



綜彩旅行社有限公司
Colorful TRAVEL SERVICE CO., Ltd

電話：02-2563-4633 & 02-2571-5838

傳真：02-2562-2269

地址：北市中山區松江路 152 號 6 樓 603 室

2019/05/15 或 05/24【稻城亞丁】12 日

~四姑娘山、木格措風景區、海子山、雅西高速、新都橋、海螺溝四姑娘山、

NT: 58,500 元/人含稅、導領&行李小費

◎全程無購物。

◎特別贈送~每人每天一瓶礦泉水。

◎特別行程~二進亞丁景區。

行程特色

稻城亞丁深藏於連綿山峰中，由高原雪峰、草原、溪流、河谷、湖泊所匯聚而成的河谷高原與原始自然保護區。稻城亞丁位於四川省與雲南省的交界處，海拔 3200-4150 公尺的高原地帶。9 月份稻城白天溫度大約 10-20 度，但亞丁保護區內溫度較低，晚上溫度可降至 4-6 度左右。這裏人煙稀少、正規旅行團絕跡，自然風光卻精彩絕倫，恍如仙境！亞丁八絕：八絕如下：古鎮、雪峰、湖泊。秋色、溪流、佛寺、藏寨、牧場。



海螺溝冰川國家森林公園 / 世界上僅存的低海拔冰川之一

在這冰天雪地的冰川世界裡，有溫泉點數十處，遊人可在冰川上洗溫泉浴。水溫介於 40-80℃ 之間，其中更有一股水溫高達 90℃ 的沸泉。冷熱集於一地，甚為神奇。

瀘定橋 鐵索橋

瀘定橋又稱鐵索橋，位於四川省瀘定縣大渡河上，相傳康熙帝統一中國後，為加強川藏地區的文化經濟交流而御批修建此橋，並在橋頭立禦牌。





康定情歌（木格措）風景區 / 四季景色變幻無窮

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。



海子山自然保護區 / 稻城古冰帽

海子山自然保護區位於稻城縣北部高原區，是青藏高原最大的古冰體遺跡，以“稻城古冰帽”著稱於世。其規模密度在中國是獨一無二的，因高山湖泊藏族又叫海子，所以得名海子山。



四姑娘山 / 東方聖山

四姑娘山雄峻奇異的山峰，鬼斧神工的地貌，豐富獨特的景觀，被譽為東方聖山，使她成為觀光者的勝地、登山者的天堂、

亞丁景區

亞丁村藏語意為向陽之地，因其日照時間長而得名，海拔3900米，有最後的香格里拉的美譽，香格里拉一詞最早出現於洛克的《消失的地平線》書中描繪的正是亞丁。





貢嘎郎吉嶺寺 雪山洲

稻城縣最大的黃教寺院，位於縣城正南60公里處，海拔3335公尺，寺前臨赤土河，背靠阿西山，依山傍水，環境宜人，貢嶺境內有三個終年積雪的貢嘎山雪峰，貢嘎郎吉嶺寺為理塘長青春科爾寺屬寺。該寺建築宏偉，壁畫精美，寺中存有五世達賴所贈彌勒銅像一尊，為珍貴文物。

參考飯店

特別安排~海螺溝貢嘎神湯度假酒店

四川貢嘎神湯度假酒店坐落在國家級地質公園、國家AAAA級風景名勝區海螺溝景區內，位於景區第一道山門與一號營地之間，是投資1.9億元分三期開發建設的大型溫泉療養酒店，在景區內投資規模大、檔次高、配套功能齊全，佔地面積約12萬平方米。總體設計優雅氣派，融自然環境與現代景觀為一體，其宮廷園林式賓館坐落在貢嘎神山群峰和原始森林環抱中，伴隨著冰川河谷的潺潺流水，彷彿置身於如夢如幻的仙景之中。別看這裡高山



流水，林郁蔥蔥，但一點也不潮濕，空氣含氧量特優，氣候宜人，夏無酷暑、冬無嚴寒，年平均氣溫18度。酒店內設有賓館、餐廳、茶坊、多功能會議廳保齡球館，高檔桌球，保健按摩中心等；可滿足客人多方面的需求。同時是一家可以自駕車進入的酒店，停車場可提供200個泊車位。這裡是集旅遊、度假、休閒、避暑、健身、療養、娛樂、朋友聚會、商務會議為一體的綜合型多功能旅遊療養勝地，是你步入綠色環保之旅，暢遊冰川，森林，溫泉之間享受天然、健康與神秘的絕佳去處。

參考地圖



航班參考

以下為本行程預定的航班時間，實際航班以團體確認的航班編號與飛行時間為準。

天數	航空公司	航班編號	起飛城市	抵達城市	起飛時間	抵達時間	飛行時間
第一天	國泰航空	CX465	桃園	香港	07:00	08:45	1H45
	港龍航空	KA886	香港	成都	10:05	12:40	2H35
第十二天	港龍航空	KA887	成都	香港	13:55	16:55	3H
	國泰航空	CX402	香港	臺北	18:35	20:30	1H55

行程內容

第一天 桃園→香港→成都

景點：□ 春熙路 □ 太古裡

今日集合於國際機場，由專人辦妥登機手續後，搭機飛往四川省省會、素有「天府之國」美稱的成都。抵達後，前往飯店休息。

【春熙路】是成都最繁華的商業街，也是中國大陸最知名的商業街之一，由春熙東路、春熙西路、春熙南路、春熙北路四條步行街組成。春熙路廣義上也指由它為中心發展成的春熙路商圈，商圈指總府路以南、上東大街以北、紅星路以西、鹽市口以東約 0.4 平方公里的地區，是成都老城區三大商圈之一。

【太古裡】毗鄰歷史悠久的大慈寺，接壤人潮湧動的春熙路商業區，成都遠洋太古裡是一座開放式、低密度的街區形態購物中心，以極其現代的手法演繹傳統建築風格，與散落其間的六棟保留院落和建築，及歷史性的街道交相輝映、相得益彰。國際視野與創新設計理念，使成都中心的市井風貌得以重現，同時又為這個傳統商圈注入了新的生機。眾多國際化的時尚零售、餐飲、文化品牌，帶來「快耍」與「慢活」雙重生活體驗。

早餐:自理 午餐:機上簡餐 晚餐:禪園素食養身宴 180RMB/人 (VIP 包廂)

住宿:五星保利皇冠或德姆或江皇冠或同級

第二天 成都→四姑娘山-長平溝(觀光車)(不含騎馬)

景點:□四姑娘山□長平溝

【長平溝景區】景區全程 29KM，游程約 4 小時：參觀喇嘛寺遺址，頭道坪、二道坪、唐柏古道、枯樹灘、藏族村寨、蟲蟲腳瀑布兩河口、紅石鎮、木驢子、蘑菇石、駱駝峰等景點，穿越原始森林，穿過小溪，遙望雪山，當然比較艱苦，在此溝內天氣晴好可以看到大姑娘、二姑娘、三姑娘及四姑娘山)。遠眺冰川後沿途返回日隆鎮。

溫馨提醒

此旅遊地區屬高原地區特殊路線，車程及住宿條件較一般沿海旅遊路線辛苦，全程上的住宿、用餐、車況比不上您過去旅遊地區像是沿海及華中一帶的條件，但是我們皆是在行程當中盡量為您安排較好、較佳的，讓您擁有一個美好的旅程。從您踏上高原土地的那一刻起，切記【慢、慢、慢】，慢慢走路、慢慢說話、慢慢沉思。如果您有輕微頭痛、頭暈、嘔吐等狀況，都屬於正常現象，通常第二天會慢慢好轉。如果症狀嚴重者，請即時通知導遊或是領隊人員。同時請隨身攜帶個人藥品和抗高原反應的藥。



早餐:飯店內

中餐:中式合菜 60RMB/人

晚餐:酒店中餐 80RMB/人

住宿:山度假酒店或意境渡江或同級

第三天 四姑娘山(日隆鎮)→雙橋溝(觀光車)→丹巴

景點:四姑娘山-雙橋溝-丹巴甲居藏寨-丹巴

【四姑娘山】景區；它地處小金縣與汶川縣交界處，由橫斷山脈中四座毗連的山峰組成，根據當地藏民的傳說，為四個美麗的姑娘所化，因而得名。四姑娘山以雄峻挺撥聞名，山麓森林茂密，綠草如茵，清澈溪流潺潺不絕，又是一派秀美的南歐風光，人稱“中國的阿爾卑斯”。主峰妹峰海拔 6250 米，山體陡峭，直指藍天，冰雪覆蓋，銀光照人，蔚為壯觀。山中的異樹、飛瀑流泉、草甸溪流交融成一幅奇異景觀。風景區內居住著藏、羌、回、漢等民族，藏族嘉戎文化源遠流長，那古老動人的神話傳說，熱烈隆重的祭祀慶典，悠揚悅耳的山歌，矯健歡快的鍋莊，片石壘就的寨樓，熱情好客的村民，還有香噴噴的青稞酒、酥油茶... ..構成了一幅濃郁的風土人情畫卷。

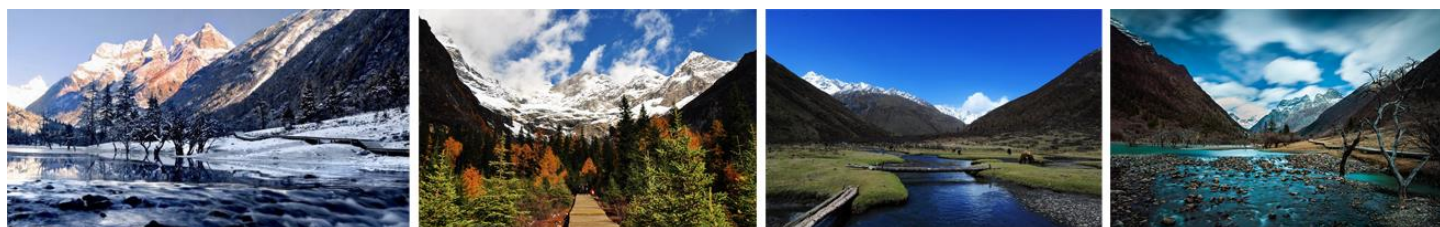
【雙橋溝景區】(全程約 30KM) 主要景點有：陰陽穀、遠眺五色山、日月寶鏡、人參果坪，沙棘林，盆景灘，棘林棧道，不達拉峰、紅杉林、獵人峰，牛棚子、牛心山。現景區內分三段，已開發 20 幾個景點，可觀看到十幾座海拔 4000 多米以上的雪山。前段為楊柳橋、陰陽谷、白楊林帶、日月寶鏡山、五色山等奇景。中段為攆魚壩，包括人參果坪、沙棘林、尖山子、九架海等景點。後段為牛棚子草坪和長河灘，內有阿妣山、獵人峰、血築牆垣、桫欏逸彩、牛棚子、長河壩等景點。其中古猿峰、獵人峰、鷹喙岩、金雞嶺這些大自然鬼斧神工創造出來的奇崖，讓人驚駭不已；五色山、望月峰、舍心岩、色情穀這些充滿神奇傳說的石，顯露著獨有的靈性。

【丹巴甲居藏寨】藏寨面積約 5 平方公里，居住嘉絨藏族 140 余戶，藏寨從大金河谷層層疊疊向上攀援，一直伸延到卡帕瑪群峰腳下。放眼望去，卡帕瑪群峰，象一位慈母敞開寬大溫柔胸襟，憑任山寨安然躺在懷中。甲居藏寨象群

星撒落般坐落在依山傾斜，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，搖搖晃晃，若幻若真，真可謂“別有天地非人間。藏寨對岸，但見萬丈絕壁凌空筆立，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故事。

注：（甲居藏寨若因交通管制不能前往，則現退門票）。

遊畢後驅車經過小金縣與丹巴縣之間的唯一通道【丹巴大橋】返回“千碉古國”及嘉絨藏族聚居的一丹巴縣。



早餐：酒店內

午餐：中式合菜 60RMB/人

晚餐：酒店中餐 80RMB/人

住宿：丹巴峰酒店或同級

第四天 丹巴→八美→塔公草原→新都橋-雅江

景點：中路景區（遠觀犁牛河谷、墨爾多神山、雅拉神山）-東谷天然盆景-塔公草原-新都橋

【遠觀梭坡古碉樓群】尋找嘉絨藏族聚居的丹巴的美人。丹巴素有“千碉之國”稱譽，全縣都有碉樓分佈，且主要集中在河谷兩岸。於“千碉古國”丹巴隔江遠觀丹巴藏寨及東方金字塔—【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，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。當地人們也因此相信，建造古碉非同一般的修房造屋可比，免不了一番驚天動地。

【遠觀犁牛河谷】藏語全稱為“夏學雅拉嘎波”（意為東方白犛牛山），系中國藏區四大神山之一。該山地跨道孚、康定、丹巴三縣，其西北面與塔公草原相連，形成雪山與草原交相輝映的壯美景觀。

【墨爾多神山】藏族最古老的宗教—黑教的神山，嘉絨藏族文化中心，藏區四大神山之一；亦是民族英雄的象徵，神山海拔 5105 米。據《墨爾多神山志》記載：山上共有一百零八個聖景，千餘處景點。丹巴的【甲居官寨】舊稱碉樓寨房；是嘉絨藏寨中最具特色的。尤以甲居、轟呷、革什紮和巴底鄉最為突出，幾百幢民居依山就勢、錯落有致地融於自然環境中，體現了天人合一的理念。遠遠看去，充滿靈氣的山谷中，翡翠般的青草綠樹之中，是那沉甸甸的田地和隱在密林深處的寨房，伴著時有時無的潺潺溪流，一幅富有動感的絕妙山寨畫卷隨之展示在你的眼前。驅車前往八美，沿途穿越素有天然盆景之稱的犛牛穀。

【塔公草原】欣賞壯闊的【塔公草原】，遊覽為紀念十世班禪大師而修建的【純金紀念塔（木雅金塔）】、【塔公寺】。塔公：塔公寺是一處藏傳佛教紅教的寺廟，是康巴地區的始祖廟之一，被當地信徒奉之為“小布達拉宮”，也是康巴的聖地。下午經“攝影天堂”的【新都橋鎮】（海拔 3450 米）

【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”。



早餐:酒店內

午餐:中式合菜 60RMB/人

晚餐:酒店中餐 80RMB/人

住宿：驛都酒店或雅礱江大酒店或同級

第五天 雅江→理塘→日瓦

景點：□途經剪子灣山 □理塘-長青春科爾寺 □海子山古冰川遺址

搭車翻越高爾寺山（主峰海拔 4412 公尺），跨越雅礱江峽谷，康巴小山城—雅江縣城，剪子灣山（主峰海拔 4659 公尺）卡子拉山（主峰海拔 4718 公尺），經世界高城，高原明珠—理塘縣（海拔 4000 公尺），觀毛垭大草原風光，經無量河，翻越傳說中龜兔賽跑—兔子山，途經青藏高原最大的古冰川遺址、稻城古冰帽—海子山自然保護區（主峰海拔 4500 公尺）。接著參觀長青春科爾寺，隨後驅車經稻城前往日瓦。

【途經剪子灣山】著名的剪子灣山，它的藏語名字叫“惹瑪那紮”，意為羊子山口。山口海拔 4659 米，是 318 國道經康巴地區的最高山口之一。在山嶺上千山萬壑盡收眼底的意境，領略一番茶馬古道的古風遺韻。

【長青春科爾寺】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 餘畝，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。

【毛垭大草原】毛垭大草原位於四川省甘孜州理塘縣縣城以西，群山的環抱之中，如海的草原鬱鬱蔥蔥，這就是毛垭大草原。夏日，湛藍的晴空下，牛羊成群，綠草連天，盛開的野花姹紫嫣紅，打一個滾就是一身花香；秋天，晴空高遠，雲朵潔白，草木金黃；冬日則是白雪皚皚，原馳蠟像。季節的變化賦予大草原無邊的神韻與風姿。

【海子山自然保護區-天外星球·千湖之山】位於稻城縣北部高原區，是青藏高原最大的古冰體遺跡，以“稻城古冰帽”著稱於世。總面積 3723 平方公里，其中理塘縣約佔 2/3，稻城縣約佔 1/3。保護區最低海拔 3400 米左右，最高海拔 5050 米，平均海拔 4000 米，保護區是古地中海隨喜馬拉雅山系隆起而抬升起來的高原丘陵，是青藏高原的一部分，保護區 1/4 為原古地中海海底石礫堆積，1/4 為川滇高山樅—楊樹，冷雲杉等主要樹種組成的原始森林，2/4 是高寒濕地—草甸—灌叢。區內共有 1145 個大小湖泊，其規模密度在中國是獨一無二的，因高山湖泊藏族又叫海子，所以得名海子山。

最佳拍攝季節：每年 5 月-10 月

溫馨提示：為了能拍攝出氣勢恢宏的景象，建議採用廣角鏡。拍攝天空時，還應使用偏光鏡，會使天空顯得更加蔚藍。



早餐:酒店內

午餐:高山鱈魚 80RMB/人

晚餐:酒店用餐 108RMB/人

住宿：稻城丁日松布酒店或同級

第六天

日瓦→亞丁自然保護區+含景區觀光車(沖古寺.仙乃日神山.珍珠海)
(不含騎馬, 不含電瓶車)

景點：□亞丁自然保護區+觀光車□沖古寺□珍珠海

【途經萬畝青楊林】二十多年前，稻城所在的位置，飽受沙塵之苦。為解決沙塵之苦，稻城縣民就在縣城周圍，進行了大規模植樹造林，這些的青楊樹，據說是當年稻城人民，每人一棵種起來的。經過全縣人民幾十年的努力，現在稻城縣城附近，已有近 3 萬畝的青楊樹林了，更被聯合國教科文組織收錄，譽為“生命禁區的奇跡”。青楊是川西高原一大特色樹種，稻城縣城周圍的萬畝河灘青楊林，是世界上海拔最高，造林面積最大的人工林。計畫造林 10 萬畝，目前已造林 3 萬餘畝，這是為改善生存環境而辛勤勞作的結晶。萬畝青楊林依山傍水，春天萬頃碧波，翠綠一片；秋天，樹葉變黃了，天宇間籠罩在一片金黃之中，不用修飾，就是一幅大自然風光畫。

【亞丁風景區】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。

【仙乃日】（意為觀世音菩薩）海拔 6032 米，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。

【央邁勇】（意為文殊菩薩）海拔 5958 米，晶瑩剔透，潔白無瑕，宛若一位端莊嫻靜、冰清玉潔的少女。

【夏諾多】（意為金剛菩薩）海拔 5958 米，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。

【沖古寺】海拔 3880 米位於仙乃日雪峰腳下，建寺年代已無從考證。該寺院已被嚴重毀壞，目前只剩下一片殘垣斷壁。在老寺廟旁建有一個二層房屋，有一個喇嘛負責管理過往旅客的入住（現在由於景區規定，很難再住進去）及保護周圍生態環境。一層為客房及喇嘛房間，二層為經堂，遊人不能上二樓。每日早上及下午喇嘛都要熏香念經，每當這時誦經聲和法鼓聲在寂靜的山谷中回響，使這裡顯得更加神聖和神秘。

此寺隸屬貢嘎朗吉嶺寺，根戈活佛派有紮巴在此念經頌佛，小經堂內供有泥塑釋迦。寺對面的山上有古代僧侶閉關修行之處，建在懸崖峭壁之上，有興趣，體力又好的話不妨沿小路上去探尋一番。

1928 年，美國探險家洛克來到亞丁進行考察時，曾在沖古寺住了三天。洛克先生透過寺院的小窗戶，沿著峽穀遠眺月亮下寧靜、祥和的亞丁村一據說，這就是希爾頓筆下香格里拉中美麗的藍月山谷的原型。

沖古寺既是觀賞三座神山~仙乃日、央邁勇、夏諾多吉的必經之地，也是當地藏族轉山儀式的出發地。此外沖古寺前的沖古草坪風景一流，並且在此可以以很好的角度觀賞到仙乃日和夏諾多吉。

【珍珠海-卓瑪拉措】又叫“珍珠海”或“度母海”，傳說是仙乃日左邊白度母的魂湖。卓瑪拉錯海拔約 4100 米，面積約 0.75 公頃。很久以前原是仙乃日腳下的一個大湖，後來因為決堤，湖泊變小，只剩下了現在的小海子。美麗的卓瑪拉措，像一顆鑲嵌在蓮花寶座上的綠寶石，碧波蕩漾，水天一色。雲影波光中，透出無限清麗。湖畔四周，參天巨樹，蒼

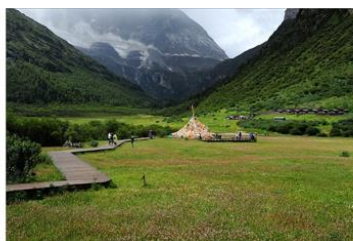
翠如屏。春天湖邊簇簇杜鵑花，燦爛如織，湖面上飄滿繽紛的花瓣，景色宜人；秋天，層林盡染碧波倒影出斑斕五彩的世界，美景與倒影渾然天成，令人目迷神馳。

*** 當天提示：**

亞丁景區氣候變化不定，請帶上雨衣和手套，騎馬必須由馬夫牽方能騎。身體精神狀態好的可以去牛奶海和五色海(自費騎馬)。海拔 5000 公尺左右，路況較差，有些地方和攀岩差不多，兩地落差較大，那裏條件較為艱苦去過的人也不多，但風景異常美麗，正所謂“無限風光在險峰。(前往牛奶海.五色海騎馬屬於自費,若時間允許可斟酌現況前往,自費騎馬費用不一,約 350-450 人民幣左右請自行斟酌協議參考)

【稻城】位於四川西南邊緣，甘孜藏族自治州南部，古名“稻壩”。藏語意為山谷溝口開闊之地。南北長 174 公里，東西寬 63 公里。境內最高海拔 6032 米，最低海拔 2000 米，垂直高差達 4032 米。縣城海拔 3750 米。東南與涼山州木裡縣接壤，西界鄉城縣並與雲南省中甸縣毗鄰，北連甘孜州理塘縣，距康定 432 公里，距成都 800 公里，距雲南省中甸縣 330 公里。稻城高原是由橫斷山系的貢嘎雪山和海子山組成。兩大山脈坐落南北，約佔全縣面積的三分之一。地形，北高南低，西高東低，群山起伏，重巒疊嶂，逶迤莽蒼。

境內三大河流，分別為稻城河，赤土河，東義河。支流有巨龍河，俄初河等，均匯木裡縣水洛河注入金沙江，屬由於特殊的地理結構和氣候特點，長期以來，因地處偏遠，交通不便，人跡罕至，同時也得益於深厚的宗教文化，最後的-稻城亞丁的自然環境得到較好保護，是未經人類觸動的一片淨土。



早餐:酒店內

午餐:精美餐盒 68RMB/人

晚餐:酒店合菜 108RMB/人

住宿：稻城丁日松貢布酒店或同級

第七天

亞丁風景區(觀光車+電瓶車)沖古寺.洛絨牛場.仙乃日神山.央邁勇.夏諾多吉神山-稻城 (不含騎馬)

景點：二進景區→觀三座神山.洛絨牛場(含亞丁保護區觀光車+電瓶車)

【亞丁景區】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。

【仙乃日】（意為觀世音菩薩）海拔 6032 米，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。

【央邁勇】（意為文殊菩薩）海拔 5958 米，晶瑩剔透，潔白無瑕，宛若一位端莊嫻靜、冰清玉潔的少女。

【夏諾多吉】（意為金剛菩薩）海拔 5958 米，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。

【俄初山】藏語意為「閃亮之山」，俄初山-色彩濃烈的巨幅油畫，地處亞丁景區以北，距香格里拉鄉 25 公里，海拔 5146 米。俄初山山形平緩、森林廣袤，山上風雲變幻莫測。每年 10 月，初霜便降臨于俄初山的山嶺峰穀，雪線以下的林濤樹海換上了秋的盛裝。山楊的金黃、落葉松的鵝黃、槭樹的鮮紅、冷杉和雲杉的黛綠交織在一起，黃的明麗，紅的嬌豔，綠的和諧，製造出五彩繽紛、如夢似幻的色彩。秋風乍起，滿山遍野的山楊樹樹葉不停地晃動，在陽光折射下如繁星閃耀，極為壯觀，“閃光的山”由此而來。這一幅幅絕倫無比的經典畫作，讓你不敢相信自己眼裡看到的美景，居然真實的存在。

最佳拍攝季節：每年的 9 月中旬-10 月底

小貼士：拍攝俄初山時要注意光線與雲層的變化，拍出的 PP 才会有層次感，對比度更強，PP 也會更美

*【牛奶海 4500 米】藏語稱“為熱錯”、“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。上方有大片的冰川，傳說牛奶海是能治癒聾啞怪病的聖湖。

*【五色海】五色海藏語名為「木底措」，位於牛奶海上方，仙乃日與央邁勇之間。因在陽光照射下，會產生五種不同的顏色而得名；五色海海拔 4500 米，湖面呈圓形，湖水清澈，殊為壯觀。五色海是當地人心中的神湖，據稱能「反演歷史，預測未來」，佛教典籍中盛讚該湖，稱其與西藏的羊卓雍措齊名。

當天提示：(當天景點視個人體力而適度調整增減之,亞丁景區氣候變化不定，請帶上雨衣和手套)

PS: 牛奶海及五色海為非正規內行程。海拔 5000 公尺左右，由洛絨牛場單邊步行約 3.5 小時，路況較差，有些地方和攀岩差不多，兩地落差較大，那裏條件較為艱苦去過的人也不多，遊客請視體力酌請選擇遊覽.並注意高原安全.騎馬費用自理.並注意費用落實問題以免受騙損失.

早餐:酒店內

午餐:飯盒便餐 68RMB/人

晚餐:酒店中餐 100RMB/人

住宿：稻城-雪域花園溫泉酒店或同級

第八天 稻城→雅江→新都橋 3300

景點：貢嘎郎吉嶺寺、紅草地、赤土河谷

【貢嘎郎吉嶺寺】貢嘎郎吉嶺寺寺臨赤土河，背靠阿西山，依山傍水，環境宜人，貢嶺（雪山州的意思）貢嶺境內有三個終年積雪的貢嘎山雪峰，寺廟建於明崇禎 15 年（西元 1642 年），由甲布康珠羅絨顛回創建，寺內藏有五世達賴贈送的“向巴”佛像一座，有 300 多年歷史。

【紅草地】秋季時紅彤彤的景致映入眼簾，紅得那麼熱烈，那麼豔麗，也那麼醉人。在或黃或綠的白楊樹的襯托下，燦燦生輝，嫵媚無比。後我們前往稻城：據說最後的“香格里拉”就在這裏，這裏的雪峰、峽穀、草原、湖泊、寺廟，如希爾頓筆下的人間桃源，村莊裏人民和平相處，多彩多姿的民俗民風，彷彿世外桃源，一處現代人夢寐以求的聖地。

【赤土河谷】沿途迷人風光，欣賞晨暉中景色如畫的小橋、流水、人家、藏式民居風光，感受濃郁高原藏家風情。之後翻越古冰川遺跡海子山到達新都橋，令人神往的“光與影的世界”攝影家的天堂”。（註：新都橋住宿條件有限；但“攝影天堂”的美譽使您不虛此行。



早餐:酒店內

午餐:中式合菜 60RMB/人

晚餐:酒店中餐 80RMB/人

住宿：新都橋攝影天堂大酒店或香奈星夢酒店同級或同級

第九天

新都橋→康定

景點：木格措風景區(含觀光車)

【木格措】(全名：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 AAAA 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。

主要景點：

【芳草坪】芳草坪面積約 10000 餘平方米，她像一面艷麗的地毯，鋪在群山密林間。芳草如茵，野花遍地，那幽香沁人的野花會醉倒遠道而來的遊客。這裡既是激情的樂園，康定情歌主人公的愛情故事也是從這裡開始的；芳草坪也是揚鞭躍馬和耍壩子的天然樂園。

【七色海】湖景一絕— 七色海。

七色海海拔為 2600 米，是一處湖水與溫泉交融的高原湖泊。湖面呈月牙形，面積約 20 公頃，水深 20 餘米，周圍由森林、草甸環繞，清雅幽靜，湖水清澈透明，隨陽光天氣變化湖水色調呈七色變化，七色海因之得名。清晨的湖面如鏡子般平靜透亮，倒映著藍天、白雲、高山和白雪；傍晚夕陽西斜時，波光粼粼的湖水如金子般閃耀。不同的季節可欣賞“雙霧墜海”、“木格夕照”、“蓮花繞霧”、“駝峰倒映”等湖光山色。七色海是冷泉與溫泉交融的共生湖。湖右側，水底泉眼吐珠噴玉，熱霧裊裊，水溫高達 67℃，是洗浴療疾的好地方。七色海東南密林中，有衛星湖“情海”。情海周圍林叢嫵媚，萬木千柔，小巧玲瓏的情海悄悄地藏在翠林花叢中。湖邊，林鳥喁喁，山風輕佛，是情侶依偎，談情說愛的桃園幽靜。

七色海對面的山叫駝峰山。相傳很早以前，一隻神靈的駱駝在飽經茫茫戈壁缺水之苦後，隻身逃出沙漠，途徑此地，被波光粼粼的七色海所迷住，於是便伏頭於水中，美美暢飲。至今，駱駝的頭仍還伸在水中，只露出高聳的駝峰挺立於蒼穹之下。七色海左側，碧空下雪峰挺拔，銀光閃爍，聖潔而神秘，其狀恰如觀音菩薩足下的蓮台，故名蓮花山。相傳，唐僧西天取經，途徑煙波的大海子，觀音菩薩令烏龜精馱唐僧師徒渡海西行，烏龜精行至海子中間，噁心突起，掀翻了背上的唐僧師徒，妄圖阻攔他們西天取經；幸好神通廣大的孫悟空從西天請來觀音菩薩，收伏了烏龜精，唐僧師徒才得以繼續西行。觀音菩薩令烏龜精改惡從善，從此鎮守大海子。菩薩怕烏龜精以後再起歹心，便留下了足下的蓮台鎮邪。進入景區時，便可以看見“烏龜鎮海”的奇觀，那烏龜深處的頭正對著蓮花山叩拜於地，而北面的雲天上，雪峰簇簇，恰如：“唐僧西行”，栩栩如生。

【杜鵑峽】杜鵑峽是橫系康定情歌(木格措)景區的一條絢麗腰帶。杜鵑峽東連七色海，西接野人海，峽穀長 8 公里。峽穀中，溪澗時而奔流，時而舒緩，飛珠濺玉，溪岸兩邊林木蔥鬱，尤以原始杜鵑林引人注目。這裡的杜鵑花千姿百態，艷麗多彩。杜鵑峽將溫泉、湖泊、草坪、奇峰異石和激流飛瀑緊緊繫在一起，峽穀內呈現出濃郁的原始自然風光。行走其間，令人心曠神怡。

【藥池沸泉】康定情歌(木格措)風景區溫泉四絕—藥池沸泉。藥池沸泉距七色海 3 公里，海拔 3500 米。這裡僅高溫噴泉眼就有 20 多處，最高水溫高達 90℃，其熱源來自地殼深處 200℃的熱蓄區，水質含有多種對人體有益的微量元素，屬鋰、鋁、偏矽酸、碳酸優質天然濃礦泉。不同泉眼分別對治療眼疾、胃病、風濕等各具獨特療效。早在清朝年間，康定明正土司就曾長期派差役到此取水，藉以治

療疾患，延年益壽。

【**木格措（野人海）**】木格措又名野人海，又名大海子，是川西北最大的高山湖泊之一。水域面積近 4 平方公里，水深逾 70 米，海拔 3700 米。木格措四周被群山、森林、草原環抱，紅海、黑海、白海等幾十個個小海子圍繞著她，猶如眾星捧月。木格措出海口左面的山峰名犀牛峰，月明星稀的夜晚，如水的月光潑灑在山峰上，那柄朝天的犀牛角會發出銀色的寒光。

【**金色沙灘**】木格措左側的金色沙灘被譽為愛情灘，是木格措的一大亮點。其沙細柔軟，自然呈現金黃，在川西高原地區，於湖泊周圍自然形成乃屬罕見。

【**紅海草原**】紅海草原因高山湖泊—紅海而得名，當地藏民將紅海稱之為“小海子”，以區別於被稱之“大海子”的木格措。紅海草原這裡芳草如茵，野花遍地，讓遊客親身體驗那幽香沁人的格桑花就在雪山下的絕世美景。從康定到達木格措景區，可從木格措聖湖上乘坐遊船，通往對岸的紅海草原。



早餐:酒店內

午餐:中式合菜 60RMB/人

晚餐:酒店中餐 80RMB/人

住宿：康定溜溜城格桑花或同級

第十天

康定→瀘定→海螺溝(原始森林.冰川.景觀纜車+觀光車) - 冰川貢嘎溫泉

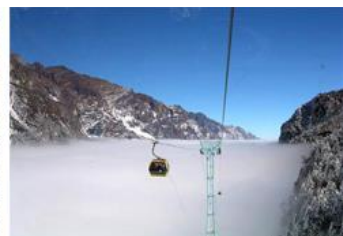
景點：瀘定鐵橋、海螺溝風景區

【**瀘定鐵橋**】瀘定橋又稱為鐵索橋，是中國古代橋樑建築的傑作。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御批修建此橋，並在橋頭立禦牌。瀘定橋兩岸的橋頭古堡為漢族木結構古建築，為中國獨有。該橋始建於清康熙 44 年(1705 年)，建成於康熙 45 年（1706 年）。康熙禦筆題寫“瀘定橋”，並立禦碑於橋頭，橋長 103 米，寬 3 米，13 根鐵鍊固定在兩岸橋台落井裡，9 根作底鏈，4 根分兩側作扶手，共有 12164 個鐵環相扣，全橋鐵件重 40 餘噸。兩岸橋頭堡為木結構古建築，風貌獨特系國內獨有。自清以來，此橋為四川入藏的重要通道和軍事要津。1935 年 5 月 29 日，中國工農紅軍長征途經這裡，以 22 位勇士為先導的突擊隊，冒著敵人的槍林彈雨，鐵索橋上匍匐前進，一舉消滅橋頭守衛。1935 年，中國工農紅軍在長征途中“飛奪瀘定橋”，使之成為中國共產黨重要的歷史紀念地。1961 年，瀘定橋被中華人民共和國國務院公佈為第一批全國重點文物保護單位，左右兩邊各 2 根，是橋欄，底下並排 9 根，鋪上木板，就是橋面。每根鐵鍊由 862 至 997 個熟鐵手工打造的鐵環相扣，總重量達 21 噸。底鏈上鋪滿木板，扶手與底鏈之間用小鐵鍊相連接，這樣就 13 根鍊為一個整體。屬於全國重點文物保護單位。

【**海螺溝風景區**】海螺溝位於四川省甘孜藏族自治州東南部，貢嘎山東坡，是青藏高原東緣的極高山地。海螺溝位於貢嘎雪峰腳下，以低海拔現代冰川著稱於世。晶瑩的現代冰川從高峻的山谷鋪瀉而下。飛起三百萬，將寂靜的山谷裝點成玉潔冰清的瓊樓玉宇；巨大的冰洞、險峻的冰橋，使人如入神話中的水晶宮。特別是舉世無雙的大冰瀑布，高達 1000 多米，寬約 1100 米，比著名的黃果樹瀑布大出十餘倍，瑰麗非凡。海螺溝風景區是亞洲最東低海拔現代冰川發現地，海拔 2850 米。其大冰瀑布高 1080 米，寬 0.5 米—1100 米，是中國至今發現的最高大冰瀑布。溝內蘊藏有大流量沸熱溫冷礦泉，大面積原始森林和特高的冰蝕山峰，大量的珍稀動植物資源，金山、銀山交相輝映，蔚為壯觀。

貢嘎山主峰脊線以東為陡峻的高山峽穀，地勢起伏明顯，大渡河咆哮奔流，穀窄水深，崖陡壁立。在水準距離不足 30 公里達 6500 餘米的高差形成舉世罕見的大峽穀。海螺溝景區就位於峽穀之間。這裡地形複雜，氣候類型特殊，山下長春無夏，鬱鬱蔥蔥。氣候宜人，年平均氣溫在 15 攝氏度左右。山頂終年積雪，年平均氣溫在 -9 攝氏度左右。

前往海螺溝景區門票口，接著搭乘環保車進入位於貢嘎山雪峰腳下的海螺溝景區，直達【三號營地】。貢嘎山海拔 7 5 5 6 米是四川省的最高峰，被稱為“蜀山之王”。抵達後，步行至纜車站搭纜車至觀景台欣賞大冰瀑；大冰瀑的面積相當於黃果樹瀑布的 1 5 倍，由無數碩大的冰塊組成，據稱是我國最大的冰瀑布。海螺溝一號冰川，高 1080 公尺，寬約 1100 公尺，規模巨大，氣勢輝宏，是目前中國與亞洲地區最大的冰瀑，這裡終年都有頻繁的冰崩、雪崩，當您在海螺溝大冰瀑前方的警戒區以外「距離大冰瀑 3 公里處」觀看冰崩時，只見藍光閃耀、冰雪飛舞、響聲隆隆、氣勢磅礴、震撼天宇。隨後搭乘環保車返回海螺溝景區門口，今日入住位於景區第一道山門與一號營地之間貢嘎神湯溫泉酒店，它是景區內投資規模最大、檔次最高、配套功能最齊全的溫泉酒店；在此您可悠閒的在飯店內享受戶外泡湯。



早餐:酒店內

午餐:中式合菜 60RMB/人

晚餐: 酒店用餐 80RMB/人

住宿:貢嘎神湯溫泉度假酒店或同級

第十一天 海螺溝→ 雅西-天路雲端高速-成都（若雅西高速交通管制，則改走二郎山隧道）

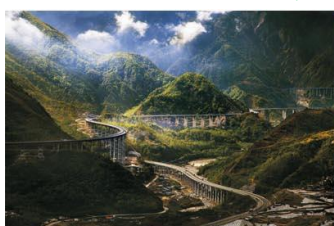
景點：車遊雅西高速、栗子坪雙螺旋天路景觀、芙蓉國粹川劇變臉秀

如果有人問，大陸的天路是哪條，可能很多人會說是青藏鐵路，但你也許不知道大陸還有一條真正的「天」路，被比喻為「雲端上的高速公路」，也被稱作是高速公路建設史上的「逆天工程」，它就是從四川省中南部的雅安市到涼山彝族自治州首府西昌的雅西高速公路。它經由四川盆地邊緣向橫斷山脈爬升，跨越青衣江、大渡河、安寧河等水系，山巒重疊、地勢險惡，是全世界自然環境最奇特，工程難度最高的高速公路之一 **雅西高速**

【雅西高速】位在四川的雅西高速公路沿途穿越深山峽穀，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，外型超像雲霄飛車軌道，另外一座「臘巴斤特」大橋，從低到高，差距 220 公尺，相當於 73 層樓的高度，因此這條雅西高速，被比喻為「雲端上的高速公路」。整條高速公路線展布在崇山峻嶺之間，山巒重疊，地勢險峻，每向前延伸一公里，平均海拔高程就將上升 7.5 米，被稱作“天梯高速”、“雲端上的高速公路”。雅西高速公路項目完成的五大代表性控制性工程創造了多個國內外第一：

原一是臘八斤連續剛構特大橋、二是大相嶺泥巴山隧道，三是幹海子和鐵寨子雙螺旋隧道。此為國際首創的雙螺旋小半徑曲線型隧道，四是幹海子特大橋，該橋在國內公路建設史上首創鋼管桁架連續梁輕型橋樑結構，五是瀑布溝庫區橋樑群。這是世界上最壯觀的庫區橋樑群之一，路段長 22 公里，其中橋樑 16 座長 14 公里;三座跨大渡河特大橋，橋型各異，與湖水相映成畫，在懸崖絕壁間三次飛跨大渡河。

抵達成都後用完晚餐前往觀賞芙蓉國粹川劇變臉秀。



早餐:酒店內	午餐:中式合菜 60RMB/人	晚餐:皇城老媽火鍋 150RMB/人
住宿:五星希爾頓國際酒店或萬豪首座國際酒店或同級		

第十二天	成都→香港→桃園
------	----------

本日專車前往成都雙流機場搭客機返回台灣溫暖的家。

早餐:酒店內	午餐: (KA 不含午餐)	晚餐:機上輕食
住宿：溫暖的家		

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