西藏印象 Tibet Impression
中國經濟週刊推薦旅遊品牌



關於我們：
168play旅遊玩家 / 一六八國際旅行社
168INTERNATIONAL TRAVEL SERVICE LTD
旅行社牌照號碼: 交觀甲6630號 品保會員1434號
中華民國觀光局指定辦理-出入境遊的國際旅行社
地址：台灣台北市信義區松山路130號10樓
電話：(02)6608-6168 傳真:(02)2552-6629
網址： http://www.168play.com

金旅獎波密+獨家秘境《桃源仙谷-龍王湖》尊爵版雙鐵路+世界之巔聖母峰-超級圓夢全覽

168 隱藏版+《獨家私房秘境-香巴拉》&桃源仙谷龍王湖+遠古冰川+藏東香格里拉核心景區波密童話世界然烏湖、雪山精靈米冰川、南迦巴瓦峰+藏西聖湖羊雍錯、卡洛拉冰川+藏北羌塘草原、聖湖納木措+珠峰大本營+168 原生態體驗 +101 拉薩景觀餐廳、青藏拉日雙鐵路十五日



★ 以下文字、圖片均為我司《西藏印象》書中版權，未經本公司授權同意，切勿抄襲轉載，翻拷必究 ★

【168TIBET 西藏攻略旅遊網-獨家服務】



1、**提供 168TIBET 西藏旅遊須知-行前說明會資料一份**；
2、拉薩住宿酒店或同級，出發前予以確認住宿飯店名稱；
3、特別安排優秀援藏導遊為您精闢講解西藏神秘藏傳佛教歷史；
4、每輛旅遊車備用氧氣設備，讓您無後顧之憂玩得安心更放心；
5、辦理入藏批件請旅客備妥台胞證須有簽註章效期內傳真或掃描至我社；
6、提供貴賓獨家中藥配方(需自行購買)，進藏前服用有效提前預防減緩高原反應；
7、㊣168 **為您提供最好的旅遊品質【無購物】，絕不安排藏藥、蠶絲被、紅景天、貔貅購物站。堅持尊嚴旅遊，享受旅行！**
8、本行程為自由行參考建議路線，旅客可依個別需求彈性調整，並由本公司協助提供相關代訂及資訊服務。

安排精緻行程

- **★《本公司另有安排 168 隱藏版行程、餐食、住宿安排、為免同業抄襲，故不便事先公佈！》**
- 林芝進拉薩出，不走回頭路，林芝海拔低，讓您逐步適應高原
- 獨家安排名流官員會所【101 景觀餐廳】將聖城全景盡收眼底；
- 168《私房秘境遊》探訪與世隔絕神秘世界【桃源仙谷財神湖】
- 尊爵體驗《拉薩升等一晚超五星酒店》【聖地天堂-洲際大酒店】
- 獨家安排【青藏+拉日雙鐵路】飽覽雅江、可可西里核心景區風光
- 走進冰河世紀~感受那份蒼涼、靜謐來自遠古的呼喚【遠古冰川】
- 帶您走進如瞬間凝結般的一時光隧道，童話中的世界【然烏湖】
- 徒步森林尋訪深藏一桃花源裡的雪山精靈，冰山美人【米堆冰川】
- 親訪觀靈童轉世神湖之一，流淌在人間的地上銀河聖湖【羊卓雍措】
- 經千萬光年所形成的陸型冰川，即將消失的世紀景觀【卡洛拉冰川】
- 體驗世界最高湖泊，天空寶鏡神湖【納木錯】似雲海齊眉的感動！
- 168 獨家安排搭乘電瓶車讓您在森林與雪山交融的寧靜世界，感受雪山雙雄【國王寶座】無比雄偉視覺震撼



榮獲金旅獎獨家行程一世紀天路【拉日+青藏】雙鐵路美景天成

此路線為您一次結合三大世紀景觀 波密+珠峰+青海 每年季節氣候最好月份~才能觀賞此奇景!


▲雅魯藏布江-觀賞南迦巴瓦峰欣賞10~11月秋季奇觀、醉美林芝雪山森林

看點一： 168 **隱藏版【香巴拉】**有一種旅行，是沉醉在夢境中遊走，168 帶您〝夢迴西藏〞精心安排，全台獨家路線-探訪西藏最美遺世獨立、無人打擾、醉美極境風光！她的名字叫做『香巴拉』，讓您走進夢境中，才能看見的天堂景色！4~5 月春天時彷彿走入〝桃花源〞中！滿眼冰川下盛放的桃花宴，如夢似幻，嫵媚動人，讓人迷了心、迷了眼，令人沉醉，進入 5 月中旬一直持續到 6 月中旬，春天豔陽高照，雪山之下，色季拉山的杜鵑花期也長，無論是東坡還是西坡，整座山上的杜鵑花全部綻放，黃色、紫色，千姿百態，形成花的海洋，氣勢極為浩瀚壯觀。而 10 月~11 月秋天時更是猶如上帝 打翻的調色盤，色彩繽紛，仙境般的景色，更是讓您終生難忘！ 調壓後，168 帶您登峰造極，前進夢想終極地-珠峰大本營，讓您成就此生不平凡的驕傲！此路線為您貫穿東西南北重大景點，不但是攝影家的天堂！更是您初次進藏，西藏夢想旅程-唯一不二的路線選擇!

看點二：讓您輕鬆登上世界之巔『珠穆朗瑪峰』前哨站珠峰大本營，海拔 5280 公尺，為讓玩家能輕鬆登上珠峰並且把握在景觀氣候溫度最好，近距離觀賞雪山聖湖顯像最美的份，由**本公司榮獲西藏林芝與珠峰旅遊形象大使，雙項殊榮孫宜君總經理**為您：**特別安排由林芝進入，海拔低 2800 含氧量高達 80%，由東往西不走回頭路漸漸高，讓您逐步適應高原，輕鬆登上【珠峰大本營】將美景盡收眼底**，珠峰是登山者心目中的聖地麥迦，藏語意為「聖母」，為世界第一高峰，海拔 8848 米，風景壯麗，藍天白雲，雪山都會令您激動。被譽為地球第三級。她是萬山之尊、地球之巔。更是一百個世界必訪之境，是您一生中絕對要前往的～旅遊夢想終極地，更成就您此生最不平凡的驕傲！



看點三：168 獨家私房秘境：探訪【桃源仙谷-龍王湖】深藏於天之界，體驗被遺忘的時光，這裡是少數人可以到訪的秘境中的天堂，春夏之際鮮花浪漫，靜謐美麗，更是歷代藏王與達賴喇嘛都來祭拜朝聖的神湖。靈驗無比-遠近馳名。祭拜神湖不僅能積累『福運、財運』，更加事事順心如意！走進西藏中的西藏、一次甦醒五官六覺能量充滿身心靈之旅！

看點四：帶您走進全中國旅遊局評為最美的景區~香格里拉核心一波密，藏語為“波窩”**綠海明珠、冰川之鄉，**有“西藏的瑞士”的美譽，原始森林保護區、古鄉湖、中國最美一米堆冰川、然烏湖，更深入秘境核心【遠古冰川】感受來自遠古的呼喚！那份蒼涼、迷離、靜謐的能聽到自己心跳聲，回到原始、與最初!是旅遊、攝影、繪畫、探索生物奧秘者的理想境地。**醉美林芝一人間最後的天堂靚點**：巴松錯、魯朗林海、香巴拉、南迦巴瓦峰、尼洋河、雅魯藏布江河美景、米拉山、色季拉山、邦傑塘草原。 雅魯藏布江，地貌險峻、氣勢磅礴，締造了世界最深、最窄最長的峽谷之最。豪情的南迦巴瓦峰上垂直分佈著四季分明的植物，山頂常年積雪，雲霧蒸騰；魯朗林海終年碧綠蒼翠，讓人清新愜意……

看點五：青藏鐵路，沿線分佈著青海湖、可可西里自然保護區、納木錯湖、布達拉宮等9處世界級旅遊資源，包括藏傳佛教聖地塔爾寺、拉薩古城、八廓街等23處國家級旅遊資源，以及6處國家級自然保護區和風景名勝，193處普通級旅遊資源。在距離德令哈50公里的懷頭他拉草原上，坐落著兩個美麗恬靜的湖泊－可魯克湖和托素湖，蒙古語的意思分別是“多草的芨芨灘”和“酥油湖”。可魯克湖和托素湖由一條小河相連，當地人把它們稱為“情人湖”可魯克湖是一個水美草肥的淡水湖，而托素湖卻屬於高原鹹水湖，岸邊別說耐鹼的胡楊，就連一棵草都沒有，一片乾荒的沙漠。這對讓人百思莫解的“情人湖”億萬年來就這樣相依相伴，恩愛情長。穿過格爾木，列車進入青藏鐵路沿線最大山脈崑崙山。再往前就是位於崑崙山和唐古喇山間的可可西里無人區與藏羚羊保護區。穿過可可西里抵達長江源景觀帶，這裡是長江和瀾滄江的發源地。

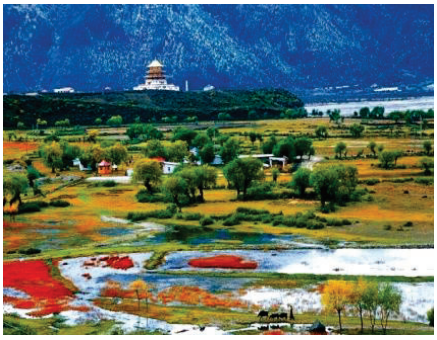


精心安排-豐富行程

第一天 桃園-香港-成都 航班參考 CX-495 13:20-15:20+ CX6128 17:30-20:15 或 BR-765 14:45-18:15

搭乘豪華客機前往【成都】抵達後前往飯店休息，明天五六點要早起，準備迎向我們心神嚮往的神祕國度--西藏。

第二天 成都✈林芝【168獨家『尼洋閣風情園』、雪山中的綠寶石『神湖巴松錯』、漫遊林芝廣東街】





清晨搭乘 航班參考CA-4431 07:30-09:20 抵達林芝米林機場，隨後前往遊覽**『尼洋閣』位處**尼洋河畔，風景優美，遠處山頭白雪靄靄，又有群山綠色纏繞，一大片原生態草原安靜躺在尼洋閣腳下。站在閣頂上時，向前遠望可見綿延雪山阿布堆珠、比日、窮布增根等眾多神山的雄姿，與尼洋河娘乳濕地的綺麗美景。飽覽林芝雪山、尼洋河、油菜花、田園牧歌似的風光，最令人歎為觀止的，尼洋閣內收藏的眾多藏東南文化藏品。其中不可錯過的是尼洋閣三寶，藏有世界上最大的寶瓶、文成公主藏東南教化圖、與價值連城的沙畫壇城，介紹當地原住民工布、門巴、珞巴、僜生活習慣及收藏品、娘乳神泉、藤網橋等豐富人文景觀。午後前往-紅教聖湖『巴松錯』，巴松措湖的形狀如鑲嵌在高山峽谷中的一輪新月，湖水清澈見底，四周雪山倒映其中，湖水透明可見遊魚如織，情趣盎然。湖內有座小島，島上有一座紅教寧瑪派古廟距今已有 1500 多年，雪峰，冰川，原始森林，古跡將巴松措緊緊環繞，使這裏宛如人間仙境，獨家安排搭乘電瓶車環游這森林與雪山交融的寧靜世界，抬頭仰望，海拔高達 5500 米的雪山雙雄【國王寶座】、【燃燒的火焰】，感受無比雄偉的視覺震撼！晚餐後可前往林芝廣東街深入當地市集逛街，這裡有很多新奇好吃、好玩、好買的當地特色商店松茸、佛掌蔘、工布藏族銀飾、當地的特產都有的喔，很多挺熱鬧的！

第三天 林芝一波密【雅魯藏布兩江匯流處、崗鄉國家森林區一古鄉湖、香格里拉醉美核心景區一波密】



沿雅魯藏布江河谷前行。這是雅魯藏布江最美的一段，薄薄的晨霧浮在江面上，清晨的陽光下江面銀光粼粼，白雲繫在山腰，遠處是金色的雪山，美麗的田園籠著輕煙，看江流交匯美景。沿途行經排龍門巴族鄉，通麥天險，鐵索橋，易貢原始森林，崗鄉自然保護區前往“綠海明珠、冰川之鄉”波密。行徑在，五彩的林海、壯美的雪山、潔白的冰川，讓尖叫與心跳伴著旅行的每一秒鐘。途經油畫般的風景讓眾多文豪賴著不走的『古鄉湖』，這一路的自然風景會讓人目不暇接，藍色是天空，白色是雪山、多層次的綠色是森林和河流，每一處轉角都有驚喜風景在等待。最後抵達“冰川之鄉”美譽的波密！“在這裡深呼吸一次，足足回味一輩子”天氣晴朗時，可以看到只有宮崎峻動畫中才能看到的夜空。

第四天 波密【深藏在雪山的精靈一米堆冰川、童話世界一絕色然烏湖、冰雪交融的純淨一遠古冰川】





清晨的帕隆藏布江，天氣好時，白雲如無數飄帶掛在山間，如詩如畫的童話夢境，從波密出發，在森林裏的柏油道上穿行，遠處雪山皚皚，四周鮮花盛開，可觀賞宋多巴日神山和盔甲山的雄姿，來到中國最美**雪山中的精靈一米堆冰川**，走入米堆村，是滿山原始的雪山、河流、森林、藏族村落、純厚的藏寨風光，當地的藏民有些還會親切邀您喝杯酥油茶，剛落地出生不久的小牛犢向人撒嬌個不停，穿梭在這層林盡染的森林中，自己彷彿成為畫中的主角，走著走著前方閃耀著幽幽的藍光，周圍卻是晶瑩剔透，彷彿從天而降的雄偉瀑布冰川奇觀，讓在場所有的人都驚 歎 大自然的鬼斧神工，在這桃花源裡居然深藏著雪山精靈，大 家 都 興 奮 無 比 ，以 零 距 離 觸 摸 那 壯 美 的 冰 川 瀑 布 ，這 感 覺 到 底 如 何 呢？還 是 待您親臨體驗 “冰川美人” 帶給您無比驚人的魅力與震 撼 喔！ 而後來到帕隆藏布江的源頭一被譽為 “睡美人” 的絕色美景一然烏湖。周圍是茂密的森林，晶瑩的冰川，如茵的草甸、莽莽森林，白雪皚皚的雪山倒影在其中，千嬌百媚，景色如詩如畫。湖面上春季樹



影婆娑、秋冬薄霧瀰漫，四季美景都會使人如進夢幻之境，寧靜清新無比，讓人不敢大聲呼吸，身處如西天瑤池般的仙境中，心頭也湧起無比莫名的感動。接著帶您感受來自遠古的呼喚！**隱匿於世外桃源的冰雪仙女:**遠古冰川。目前尚未過度開發，人煙罕至，未經雕琢的美麗，更讓人難以忘懷，感覺夢裡才能回到的遙遠冰河時代、高山河流，冰川，雲海，你會忘記曾經的煩惱。夏天時，大片大片綠油油的青稞和金燦燦的油菜花，映襯著雪山、冰川，村莊。1、2 月間，冰湖會結出厚厚的冰層，人可以直接從湖面走進冰川。湖上佈滿形狀各異的浮冰，陽光照耀下，冰塊透出淡淡的藍色，走近晶瑩剔透的仿如一顆顆巨型藍寶石的冰川，撫摸這些觸手可及的千年冰川仿佛穿越時空，來到了另一個星球。是西藏最大的冰川之一，是觀看冰川的絕佳之境。那份蒼涼、迷離、靜謐的能聽到自己心跳聲，回到原始、與最初一處與世隔絕的秘境，之後返回波密。

第五天 波密—林芝【168 隱藏版桃源秘境『香巴拉』或 苯教神樹巨伯王、龍王谷色季拉山、南迦巴瓦峰】



清晨進入雪山下的魯朗林海、村莊田園，獨有的壯美清新的風景。聖域西藏花海魯朗來到這裡、你就會明白傳說中的龍王傳說中的家，美麗的魯朗，為什麼這裡會被稱為“神仙居住的地方，中午安排在魯朗小鎮享用最聞名的藥燉石鍋雞，美味可口！這些石鍋都是用墨脫山石純手工所鑿製作完成的，由背夫從蓮花秘境墨脫徒步送達林芝，餐後沿山路而上翻越海拔 4702 米的色季拉山，在山頂欣賞漫山花海森林，尤其春秋之季色季拉山更猶如上帝打翻的調色盤，色彩繽紛，晴朗的天空下您將有機會欣賞震撼心靈壯觀的（最英俊的戰神－南迦巴瓦峰，2005 年曾被《中國國家地理雜誌》當選為中國最美的六大山峰之首），隨後前往遊覽 168 **隱藏版**桃源秘境『**香巴拉**』，帶您體驗陶淵明筆下幽靜的世外桃源，無人打擾、醉人風光！春天時彷彿走入〝桃花源〞中！滿眼冰川下盛放的桃花宴，如夢似幻，嫵媚動人，讓人迷了心、迷了眼，令人沉醉一個讓人可獨自與心靈對話的天堂！此行程需依當天實際路況時間充裕方可安排，如因路況天候無法前往，則安排替代方案：前往苯教神樹『巨柏王』。這是西藏獨有的古樹，當地人稱為“神樹”的巨柏，樹高達 50 多米，直徑近 6 米，十幾個人都環抱不了，巨柏年齡已有約 2500 年之久。相傳這株巨柏是苯教祖師爺辛饒米保且的生命樹，因此這片巨柏林更被當地藏民們奉為聖地。走進林中，你可以看見那些巨大的樹身上，都纏掛著彩色風馬旗與潔白的哈達，而在巨柏林間的空地上還能看到一座座，寄託著當地人無數的心願祈望的瑪尼石堆所環繞，當地工部地區藏族人民崇信原始宗教“苯教”其教義就是對天地鬼神自然萬物的崇拜，與敬仰也更讓此樹添加許多神秘色彩。



第六天 林芝-拉薩【168 獨家私房秘境『桃源仙谷-龍王湖』、西藏最大的古堡群『秀巴古堡』、神山的眼淚『尼洋河風光』、 茶馬古道上的傳奇『太昭古城』、 站在天堂親臨仙界 『米拉神山』】

今日 168 **獨家私房秘境**-深度安排體驗被遺忘的時光【**桃源仙谷-龍王湖**】，這裡是少數人可以到訪的美麗的仙谷寶地，春夏之際鮮花浪漫，靜謐美麗，是秘境中的天堂，深藏於天之界，更是歷代藏王與達賴喇嘛都來祭拜朝聖具有威力的神湖。以期順利募資建寺，靈驗無比，因此遠近馳名。祭拜神湖不僅能積累【福運、財運】，更加事事順心如意。拜祭神湖具有靈性請保持安靜，還請來此觀湖或祭拜的 168 同學們悄悄地來，也悄悄地去。站在山頂心裡祈禱著，希望神湖永遠保持如此原始般的神秘與美麗而不被破壞。由於神湖尚未過度開發，故路況較差，要走進湖邊需步行一段。★玩家們也別忘了取些湖水帶回去分送親友，這絕對是您給親友與供佛最珍貴殊勝的禮物了！之後乘車前往拉薩，途經**『太昭古城』** 藏語意為“一百個村莊的第一個村莊”，這裡是著名的茶馬古道，商賈雲集，來自藏、漢、回、納西以及尼泊爾的商人絡繹不絕，太昭成為當時西藏重要的商業文化中心。清代更是清兵西藏邊疆的重要駐地。隨後途經秀巴古堡背靠山巒，面對尼洋河谷居高臨下，為古時鎖關要塞，見到秀巴古堡時，彷彿瞬間穿越千年時空的感覺，傳說中格薩爾王大顯神威斬妖除魔的古戰場。古堡外觀為八角形，可向來攻的敵人放箭；並可燃放狼煙，向友軍求援。雖歷經千年風雨，至





今依然固若金湯。許多建築家認為在當時條件能完成如此巨大工程，是一個神話與奇蹟，令人驚嘆不已！ 隨後前往尼洋河傳說中是神山流出的悲傷的眼淚。尼洋河之美，美在它的水色清澈、翠綠、潔白。稍後翻越 5013 米的**『米拉山』意為“神人山”**，會讓你感覺這裡宛若仙境般，更是此地藏民心目中的神山，每當抵五千海拔山巒之中，讓人站在雲端之上，就像親臨仙境之中，眼前景色如夢似幻，是種此生未曾經歷過的感動與震撼! ★ 在神山祈願很殊勝靈驗喔! 您可將心願寫在經幡上，請藏民為您掛在山口處，當經幡隨風吹向天際時，也同時將願望傳遞仙界讓諸佛庇佑。

第七天　拉薩【天上的宮殿『布達拉宮』、『大昭寺』點燃心中的聖燈、『八廓街』一條千年的轉經道】







本日前往地球上最高的雪域宮殿。氣勢磅礴雄偉。是藝術殿堂與建築史上的奇跡。更是世界文化遺產。“布達拉”是梵語的音譯，又譯作“普陀”，原指觀音菩薩之居所。吐蕃國王松贊幹布為迎娶文成公主，而建造了布達拉宮。宮殿主體由白宮和紅宮組成，達賴喇嘛的政治活動起居都在白宮；而紅宮則供奉歷代達賴的靈塔與佛殿。走進布達拉宮，彷彿走進佛教世界，眼前千座佛塔，萬座佛像與唐卡一個令人驚嘆的藝術寶庫。這裏珍藏著無數珍寶，都讓人心無比讚嘆與震撼。下午前往大昭寺西藏最輝煌的雄偉建築，融合了藏、唐、尼泊爾、印度的建築風格，寺內供奉著隨文成公主進藏所帶入的（釋迦牟尼 12 歲等身佛）。珍藏珍珠佛衣、金燈等無數稀世珍寶，並且活佛轉世的儀式「金瓶掣籤」歷來也都在大昭寺舉行。在佛教界具有至高無上的地位。八角街是一條有著 1300 多年歷史，是拉薩最古老的街道，是由朝聖者，用身軀丈量鋪展而成的千年轉經路。藏民們通常以大昭寺做為中心點，沿著外圍順時針繞行轉經，並面向供奉在大昭寺內釋迦牟尼佛所朝拜，在藏民心中，繞行一千多米的外環道卻是讓他們可通往天堂的神聖之路。兩旁在八廓街的商店林立，有極具藏地特色的轉經筒和面具，綠松石及藏族飾品，琳瑯滿目非常吸睛，也是所有來到西藏的遊客，逛街購物的最佳尋寶去處。在逛八廓街時要注意按順時鐘方向遊覽前進，順時針遊覽一圈有達到功德圓滿之意。隨後下午則前往**《扎基寺》**，這是西藏最有名的財神廟，寺廟供奉吉祥天母的本尊佛殿也是整個藏區最靈驗的財神廟，如果要求財的朋友，到西藏一定要來祭拜一下，聽說可是有求必應！168 其中一些虔誠的貴賓們每年都要再回去感謝法王，可見應該是受到很大的庇佑，總之有拜有保佑喔！

第八天　拉薩—日喀則【地上銀河『羊卓雍錯』、世紀冰川卡洛拉、西藏塔王『白居寺』、江孜宗山古堡】







早餐後**隨後**延著雅魯藏布江。翻越海拔 4852 米的岡巴拉山，站在山口時，聖湖羊卓雍湖映入眼簾，宛如一條飄帶掛在天地之間，讓你陶醉於世外桃源般之人間仙境中。那如寶鏡般的湖面，是可以走進前世看到今生，為了尋找達賴喇嘛的轉世靈童，大活佛會藉由卜卦，與觀察湖中的顯像，來確定靈童出世方位，因此羊湖在藏傳佛教享有崇高的地位，並被虔誠的藏民們奉為『聖湖』。湖水碧藍清澈，湖光山色，景色如畫，當地藏民讚她“天上的仙境，人間的羊卓“天上的繁星，湖畔的牛羊，羊卓雍湖除了是西藏的三大聖湖之一外，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。環繞聖湖途經**即將消失的世紀景觀**—卡若拉冰川，抬頭仰望著，巨大的冰川讓陽光灑在她雪白的臉龐上，是如此瑰麗耀眼動人，那種無聲的震撼令人內心澎湃，卡若拉是西藏三大陸型冰川之一。冰川盤踞在路邊的山丘，可以近距離仰望冰舌，看來伸手可及，實際上卻遠在高達海拔 6647 米的天邊。不過別小看這個卡洛拉冰川，它可是經過千萬年時光累積才雕塑出來的懸崖冰川。冰雪沿著冰層張裂，而形成層次豐富多姿的冰塔林。大自然的神奇魅力。竟能創造出如此巧奪天工的冰原奇觀。不過由於地球暖冰川雪線漸退，更吸引無數旅行玩家得要跟地球賽跑，抓緊把握到此親眼目睹冰川壯闊奇景的時間了。隨後赴西藏第二大城-日喀則。**白居寺**夏季，您會讓眼前這座被大朵大朵鮮艷盛開的花兒，所環繞包圍的美麗寺廟給吸引住，他就是著名的藝術寶窟『白居寺』。白居寺地位獨特，是兼併藏傳佛教薩迦、噶當、格魯 3 大教派共存的一座寺廟。寺裡擁有宏

偉的「十萬佛塔」而聞名，有西藏塔王之稱，塔高九層，寺中有塔、塔中有寺，裡頭的壁畫、雕像由低層至高，代表的是修行境界的提升。塔身色彩鮮麗，在陽光下非常耀眼，建築風格融合尼泊爾、緬甸、印度、漢族形成獨一無二的風格。遠眺宗山砲台江孜平原農產豐富，被譽為西藏的穀倉！

第九天 日喀則—定日 【 “西藏第二敦煌”深藏在世界屋脊的『薩迦寺』、定日協格爾 】



早上前往被喻為西藏敦煌『薩迦寺』。這裡曾擁有全藏區、全國、甚至是全世界至高無上的地位。矗立在青藏高原上叱吒風雲的一薩迦寺。曾得到元朝支持，是統治西藏的第一個政教，紅、白、青三色的牆體是薩迦派的標誌。分別代表“智慧、慈悲、伏惡”三種特質，也是被稱為“花教”的原因。穿越主殿通道，壁立而起的，是一面碩大的經牆！一共是 84000 部，滿佈著千百年來抄寫經書高僧們的呼吸，彷彿觸摸得到他們的虔誠。他們的靈光，在高聳的經牆上閃爍，寺內藏有 3600 多頁藏、漢、蒙文書寫 20 多部貝葉經，並且擁有【佛祖在世時初轉法輪時-用過的法螺】這在西藏甚至是全世界，都是獨一無二震撼世人的鎮寺之寶，168 貴賓曾受金剛上師用佛祖法螺加持過，殊勝不已!著名的還有普巴金剛法會~已入選世界非物質文化遺產~冬夏之際~會舉辦跳羌姆-金剛法舞等活動！回定日休息，準備清晨前往~觀賞珠峰群山~日出的最佳位置。





【西藏印象提示】：珠峰大本營住宿條件極差，尤其在珠峰五千海拔住宿，保暖設備不足下，幾乎是疼痛無法入眠捱到到天亮的，為確保整體旅客能得到安全舒適休整與較完善醫療設備資源，將視當時情況安排絨布寺招待所-5 星，《升等》(珠峰大本營景觀賓館)准三星 或 調整住宿在協格爾定日珠峰賓館準四星，住宿條件相對好，讓自己保持在身心靈舒適與安全的條件下，在睡眠充足後，清晨前往珠峰沿途便可欣賞到 4 座八千海拔的群峰日出，讓您輕鬆登上世界之巔，領略珠峰才是令人興奮與驕傲的！▲住宿與用車 請點入網址 或 圖片詳閱內 http://www.168tibet.com/world/168news.pdf

第十天 定日—珠峰絨布寺—日喀則【前進珠峰大本營、欣賞世界之巔-珠穆朗瑪峰，成就此生不平凡的驕傲!】





今日抵達靈魂的洗禮珠穆朗瑪峰，海拔 8844 米的世界第一高峰。億萬年來，珠穆朗瑪意為大地之母，故稱「聖母峰」。它像座巨大金字塔矗立在天地之間，在用那終年的積雪孕育著天地生靈的同時，也孕育了許多動人的神話和傳說。而珠峰腳下發育了許多規模巨大的現代冰川，冰鬥、角峰、刀脊等冰川地貌現象廣泛分佈；連綿 4 座 8000 米以上的雪山排成一列，實為壯觀，從左向右分別是：馬卡魯峰 8463 米；洛子峰 8516 米；珠穆朗瑪峰 8844.43 米；卓奧友峰 8201 米。而《**珠峰大本營**》極限挑戰的起始海拔 5280 米，算得上是世界上最高的商業中心了。登山旺季時 4~6 月至少有上百頂帳篷分佈在大本營，有旅館、茶座、商店帳篷，還有登山隊員、科考隊員、珠峰高程測量隊員等的工作生活帳篷，更多的則是來自世界各地遊客搭建的小帳篷，珠峰大本營如同一個繁華的帳篷小城鎮。千百年來，屹立在地球最高點的它是所有探險者登山者的冒險樂園，夢想終極地。**★今天若能得到珠峰女神昭見，恭喜您!! 別忘了一定要掛上經幡祈願! 藏族人敬拜天地相信神山有靈，抱著謙卑的心有拜有保佑，相信會對您未來人生有所啟發與加持喔！**

第十一天 日喀則—拉薩【自由市場、班禪駐錫地『札什倫布寺』、體驗拉日鐵路、布達拉宮寶鏡『龍王潭』】



上午前往黃教六大寺之一歷代班禪額爾德尼駐錫地【紮什倫布寺】參觀，札寺耀眼奪目閃閃發光的金頂，依山而建氣勢雄偉，像座城池般的建築，氣派莊嚴，如實彰顯襯出由《班禪喇嘛》所領導的〝札什倫布寺〞在後藏地區，享有與前藏〝布達拉宮〞領袖《達賴喇嘛》相同崇高的政教地位。其中您絕不可錯過的是，寺內最偉大的建築〝大彌勒殿〞和〝歷代班禪靈塔殿〞。彌勒殿內供奉著舉世無雙，全世界上室內最大的鎏金銅像強巴佛。得仰著頭才能拜見窺得全貌，佛像鑲著鑽石、珍珠、珊

瑚 1400 多顆，工藝精湛無與倫比。而在〝歷代班禪靈塔殿〞金碧輝煌，鑲嵌著各種珍稀珠寶。這裡寶藏豐富有數不清上千座佛像，與上萬幅唐卡，還有貝葉經等無價之寶，讓人眼花繚亂目不暇給，是個令人驚歎不已神奇的藝術寶庫，更是藏傳佛教的聖境。下午隨後前往日喀則，當地藏族人最活絡的一個露天市集【自由市場】，當地藏民主要都是賣工藝品的。商品以西藏地方特色旅遊商品為主，藏刀、項鍊、蜜蠟、銅器、法器、唐卡、藏香等一應俱全。街上除了有各式工藝品出售，還有藏族人所需的生活用品和食品。可以討價還價。是遊客們最喜歡的淘寶天堂，在這裡英文也通喔! 藏族都懂些英語，當地藏式建築，白牆木窗，家家門前都掛滿五彩經幡，門上還掛著大大的牛角，藏味十足，又是一次漫步體會~濃濃藏意的閒情時光。隨後前往享用午餐後，準備下午要體驗安排搭乘最新 2014 年 8 月所建成的【拉日鐵路】，硬座可欣賞到雅魯藏布江核心景區，全長 253 公里，時速設計 120 公里，只需短短三小時車程，帶您您全程貫穿在海拔在 3600 公尺至 4000 公尺間，由日喀則站，經仁布,尼木，穿越近 90 公里的雅魯藏布江峽谷，沿途田野，山川，河流，谷地獨特壯麗的自然風景，讓您目不轉睛、美景盡收眼底！隨後前往布達拉宮的後花園，龍王潭圍繞著布宮山勢起伏，湖面中，綠柳搖曳、碧波清澈、綠頭鴨悠遊好似如夢似幻的寶鏡般，這裡是攝影家的天堂，“龍王潭這兒的龍王是女生喔!每年薩嘎達瓦節，人們都要到神殿供奉龍女，獻哈達、點酥油燈、施供品。



第十二天 當雄—拉薩【天空寶鏡-西藏三大聖湖之首『那木錯』、168 獨家安排-鳥瞰聖城拉薩全景餐廳】

上午前往藏北羌塘草原隨即前往世界上海拔最高的湖泊【那木措】，也是中國第二大鹹水湖，蒙古語稱為騰格里海，也是天湖的意思，在藏族心目中是最神聖的聖湖，那木措太美了，天上雲朵就飄浮在額頭旁邊，彷彿伸手就可摘下而湛藍的湖面襯著雪山，在陽光下波光粼粼閃著耀眼的光芒，看著湖面，就覺得整個人的靈魂都被洗滌了，到了夜晚在沒有光害的星空下，星星就在眼前，如同身處幻境般那樣的不真實。如非親臨仙境，相信再多的筆墨也無法形容她將帶給您無比激盪觸發與感動，湖心有座札西半島，是轉湖香客必到之地，據說羊年在此轉湖，可獲得神靈的庇護與保佑，在此沉思、冥想，洗滌心靈對參透事物或許會更加清明，此行將會是您此生最感動的生命之旅。





★此日若因自然災害因素，以致無法前往那木錯，則安排替代方案，前往(**雪域的皇家園林-羅布林卡**)。是當年達賴喇嘛的夏宮也是青藏高原上最美的園林，又稱「寶貝園」，園林佔地達 36 萬平方，走進園林內就像進入一座瑰麗的藝術之宮，金碧輝煌的宮殿，其中珍藏無數唐卡、神像、珍貴的文物名畫，令人驚艷! 2001 年列入世界文化遺產。

★傍晚 168 獨家安排您在拉薩當地，仕紳官員喜愛的高級會所景觀餐廳用餐，居高臨下讓您已近乎 360 度的視角，將拉薩市全景盡收眼底，這裡也是唯一可以觀賞到，現已管制不能進入【拉薩生態保護區】，絕對讓您睛喜連連！

★(由於餐廳為私人會所，不接待大組客人，168 已是特許安排，若遇徵用，則另安排特色餐取代，請保持理解見諒。)

第十三天 世界最高鐵道－青藏鐵路之旅（拉薩－那曲－安多－唐古喇山口－沱沱河沿－「世界屋脊」－當雄羊八井五道梁－不凍泉－「龍脈之祖」：昆崙山口－「亞洲脊柱」、格爾木－西寧） 青藏高原沿途風光】

宿: 青藏列車上 (軟臥四人一室)(西藏印為您獨家專業精心安排 讓您白天真正欣賞到精彩可可西里藏羚羊保護區)



今日我們終於登上“神秘”的青藏鐵路火車，世界海拔最高、線路最長（1142 公里）的高原鐵路沿途我們將看到中國第四大草原羌塘草原，還有經過世界海拔最高的鐵路啞口--唐古拉山啞口(5,072 公尺)、世界海拔最高的唐古拉山火車站(海拔 5068 公尺)，青藏鐵路也是世界上穿越凍土里程最長的高原鐵路，我們將穿越多年連續凍土達 550 公里。當然，沿途還會穿過世界上最長的高原凍土隧道，全長 1686 公尺 的昆崙山隧道。還有世界海拔最高的隧道，風火山隧道海拔標高 4905 公尺 ，是目前世界上海拔最高的高原永久性凍土隧道。沿途還可看到著名的可可西里無人區，在這廣闊的無人區裡，有許多的野生動物群，尤其是藏羚羊更是珍貴，還有野氂牛、野驢、白屁股羊等野生動物！

第十四天 西寧【 168 全台獨家私房秘境(青海)『瑤池仙境』奇幻之旅 或 宗喀巴大師出生地『塔爾寺』】



今日火車將抵達西寧～隨後前往 168 青海-私房秘境【瑤池仙境】，**人跡罕至的絕美之地！**被人們譽為“攝影發燒友的絕色天堂”這裡佈滿了神話傳說的聖景遺跡。上百座奇峰隱現在雲霧之間，每一宗都曾有聖僧修行過，構成了神仙魔幻般的景象。仿佛來到了天池一樣，甚至比天池更美，山水相映；景色絕美壯觀，美不勝收！松柏翠綠、層林盡染，碧水藍天勾勒出震撼視覺的迷人畫卷。流連於古樸藏村，感受藏民族風情。這一世，一定要去一次，奔向仙境，放飛心靈，重遇最美的自己。

【西藏印象提示】：今晚視航班安排在行增減行程，夜宿西寧 或 準備搭機返回成都或北京休息。以上景點(青海瑤池) 因為自然景觀-故季節性強，如因天候、路況不佳等因素無法前往，則改為(塔爾寺)，將 2 擇 1 視情況調整安排。

第十五天 西寧-成都-香港-桃園

航班參考 CA-4206 10:30-11:55＋CX6127 1315-1555+CX402 1835-2015 或 BR-766　19:15-22:35

享用完早餐後，今日搭機回到六星級溫暖的家，結束難忘的雪域之旅。

本公司另有隱藏版、行程、餐食、住宿升等安排，未免同業抄襲故不便事先公佈！

玩家遊後評價 西藏印象優勢 非凡新聞專訪 飛碟電台專訪 西藏玩家 Q&A 高原反應解析

HOME | 168 玩家感謝函 | 最新出發表 | 168facebook | 西藏攻略必讀 | 影音實況 | 旅遊講座 | 168 玩家日記 |

代訂**費用包含及服務標準如下：**

1關於交通：

機　票：桃園-成都-林芝-西寧來回全程六段(或四段)機票、火車票青藏鐵路(軟臥四人一室)

旅遊車：成都接送機服務+西藏全程用車為旅遊車（金杯車、宇通、日野、亞星、考斯特、五十鈴） 西藏車隊介紹

2關於住宿： 常用酒店一覽表 可點擊進入詳閱　西藏遊知識寶庫　西藏遊風光影片　西藏遊攝影作品

尊爵等: 林芝準五星(岷山或巴松措渡假村)、(拉薩福朋喜來登或開元或岷山酒店)準五星、(日喀則喬穆朗宗或札西曲塔)準五星、(澤當雅礱河)準五星或同級、(西寧福音或神旺酒店)準五星同級。三星(珠峰大本營景觀賓館)或準四星 (定日珠峰賓館) 以上酒店或安排同級。尊爵體驗《拉薩升等一晚超五星酒店，聖地洲際或瑞吉或香格里拉同級安排》。 **3 關於用餐：**早餐均在酒店享用，除非搭早機或行程需要則安排路早餐盒，午晚餐，豪華等餐標 50、風味餐 60-120、 均以人民幣計價。車上備有礦泉水，每餐均安排酒水，與季節性水果。★我社為保留 1 68 貴賓們有更好的用餐品質，為避免同業抄襲，因此不便將餐廳詳列， 1 68 貴賓們對餐食安排大致滿意【**用餐寫真**】！

4.關於導遊：當地優秀援藏導遊服務為您服務

5.本頁內容係提供旅客自由行及客製化行程規劃參考，實際行程內容、出發日期、住宿、交通及相關安排，均依旅客個別需求及當地實際狀況調整。☒

代訂費用不包含:機場燃油費6500元、機建稅、航空保險、陪同、司機導遊小費；(每天400元台幣/人)

注意事項: ※1.由於航空公司依季節性經常臨時調整增減航班，以致行程有時無法按原表訂行程安排，故行程中所列之第【1.14.15】三日行程航班，與抵達城市後當日行程僅供參考，由於我司為求讓貴賓去回航班，能盡力達成《直飛》之機會，與減少貴賓《港轉》之不便，故進出西藏前後之轉機點，將可能以下列景點【成都、西安、重慶、北京】作為替換安排，**最終正確行程均須以航空公司實際發配為最終確認**，以上所有行程須以行前說明會資料為準，特此向貴賓說明，懇請理解見諒。2.由於西藏為軍方所管轄特殊自治區，軍方有權隨時開啟或封閉景點，或臨時徵收酒店使用、鐵道部亦有時會徵收車掛使用；當地旅行社有權以其他景點或同級酒店安排最妥適替代方案請貴賓們需有心理準備，保持理解地區性特殊性，並且請勿於當地談論政治批評藏人落後等言論，以免發生誤解！

168Play www.168play.com 一六八國際旅行社有限公司 168International Travel Service

Third Pole TIBET IMPRESSION www.168tibet.com

堅持品牌 專業 用心 品質