

【行程特色】

- ◆少數僅有的堅持: 1. 不進購物店 2. 晚上無自費行程
- ◆市場僅有一次玩遍阿壩州所有美景,木格措、新都橋攝影家天堂、八美羌族雕樓群、 丹巴美人谷、四姑娘山雙橋溝、亞丁景區、洛絨牛場、珍珠海,牛奶海,再無遺珠之憾, 不但省時、省力又省錢!







【亞丁景區】

亞丁風景區(全名:稻城亞丁風景區)位於四川省甘孜藏族自治州稻城縣香格里拉鎮亞丁村境內,主要由"仙乃日、央邁勇、夏諾多吉"三座神山和周圍的河流、湖泊和高山草甸組成,它的景致保持著在地球上近絕跡的純粹,因其獨特的地貌和原生態的自然風光,被譽為"中國香格里拉之魂",被國際友人譽為"水藍色星球上的最後一片淨土",是攝影愛好者的天裡,都有可能遇上漂亮的女孩,只不過美人谷的漂亮女孩比較多。堂。亞丁風景區不僅有壯麗神聖的雪山,還有遼闊的草甸、五彩斑爛的森林和碧藍通透的海子,雪域高原最美的一切幾乎都彙聚於此,這一切的一切都讓人流連忘返。如當地虔誠的藏民一樣,徒步轉山是感受亞丁風光的最好方式。不過由於亞丁保護區海拔較高,全程徒步還是需要相當的體力。亞丁,藏語



意為"向陽之地"。保護區內的三座雪山:仙乃日、央邁勇、夏諾多吉,南北向分佈,呈品字形排列,統稱"念青貢嘎日松貢布",意為:終年積雪不化的三座護法神山聖地。藏傳佛教中稱其為"三怙主雪山",是藏民心中的神聖之地。

【木格措】(全名:康定情歌木格措風景區),坐落于貢嘎山脈中段,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。木格措漢名野人海,又名大海子,是川西北最大的高山湖泊之一。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。

【新都橋】是攝影天堂,處在川藏線南北分叉路口,是一片如詩如畫的世外桃源。神奇光線,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,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"。

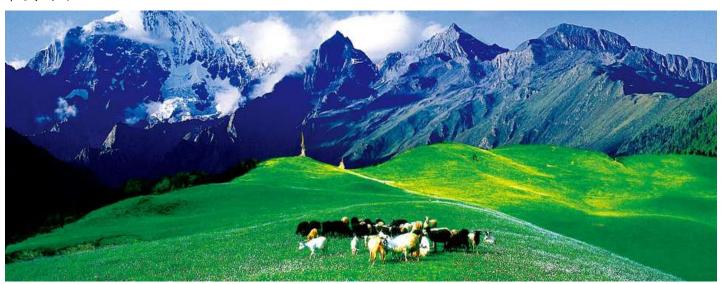
【丹巴美人谷】美人谷位於四川甘孜州丹巴縣,因為自古丹巴出美女所以就有了『美人谷』之稱。古老的康巴地區,大金川、小金川、革什紮河、東穀河和大渡河五條河流交匯之地。丹巴,一個未開墾的旅遊處女地,不僅有奇特的自然風光,更有純樸、美麗的人文景觀。丹巴藏語意為『岩石上的城市』,有言:『康定的漢子雄如山,丹巴的美女美如水』;不也跟咱台灣『阿里山的少年壯如山,阿里山的姑娘美如水』有異曲同工之妙?

【塔公】塔公意為"菩薩喜歡的地方",景區以高聳的雅拉雪山、起伏的草原和草原上金碧輝煌的"木雅經塔"為主要內容。塔公寺有"小大昭寺"之稱,是康巴地區藏民朝聖地之一。雅拉雪山又叫雅拉神山,藏區四大神山之一。





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。山以雄峻挺拔聞名,山體陡峭,直指藍天,冰雪覆蓋,銀光照人。山麓森林茂密,綠草如茵,清澈的溪流潺潺不絕,宛如一派秀美的南歐風光,人稱"中國的阿爾卑斯"。四姑娘山由四座相連的山峰組成,主峰么妹峰海拔 6,250 米,有東方的阿爾卑斯之稱,位於東經 102.9 度,北緯 31.1 度,是邛崍山脈最高峰。么妹峰南側毗連的有三姑娘峰(海拔 5,664 米),二姑娘峰(海拔 5,454 米,實際高度 5276 米),大姑娘峰(海拔 5,355 米,實際高度 5025 米)三座山峰。四姑娘中以么妹身材苗條、體態婀娜,現在人們常說的"四姑娘"指的就是這座最高最美的峰。





地點	航班	起飛時間	到達時間
高雄 🥗 河內	VN 587	08:40	10:25
河內 🥗 成都	VN 522	12:05	15 <mark>:</mark> 15
成都 🥗 河内	VN 553	16:15	17 <mark>:</mark> 25
河內 🥗 高雄	VN 586	18:40	22:00

飯店介紹















【成都希爾頓酒店】

位於成都高新技術產業開發區腹地,緊靠天府軟體園和世紀城新國際會展中心,地理位置極其優越。酒店的設計充分考慮到商務與休閒的需求,華美的建築中囊括 395 間配置齊全、裝飾豪華的客房與套房,完美融合經典優雅格調與現代時尚設計。先進的設施帶來便利、舒適的住宿體驗。790 平方米無柱大宴會廳,氣派非凡;公共區域提供 Wi-Fi 無線網路與寬頻接入;健身中心24 小時開放;更擁有成都最高的室內泳池,令您高人一等!



都江堰中心【智選假日酒店】位 於都江堰,距離都江堰古城不 500 米。所有客房均提供免費有 線網絡連接。酒店的每間客房均 配有平板衛星電視、空調和電燒 水壺。私人浴室配有吹風機和 費洗浴用品。其他設施包括書桌 和保險箱。2015 年開業

















【瀾峰大酒店】

2015 年開業 184 間房 位於丹巴五裡牌新區西河北路,臨近吉峰丹巴縣經銷點。客房寬敞整潔,房內現代化生活用品應有盡有,提供 24 小時熱水、獨立淋浴間、液晶電視、wifi覆蓋、小冰箱、浴缸等。 餐廳、咖啡廳為你提供美食佳釀。 棋牌室、KTV、茶室、桌球室、乒乓球室都是放鬆身心的好地方。











【雅江驛都大酒店】是四星級酒店。2016年開業 171 間房間分佈在 18-25 樓,酒店位於甘孜州雅江縣的木雅廣場,酒店設計風格採用現代藏式風,酒店地處甘孜自治州,擁有淳樸藏式建築特色的文化,基本上解決了過往住宿的難題,是旅客的福音!









康定【格桑花大酒店】溜溜城地 處四川省甘孜州的州府在地市 美麗的"跑馬溜"城康定城市的正中心,康定城市的正中心,康定城市的子邊,當地 片-"溜溜城"的旁邊,當內,高 村子人。"情歌大厦"內, 管議、宣會於一體的綜合性精品 個店,擁有 145 間(套)多種房 型,2016 年開業

















2010年開業140間房位康定康巴大酒店集餐飲、客房、商務、會務、休閒、康樂、旅遊於一體,酒店以其恢弘的氣勢、獨具特色的建築風格、豪華的裝修,鑄成了情歌故鄉一道風景線,不失為甘孜州的地標性建築之一。





第 1 天 高雄 🧀 河內 🧀 成都 🚟 都江堰

起飛前 1.5hr 前集合於小港機場搭機經越南【河內】轉機飛往歷史名城…【成都市】,成都地處中國內陸西南,由於特殊的地理環境和特殊的氣候,自古成都便有『天府之國』之美譽,也是古時各個朝代的兵家必爭之地。隨即前往造就天府之國的都江堰市.

早餐: (X)

午餐:機上簡餐

晚餐:中式合菜¥50

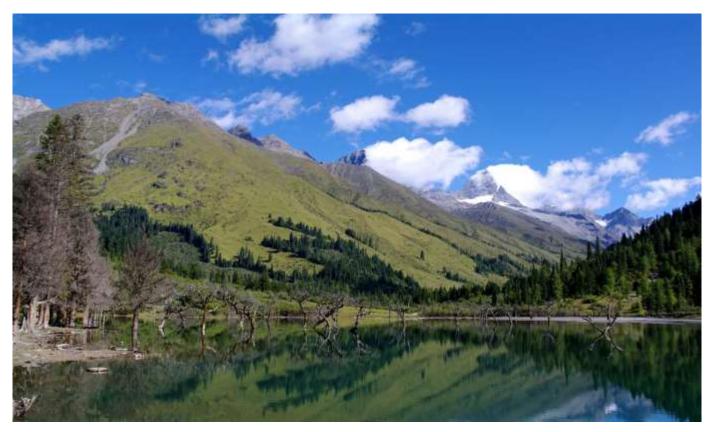
住宿:都江堰智選假日酒店 四星酒店

第2天 都江堰 🚟 日隆四姑娘山 4hr

早驅車前往映秀穿過臥龍山隧道前往【四姑娘山】核心景區由長平溝、雙橋溝、海子溝、 三條主溝組成。。途中翻越夢筆山是紅軍長征途中翻越的第二座大雪山。最低山口海拔 3900米,最高峰海拔 4470米,山頂終年積雪。四姑娘山位於阿壩藏族羌族自治州小金縣 與汶川縣交界處,由四座連綿不斷且長年被冰雪覆蓋的山峰組成:主峰麼妹峰海拔 6250 米,有東方的阿爾卑斯之稱,是邛崍山脈最高峰。麼妹峰南側毗連的有三姑娘峰(海拔 5355米),二姑娘峰(海拔 5276米),大姑娘峰(海拔 5025米)三座山峰。是邛崍山脈 最高峰。如同頭披白紗,姿容俊俏的四位少女。其中麼妹身材苗條、體態婀娜,常說的"四 姑娘"就是指這座最高最美的雪峰。四姑娘山巍然屹立,風姿綽約,被世人譽為"東方阿爾 卑斯"和"蜀山皇后"。

■景點介紹:長坪溝(含觀光車)、枯樹灘(唯一能見到四姑娘山全貌的地點)

【長坪溝】(含觀光車)、枯樹灘(唯一能見到四姑娘山全貌的地點)四姑娘山有三溝一山,長坪溝主要是生態遊。長坪溝溝口至溝尾長29公里,面積約100平方公里。在這條綠色長廊上,分佈了21個觀景點。長坪溝內的原始植物種類非常豐富,而且植被保存完好。成片的原始森林裡,古柏高大挺拔,青松枝密葉茂,杉樹、楊柳密密匝匝,遮天蔽日。頭上,陽光穿透樹冠,灑下萬縷金光;腳下,長滿青苔的沃土訴說著特有的幽靜與原始,儼然是一幅"林深不見人"、"清泉石上流"的詩情畫意般的美景圖。森林盡頭,豁然開朗,



只見一片草甸置於群山環抱之中,其間有一條溪流潺潺流淌,蜿蜒回轉,儼然進入另一番天地。雙橋溝,四姑娘山三溝之一,以雪峰、牧場、草地、森林見長。主要景點有陰陽穀、日月寶鏡山、五色山、攆魚壩、人參果坪、沙棘林、尖山子、九架海等。

早餐:酒店內

午餐:中式合菜 ¥50

晚餐:酒店合菜 ¥50

住宿:悅山度假酒店 全新四星

第3天 雙橋溝 黑甲居藏寨 丹巴 2.5hr

【雙橋溝】:雙橋溝至溝尾停車的位置海拔高度為3840米。雙橋溝的得名是因為當地老百姓為了便於通行,在溝內搭建了兩座木橋,其中一座是由楊柳木搭建而成,俗稱楊柳橋;另一座由紅杉木搭建而成,俗稱便橋。這裡是山峰的博覽會,是溝壑的陳列館。溝內的觀光車道直通溝尾,讓你能夠更加方便、快捷、舒適的遊覽全程。雙橋溝全長34.8公里,初步探測有17個觀景點,54個景點。景致如錦簇畫廊,令人流連忘返。加之山水相依,草木相間,雲遮霧繞,置身其中,宛若仙境。

※本景區有6個觀景站但會因當日入園人數多寡來決定停幾站,請大家見諒配合!

■ 甲居藏案 是康巴高原上一張靚麗的民俗風情名片;像鑲在高山草甸上的一顆明珠令人不禁流下貪色的口水!藏寨現有住戶 140 余家,其建築像群星般撒落在依山起伏向上的緩坡上,或星落棋布,或稠密集中,或在高山懸崖上,或在河壩綠茵間,不時炊煙嫋嫋,煙雲繚繞,若幻若真,別有天地。藏寨對岸,但見萬丈絕壁淩空筆立,縱橫連綿的群峰象徵一幅幅看不盡的畫廊,每座山峰都有一個美麗動人的神話傳說。以甲居藏寨為代表的"丹巴藏寨"被評為"中國最美的六大鄉村古鎮"之首。

丹巴,為甘孜州的東大門,嘉絨藏族的主要聚居地。由於女的一定是大美女,男的一定是挺拔帥氣的康巴美俊男,大人小孩老老少少無一例外,而被外界譽為"美人谷",來了肯定能見證這句美言!

早餐:酒店內

午餐:中式合菜 ¥50

晚餐:酒店合菜¥50

住宿:丹巴瀾峰大酒店 (豪華四星)



第4天 丹巴 塔公寺 झ 新都橋 雅江 4hr

素有**百里畫廊**美譽的【**犛牛谷**】,植物資源豐富,原始森林遮天蔽日,奇峰異石、天然盆景遍佈,急流險灘飛珠濺玉。

■ <u>遠觀検坡碉樓觀景臺</u>:於梭坡鄉河對岸觀看,建築奇觀的隘碉、烽火碉、寨碉、家碉,歷經歲月洗禮,依舊巍然屹立,令人難以想像古時情景。

頗具特色的嘉絨甲居藏寨、秀美的丹巴婦女、各式各樣的四角、六角,甚至十三角碉)。

■ 塔公寺 喇嘛教薩迦派著名寺廟之一,距今已有一千多年的歷史,是康巴地區藏民族朝拜的聖地之<u>塔公草原</u>地處康定西北塔公鎮,大雪山西側。夏秋之季,塔公草原風光如畫,在茵茵草地上,種類繁多的野花競相綻放,絢麗多彩。當遊客徜徉于花海之中,頓感飄飄欲仙。傍晚抵達新都橋鎮。新都橋處在川藏線南北分叉路口,這裡神奇的光線、無垠的草原、彎彎的小溪、金黃的柏楊、起伏的山巒、散落的藏寨、安詳的牛羊....構成了一幅多姿多彩的高原全景圖,因此也獲得了"攝影家的天堂"的美譽。

■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。又叫東俄羅,是一個鎮名,而不是一個景區。海拔約 3300 米,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"不脛而走。 ■折多山: 啞口最高海拔4962米。折多山位於四川省甘孜州境內,與康定縣城的海拔落差達1800米,是川藏線上第一個需要翻越的高山埡口,因此有"康巴第一關"之稱,折多山是大渡河、雅礱江流域的分水嶺,也是漢藏文化的分界線。"折多"在藏語中是彎曲的意思,寫成漢語就是"折多"二字,故折多山公路九曲十八彎,拐了一 彎又是一個彎!

再經由理塘縣、海子山前往稻城縣。這裡有廣袤的草原濕地,有康區歷史最悠久,規模最大的藏佛教黃教寺廟---【長青春科爾寺】寺廟建築依山而上,高低錯落,層次分明,大殿佛舍位於寺廟中央高處,體勢巍峨,拾級而上,給人以極目雲天,絕塵歸神之感。途經海子山冰河遺跡 是大大小小的的花崗石漂礫組成的石河、石海及形態各異的冰蝕岩盆(海子),目光所及沒有木、河流,就連野草也很稀少,蠻荒得像是火星表面。

餐食:早餐:賓館內

午餐:中式合菜 ¥50

晚餐:酒店合菜¥50

住宿:雅江驛都大酒店

(全新四星 目前是當地最好最貴的酒店)









第5天 雅江 器 稻成 器 亞丁 71

早上出發經理塘縣、海子山前往稻城縣。途中先後翻越高爾士山 4412 米,剪子彎山(465 9 米),卡子拉山(4718 米)等高山埡口。理塘縣海拔(4014)米,是世界上海拔最高的縣城,含氧量只有平原地區的 48%。這裡有廣袤的草原濕地,有康區歷史最悠久,規模最大的藏佛教黃教寺廟---【長青春科爾寺】寺廟建築依山而上,高低錯落,層次分明,大殿佛舍位於寺廟中央高處,體勢巍峨,拾級而上,給人以極目雲天,絕塵歸神之感。途經海子山冰河遺跡 是大大小小的的花崗石漂礫組成的石河、石海及形態各異的冰蝕岩盆(海子),目光所及沒有木、河流,就連野草也很稀少,鑾荒得像是火星表面。

早餐:酒店內

午餐:便當簡餐 ¥50

晚餐:酒店合菜 ¥50

住宿:亞丁智選假日酒店 (豪華準五星)

第6天 亞丁景區(三座聖山、洛絨牛場) 1hr

早上搭乘景區公車前往亞丁景區,抵達終點站後徒步 500 米至沖古寺電瓶車始發,由此乘電瓶車到達洛絨牛場。

■ 正丁洛絨牛場
■位於四川省甘孜藏族自治州稻城縣香格里拉鎮亞丁村境內,具有我國橫斷山區最獨特的雪山景觀和與之相適應的森林生態系統、高山湖泊、冰川寬谷、高原曲流、峽谷、草甸等,是附近村民放牧的高山牧場,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。其中主要由"仙乃日 5980 米(藏語觀世音菩薩)、央邁勇 5480 米(藏語文殊菩薩)、夏諾多吉 5950 米(藏語金手菩薩)"三座雪峰神山是景區的核心和周圍的河流、湖泊和高山草甸組成, 最完整的一處自然生態系統。洛絨牛場被三座神山環繞,貢嘎河從草場穿梭,林間溪流潺潺,與牧場木屋交相輝映,構成了一幅原始而











早餐:酒店內 午餐:便當簡餐 ¥50 晚餐:酒店合菜 ¥50

住宿:亞丁村扎西卓母酒店 (最新豪華民宿,就在景區內為明天的長征至少爭取了 2hr 的時間)

第7天 亞丁村 🚟 牛奶海 🚟 稻城 2hr

早上由亞丁村出發二次入景區挑戰牛奶海:今天的腳程由洛絨牛場/牛奶海往返約 7km路 6hr;或者可選由沖古寺棧道到洛絨牛場較輕鬆的健走。

■A.牛奶海:又叫洛絨措,位於央邁勇神山腳下的山坳裡,是一個面積不大只有 0.5 公頃,狀如水滴的古冰川湖。四周雪山環繞,湖水清瑩碧藍,湖畔則是一圈乳白色環繞,故稱牛奶海是四川亞丁地區的聖湖之一,海拔 4600 米。牛奶海湖水深淺不一,近岸由於湖底遠久植物的沉澱而略顯黑色,往裡面一些則是淺綠色的一帶,再深處則是碧綠色的水面,藍得透亮。陽光照耀在靜靜的湖面上,水面如寶石般熠熠閃光。從洛絨牛場到牛奶海約 4.5 公里,之間沒有景區電瓶車,只能徒步或者在洛絨牛場馬幫處租馬。騎馬往返約 2-3 小時,費用約¥500 元。徒步稍慢約需 3-4 小時。由於海拔較高,請根據個人身體狀況,自行斟酌。洛絨牛場到牛奶海和五色海有 2 種走法:1. 到了捨生岩,就往右邊的山坡走(坡度不陡),那裡路不明顯,但不要管,往上走就是了,這樣就先去五色海,往下可以看到牛奶海,這樣比較舒服。2.在捨生岩一直往前走,不往上,先到牛奶海,然









後在那裡的山坡往上,這裡的坡就陡一些,所以也會辛苦一些但也可選擇不上五色海, 自由度較高。

餐食:早餐:酒店內 午餐:便當簡餐 ¥50

晚餐:酒店合菜 ¥50

住宿:稻城雪域花園溫泉大酒店 (四星酒店)

第8天 稻城 झ 新都橋 झ 康定 7hr

早上由稻城縣出發,經桑堆鎮、理塘縣、雅江縣返回新都橋鎮。桑堆原本是個不起眼的小鎮,因有葒草灘而馳名中外。葒草灘是一動態美景,鎮上濕地的紅草,隨著季節的更迭不斷變幻色彩。陽光下的紅水草尤顯嫵媚,燦爛生輝。汽車從來時路繼續往回走,不斷移動變幻角度,先前觀賞到的高原美景又以不同的姿態——呈現在遊人面前,頻頻增添新意,令人賞心悅目!。

■**瀘定橋**: "瀘定橋"有人又稱"鐵索橋"。瀘定橋位於中國四川省西部的大渡河上。相傳康熙帝統一中國後,為了加強川藏地區的文化經濟交流而禦批修建此橋,並在









橋頭立禦牌。瀘定橋兩岸的橋頭古堡為木結構古建築,為中國獨有。

■大渡河:為岷江的一條支流,大渡河峽穀不但看到渾濁而洶湧的江水,黑色的崖石在峽穀兩旁的高天青岩之間,隱隱有山民居住的房屋和一條條鑲嵌在陡峭岩隙間的羊腸小山吃山,靠水吃水,以繩纜渡江,順天意而度日。生活的自然、相搏於天地的孤獨,卻同樣有著超出我們想像的艱辛

早餐: 酒店內

午餐:中式合菜 ¥50

晚餐:酒店合菜 ¥50

住宿:康巴大酒店 或最新的【溜溜格桑花酒店】

第9天 康定 🌉 雅西高速公路(天路) 成都 🚟 洛帶古鎮

■雅西高速: 最名符其實的「天」路,是位於四川省中南部的雅西高速公路,這條公路全長 240 公里,橋底至橋面落差高達 220 尺高,又有「雲端上的高速公路」之稱。是京昆高速公路(北京至昆明)在四川省境內的一段。它經由四川盆地邊緣向橫斷脈爬升,跨越青衣江、大渡河、安寧河等水系和12條地震斷層帶,山巒重疊、地勢險惡,幾乎沒有平地,只有超高的高架橋和總長41 公里的25座隧道結合而成,是全世界自然環境最惡劣,工程難度最高的高速公路之一。為了因應地形,其中一座「幹海子」大橋位於四川省中部的石棉縣境內,外型超像雲霄飛車軌道,總長1811 公尺,寬度24.5 公尺,最高橋墩達110m。另外一座「臘八斤特」大橋,全長1106m,從橋的底部到橋面高度達220m,相





當於73層樓的高度。

■洛帶古鎮上建於三國蜀漢時期,傳說因蜀漢後主劉禪的玉帶落入鎮旁的八角井中而得名. 鎮內 85%以上屬客家人,是四川客家聚集區的典型代表。洛帶古鎮是成都近郊保存最為 完整的客家古鎮,有"天下客家第一鎮"的美譽鎮內千年老街、客家民居保存完好,老 街呈"一街七巷子"格局,空間變化豐富;街道兩邊商鋪林立,屬典型的明清建築風格。

接著前往**敛善斎**享用,瘋迷每一位造訪成都遊人的味蕊,非吃不可!

早餐: 酒店內

午餐:中式合菜 ¥50

晚餐:欽善斎藥膳 ¥60

住宿:希爾頓大酒店 超奢華五星

第 10 天 雅安 🚟 成都 🞾 河內 🧩 高雄

■【彭鎮】老茶館街:以觀音閣老茶館坐落在成都市雙流縣彭鎮的一個小巷裡,2011 年秋, 隨《影像中國攝影網》赴川西采風,專程去了一趟。老茶館經歷了上百年的歷史,建築 結構保存完好。清朝末年這兒是一座寺廟,不知道什麼時候演變成了茶館,文革期間成 了"忠"字堂,直至現在,牆面上的標語口號,毛主席畫像依然十分清晰。在這裡有著 鮮明的時代印記,讓你有著不盡的回味。午餐後前往機場經河內飛返高雄

早餐: 酒店內

午餐: 巴國布衣 ¥50 晚餐: 機上簡餐

出發日期: 5月23、6月13

刷卡價: NT\$ 36,000 (不含證照費用、領隊導遊小費)

※應備基本資料:

1.護照:身份證正本、2 吋半身彩色照片兩張、退伍令(除役者免)·····NT\$1,400

2.台胞證:護照正本、身份證影本、2 吋半身照片一張(不可穿白色衣服)…..NT\$ 1,700



