



中国万里行
曾兄弟最行



CHAN BROTHERS
GROUP OF COMPANIES

中国 CHINA
10天9晚

西藏 林芝 + 青藏铁路

TIBET NYNGCHI+ TIBET RAILWAY
LCN10T

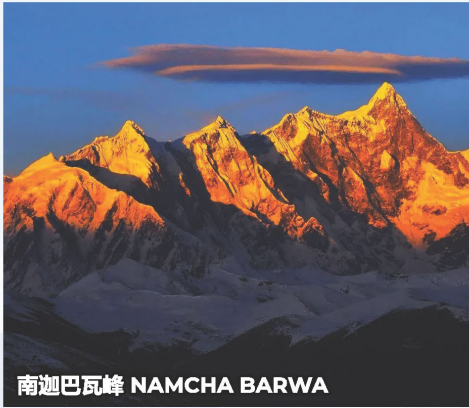


保证
无购物
纯玩品质游

成都 | 波密 | 拉萨 | 羊湖 | 西宁
CHENGDU | BOMI | LHASA | YANG TSO | XINING

10天9晚 西藏林芝+青藏铁路

LCN10T



南迦巴瓦峰 NAMCHA BARWA



青藏铁路专线 TIBET RAILWAY TO XINING



八角街 BARKHOR STREET

DAY 01 吉隆坡 - 成都 (机上用餐)

集合于吉隆坡国际机场，乘机前往四川省会—古称“巴蜀”的成都，抵达后入住酒店。
酒店：成都天府国际酒店或同级*

DAY 02 成都 - 林芝 (早餐/午餐/晚餐)

上午乘机飞往海拔仅 2500 米鲜花绽放、四季常青的西藏江南林芝，抵达位于西藏东南林芝八一镇南部雅鲁藏布江河谷地带五十五公里处的林芝机场，降落时可以观赏飞行航道丛林密布，山势突兀，河流纵横的雅鲁藏布江河谷旖旎美丽的风光。专业导游接机敬献哈达。林芝植被丰富海拔较低且含氧量较高，可更好的适宜游客经过一段时间的过渡逐渐适应高原气候。游览**巨柏树公园**，海拔3000米，园内1株巨柏的年龄已有2000-2500年之久，被当地人以“神树”之尊加以保护。誉为“活的文物”“世界柏树王”。2019年这株巨柏被世界认证机构审核确认为“界树龄最长的巨柏”。

酒店：林芝中恒藏吉喜玛酒店或同级*

DAY 03 林芝 - 波密 (早餐/午餐/晚餐)

早餐后，驱车翻越**色季拉山景区**，远眺中国最美的山世界第十五高峰**南迦巴瓦峰**。南迦巴瓦峰意为“直刺蓝天的战矛”，主峰高耸入云，北坡为万丈绝壁，充满了神奇的传说，是全世界最难攀登的山峰之一。接着观赏**鲁朗林海**，一览藏东原始森林自然风光。终年不化的雪峰冰川下是莽莽林海，使游客留连忘返。下午前往，**米堆冰川 (含电瓶车)**，游客可徒步至冰川脚下。米堆冰川，是由世界级的冰瀑布汇流而成，是中国三大海洋冰川之一，也是世界上海拔最低的冰川。米堆冰川冰洁如玉，与周围农田，村庄，森林，溪流构成一幅美丽的画卷。之后抵达波密。

酒店：波密恒鑫藏王酒店或同级*

DAY 04 波密 - 林芝 (早餐/午餐/晚餐)

早餐后，乘车前往观赏这帕隆藏布江的源头，被誉为“睡美人”的角色美景**然乌湖**。然乌湖狭长的湖面一直延伸到来古冰川，周围是茂密的森林，幽深的冰川，如茵的草甸，白雪皑皑的雪山倒影在如镜的湖中，千娇百态，如诗如画。

酒店：林芝中恒藏吉喜玛酒店或同级*

DAY 05 林芝 - 拉萨 (早餐/午餐/晚餐)

早餐后，前往拉萨，途中游览西藏最美丽的湖泊雪山森林环绕中被称为小瑞士的**巴松错**。巴松错又名错高湖，这是一个令人沉醉的地方，一泓晶莹柔美的湖水，有如童话般静卧在雪峰冰川下松软如床的湖畔碧草之上，宛若世外桃源，又似人间仙境。抵达巴松错后前往**错宗寺**游览和休闲徒步。接着继续穿越的**米拉雪山**经墨竹工卡和达孜平原前往**拉萨**，沿途观赏西藏最美的河流尼洋河谷旖旎的自然风光。拉萨是一座有着 1300 多年历史的古城，是西藏政治、经济、文化、宗教的中心。由于拉萨一年的日照时间很长，故被称为日光城。拉萨在藏语的意思是圣地，市内名胜古迹繁多。抵达拉萨后作高原气候适应性休息。

酒店：拉萨香格里拉大酒店或同级*

DAY 06 拉萨 (早餐/午餐/晚餐)

上午参观当今世界海拔最高的古代宫堡建筑群**布达拉宫**自公元七世纪以来历代达赖喇嘛驻地和西藏政教权力的中心。下午前往藏传佛教信徒心中的圣地，吐蕃古寺**大昭寺**，距今已有1350年的历史，大昭寺在藏传佛教中拥有至高无上的地位。大昭寺始建于七世纪吐蕃王朝的鼎盛时期，据传说是为了供奉一尊明久多吉佛像，即释迦牟尼 8 岁等身像。接着赴拉萨最热闹的步行街**八角街**手工艺品市场游览，浏览和选购各式充满民族特色和异域风情的手制品。在此穿上**传统特色藏装**由专业摄影师拍照，并赠送10张电子底片。晚餐特别安排西藏特有的高原风味菌类火锅。

酒店：拉萨香格里拉大酒店或同级*

DAY 07 拉萨 - 羊湖 - 拉萨 (早餐/午餐/晚餐)

翻越海拔 4900 米的冈巴拉雪山，远眺冈巴拉雷达站，前往世界上最高有天上圣湖美誉的**羊卓雍措**清澈的湖水和蓝天融为一体，陶醉、震撼并涤荡着你的灵魂。在藏人心中被看做是“神女散落的绿松石耳坠”，俯瞰羊卓雍措，不同时刻照射，会显现出不同层次，极其丰富的蓝色。湖水随光线变幻，演化成千变万化的蓝色。乘车返回拉萨，特别安排**夜游布达拉宫广场**，体会这座宫殿的庄严、神秘。夜幕降临，传递着藏传佛教千年秘密的布达拉宫，散发着无法言语的神秘魅力。

酒店：拉萨香格里拉大酒店或同级*

DAY 08 拉萨 - 青藏铁路赴西宁 (早餐/-/-)

早餐后，送往拉萨火车站，搭乘世界海拔最高的**青藏铁路专线列车**前往西宁。**火车上不含餐，用餐自理**全日搭乘世界海拔最高的青藏铁路专线列车前往西宁，**拉萨-当雄-那曲-安多-沱沱河-格尔木-西宁**沿着世界海拔最高、里程最长、景色最壮观的高原铁路，走过羌塘草原、错那湖、唐古拉山、戈壁红柳长江源、可可西里、昆仑山和青海湖，观赏青藏高原雪域风光，以及奔腾欢歌的藏羚羊、野牦牛和其它各种动物。

DAY 09 青藏铁路专列抵达西宁 - 成都 (-/午餐/晚餐)

列车沿唐朝文成公主进藏的唐蕃古道，黄土高原与青藏高原、汉文化与藏文化的分界线，沿着面积 4500 多平方公里，中国最大的内陆咸水湖青海湖湖畔贯穿青海抵达西宁，这是一段全景画般展现青藏高原雪域风光的精彩历程，是梦想者的心路之旅。上午抵达素有“青藏门户”之称的高原明珠城市**西宁**，乘坐旅游车前往黄河发源-**贵德阿什贡国家地质公园 (含观光车)**，多种多样的地质遗迹 反映了地质历史时期青藏高原的演化过程，也记录了黄河的发育史和贵德自然环境的变迁。贵德阿什贡国家地质公园被誉为“高原小江南”。之后搭乘内陆航班飞往成都。

酒店：成都新良酒店或同级*

DAY 10 成都 - 吉隆坡 (早餐/午餐/机上用餐)

早餐后，依约定时间，前往机场搭乘航班返回吉隆坡

备注：

行程若更改，需受公司的条款与细则所约束。

顾客尤其需注意以下事项：(1) 在公司无法控制的情况下，行程可能更改。(2) 指定城市的住宿需视客房供应情况而定。(3) 行程顺序可能更改。

(4) 不同团体可能合并成一团。(5) 若有更改不被接受，需遵守条款与细则中的退款规定。



米堆冰川 MIDUI GLACIER

🔦 旅游亮点 TOUR HIGHLIGHTS

林芝

- 巨柏树公园
- 色季拉山景区
- 南迦巴瓦峰
- 鲁朗林海
- 米堆冰川 (含电瓶车)

NYINGCHI

- Nyingchi King of Cypress
- Sejila Scenic Area
- Namcha Barwa
- Lulang Forest
- MiDui Glacier (including eco-car)

纳木

- 然乌湖
- 巴松措
- 纳宗寺
- 米拉雪山

BOMI

- Ranwu Lake
- Basong Lake
- Tsodzong Monastery
- Mila Mountain

拉萨

- 布达拉宫
- 大昭寺
- 八角街
- 穿上传统特色藏装由专业摄影师拍照
- 夜游布达拉宫广场

LHASA

- Potala Palace
- Jokhang Temple
- Barkhor Street
- Traditional Tibetan Attire
- Night Tour Of Potala Palace Square

青藏铁路赴西宁

- 拉萨 - 当雄 - 那曲 - 安多 - 沱沱河 - 格尔木 - 西宁

TIBET RAILWAY TO XINING

- Lhasa - Dangxiong - Naqu - Anduo - Tuotuo River Xining - Ge'ermu - and Xining

西宁

- 贵德阿什贡国家地质公园 (含观光车)

XINING

- The Guide Ashigong National Geopark (Including Eco-car)



贴心高原服务 Service

- 每人赠送两支氧气瓶
Each person will receive two oxygen cylinders
- 拉萨特别安排专业高原医生提供高原旅游医疗巡诊
Special arrangement of professional highland doctors for consultation service in the hotel



特色餐点 SPECIALTY MEAL

- 蘑菇养生汤锅 Wild Mushroom Hot Pot
- 贵德民族茶宴 Nepalese Food
- 当地风味 Local Cuisine
- 石锅鸡汤锅 Stone Pot Chicken
- 四川火锅 Shichuang Hot Pot



精选配套 RECOMMENDED OPTIONAL TOUR

- 大型实景剧《文成公主》：
人民币RMB400/人，成人/小孩同价
Princess Wencheng Show：
RMB 400 Per Adult/ Child same Price

*价格供参考，以实际价格为准

*price are for reference only, actual price is subject to confirmation



独特体验 EXCLUSIVE EXPERIENCES

- 舒适住宿入住3晚拉萨5星香格里拉大酒店或同级
- 乘坐世界海拔最高的 [青藏铁路专列] 饱览高原雪域风光, [保证软卧4人1房]
- 翻越色季拉山远眺 [南迦巴瓦峰], 沿途欣赏 [鲁朗林海] 及 [尼洋河谷] 自然风光
- 游览纳木错冰川下的西藏圣湖 [巴松措], [羊卓雍措]
- 参观是中国三大海洋冰川之一的 [米堆冰川]
- 世界海拔最高的古代宫堡式建筑群 [布达拉宫] 为历世达赖喇嘛驻地和西藏政教权力的中心
- 拉萨最热闹的步行街 [八角街] 手工艺品市场游览, [穿上传统特色藏装由专业摄影师拍摄]

- Enjoy comfortable accommodation with a 3-night stay at the Shangri-La Hotel or similar in Lhasa
- Take a ride on the Qinghai-Tibet Railway, the highest railway in the world guarantee of a Soft sleeper (4-berth train cabin)
- Enjoy the panoramic view of Mount Namcha Barwa, beauty of the Lulang Forest and the Niyang River Valley
- Visit and admire the sacred lake of Tibet, Basong Lake and Yamdrok Tso Lake
- The Potala Palace, the highest ancient palace in the world
- Visit one of China's three major marine glaciers MIDUI Glacier
- Explore Barkhor Street, the bustling pedestrian street in Lhasa.
- Special arrangement of professional highland doctors for consultation service in the hotel

*若中英文行程版本出现不符之处, 将以中文版本为依据。*图片仅供参考。*Pictures shown are for illustration purpose only.

