勝塔林、勝利塔，藏語叫郎傑曲登。稻城白塔也稱為白塔寺，為甘孜州最大的白塔。據說，當年釋迦牟尼涅槃之時，眾多眷屬祈求世尊法身長駐，佛陀便囑修尊勝塔，並親自加持開光，以此代表法身。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。



【**胡楊林**】稻城縣城周圍的河灘上人工種植了萬畝胡楊林（去日瓦鄉路上可見）。胡楊一般在寒溫帶高原難得看到，每到秋季，胡楊就變得金光燦燦，在藍天白雲和河灘的襯托下，顯得格外美麗。



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：中式合菜 50 RMB	晚餐：酒店用餐 50 RMB
住宿	康定 ★★★★★ 希譽酒店 或 同級		

第九天 康定/木格措車程約 3H 成都【木格措】

【**木格措**】康定情歌（木格措）風景區坐落於貢嘎山脈中段，距離康定市區約 17 公里，系國家 5A 級旅遊景區、世界自然遺產提名地、國家級重點風景名勝區。景區面積約 350 平方公里，由杜鵑峽、芳草坪、七色海、藥池沸泉、木格措（野人海）和紅海草原六個景點組成，附近有其他多個高山湖泊和溫泉，原始森林、草原和雪山景觀互相交融。木格措漢語名野人海，木格措有“野人海”之稱，是川西地區較大的高山湖泊之一。海拔 3700 余米，水域近四平方公里，水深逾 70 米。景區除森林草原外，主要由紅海、白海、黑海及三十多個無名海組成，是一處觀賞雪山、草原、原始森林、杜鵑花和藏族牧民風情的風景民俗遊覽觀光區。沿著峽谷棧道，可穿梭原始森林、打卡紅石灘

奇景、去七色海遙望蓮花雪山的美景。景區內除可觀賞“臥虎觀月”、“石佛鎮海”等山景外，在各個季節的不同時辰還可觀賞到“雙霧墜海”、“木格夕照”、“木格晨曦”、“木格潮汐”和迭瀑飛泉等雲、霞、霧、水奇景，海濱珍珠沙灘可享沙浴、日光浴之樂。



餐食	早餐：酒店內使用	午餐：川菜風味 50 RMB	晚餐：藥膳風味 80 RMB
住宿	成都 ★★★★★ 賽侖吉地大酒店 或同級		

第十天 成都 → 桃園 航班:CI552 TFU/TPE 13:25/16:50

無叫早的早晨—享用豐盛的早餐後----專車前往機場辦理登機手續，搭乘豪華客機直飛臺北，結束此次美好夢幻而難忘的旅程。

餐食	早餐：酒店內使用	午餐：機上套餐	晚餐：X
住宿	★★★★★ 溫暖的家		

【本行程之各項內容及價格因季節、氣候等因素而有所變動，請依出發前說明會資料為主，不另行通知】

☆ 費用包含

- 1、行程所列之景點、門票、交通、餐食、住宿(2人一室)。
- 2、保險：250萬責任險+20萬意外醫療險。
- 3、團體來回經濟艙機票+兩地機場稅、燃油附加稅。
- 4、領隊、導遊、司機小費。

☆ 費用不包含

- 1、私人之消費：如行李超重費、飲料酒類、洗衣、電話、電報及私人交通費、開瓶費。
- 2、證件辦理費：護照新辦 NT\$1,700 元 (應備資料：身分證正本、2吋彩色白底大頭照 2 張)。
台胞卡新辦：NT\$1,600 元 (應備資料：身分證影本、2吋彩色白底大頭照 1 張、護照正本)。

福瑞旅行社股份有限公司
台北市中山北路二段 162 號 5 樓之 1
TEL：(02) 2585-6272 FAX：(02) 2594-7705
交觀甲 0814 / 品保北 0387