

★☆☆大理、麗江、中甸 七晚八天★☆☆

(無購物、無自費)

參考航班:

日期	航段	航班	起飛時間	抵達時間
	桃園-麗江	MU 5092	14:30	17:55
	麗江-桃園	MU 5091	10:00	13:25

參考行程:

第一天 台北/麗江

今日集合於桃園國際機場，搭乘豪華客機飛往麗江。麗江市是中國雲南省西北部的一座地級市，2002年全市總人口111萬人，其中的麗江古城區是中國罕見的保存相當完好的少數民族古城，因為集中了納西文化的精華，並完整地保留了宋、元以來形成的歷史風貌，1997年12月4日被聯合國教科文組織列為世界文化遺產，也被國務院列為國家歷史文化名城。麗江自古以來是絲綢之路和茶馬古道的中轉站，麗江有建於南宋的麗江古城，納西族名稱叫鞏本知，鞏本為倉廩，知即集市，麗江古城曾是倉廩集散之地。

早餐	午餐	晚餐
X	X	虹鱒魚宴 60RMB/人

住宿：★★★★★祥和一號酒店 或 同級

第二天 麗江/大理 【石門關地質公園(電瓶車+玻璃棧道)】、【大理古城(不含電瓶車)】、洋人街



【石門關地質公園】大理蒼山石門關旅遊景區，位於蒼山西坡漾濞彝族自治州縣境內，是蒼山世界地質公園、國家級自然保護區、國家級風景名勝區的重要組成部分；以“雄、險、奇、秀、幽”而著稱，有久享盛譽的霧鎖石門、福國晚鐘、澄明虛谷、崖澗幽蘭、霞客忘歸、碧潭濺玉、萬卷天書、凌雲棧道、玉皇涌翠、蒼山夕照等景觀。隨着石門關旅遊綜合開發項目的穩步推進，將成為集生態休閒、溫泉養生、康體度假、科考探險等為一體的旅遊目的地和精品旅遊景區。

【大理古城】大理古城位於雲南省西部，又名葉榆城、紫城。古城其歷史可追溯至唐天寶年間，南詔王閣邏鳳築的羊苴咩城，為其新都。古城始建於明洪武十五年（1382年），占地面積3平方公里。大理為1982年2月8日國務院公佈的中國首批24個歷史文化名城之一。大理古城在唐、宋500多年的歷史間是雲南的政治、經濟、文化的中心，在古城內分佈了14處市級以上的重點文物保護單位，承載著大理歷史文化、宗教文化、民族文化，是大理旅遊核心區。

【洋人街】大理洋人街位於大理古城護國路，西起滇藏公路。在古城，大理洋人街原名“護國路”，意為民國初雲南人民反對袁世凱稱帝，起兵護國而得名。護國路東西走向，長1000米，寬7米，青石板鋪面，西起滇藏公路，交博愛路，復興路等主要街道。

早餐	午餐	晚餐
酒店內	徒步客棧合菜 RMB50 /人	紮西德勒風味餐 RMB60/人
住宿：★★★★★ N 度 HTL 或 同級		

第三天 大理/麗江 【崇聖寺三塔(遠觀不進)】、【洱海大遊船、大理喜州白族民居(三道茶歌舞表演)】



【崇聖寺三塔】三塔矗立於崇聖寺大門前，寺東為千尋塔，即大塔，南、北為小塔，排列成三角形。大塔名曰千尋塔，全名「法界通靈明道乘塔」。建於南詔蒙勸豐佑時期（823年—859年），即唐長慶四年到開成四年。千尋塔高58米，為16層方形密檐式磚塔，塔內空心，置有似「井」字形交叉木骨架，可以攀登塔頂；塔身下部為石砌台基，高1.1米，上層台基為磚砌須彌座，高1.9米。屬於典型的唐代建築風格。千尋塔西，等距約70米遠的地方，有南北兩座小塔，建於大理國時期，即在五代末宋代初期，高約42米，為十級八角形密檐式空心磚塔。在主塔台基石砌照壁上，嵌有明代萬曆年間黔國公沐英之孫沐世階書寫的「永鎮山川」四字。三塔處於地震頻繁地區，千百年仍巍然屹立，1961年崇聖寺三塔被列為全國文物保護單位。1979年維修三塔時，曾在千尋塔內發現了寫經、經卷、銅鏡和金、銀、木、水晶等佛像，各種藥材共600餘件。

【洱海大遊船】洱海遊船分公司擁有杜鵑號、蒼山號、大運號、洱海一號、洱海二號等大型豪華雙體旅遊船，它是洱海水上市場的旅遊企業。豪華遊船是雲南省內規模最大、檔次最高、設施齊全、速度最快的遊船，額定載客量從400人至950人不等。遊船上設有KTV包房、民族歌舞表演廳、商品部和五朵金花攝影部等多功能設施。遊船上開展具有濃郁民族特色的“白族三道茶歌舞表演”，讓您領略白族人民獨特的民族風情歌舞。

【大理喜州白族民居】喜州白族有濃郁的民風民俗，婚喪嫁娶禮儀獨特，節慶眾多，傳承著古老的歷史文化。喜州山川秀麗，名勝古跡甚多。特別是歷代形成的白族民居建築群，在我國建築史上獨樹一幟。以其古樸典雅、大方實用而著稱於世。喜州的白族民居建築群以其獨特的風格和深厚的文化內涵，深深的吸引著古往今來的史學家、旅遊家、建築學家、藝術家、民俗學家、經濟學家、和社會學家。被列為國家級文物保護單位，喜州是白族社會的縮影，透過這個縮影才能真正瞭解和認識白族的昨天和今天。

早餐	午餐	晚餐
酒店內	中式合菜 RMB50/人	藏式風味 RMB60/人
住宿：★★★★★祥和一號酒店 或同級		

第四天 麗江、【玉龍雪山雲杉坪(棧道電瓶車+索道往返)】、【甘海子、白水河+藍月谷(含電瓶車)】、【印象麗江實景歌舞秀、玉水寨、白沙壁畫、束河古鎮(夜遊)】



【玉龍雪山雲杉坪】雲杉坪是隱藏在原始雲杉林中的巨大草坪，海拔 3240 米，納西語稱“遊午閣”即“情死之地”，又名錦繡穀。其位於玉龍雪山東麓的山箐裡，在雪山主峰的右下方，具有雲杉坪索道等景點。

【甘海子】甘海子位於麗江市玉龍雪山腳下，是一個天然草甸牧場，地勢平緩起伏，遼闊的草甸上散落有一棵棵低矮的松樹，你腳下是延綿的草場，草木掩映，不時眼前還有犛牛走過，一派高原牧場風光。襯著雪山遠景，這裡是觀景拍照的理想之地。

【白水河】水河風景區位於雲南麗江玉龍雪山東麓山箐的雲杉坪旁。白水河是一條由玉龍雪山融化的冰川雪水匯成的河流，沿著山谷層疊跌宕而下，水清澈墨綠，因河床由沉積的石灰石碎塊組成，呈灰白色，清泉流過，遠看就象一條白色的河，因此而得名。

【藍月谷】其前身為早前人們所熟知的“白水河”。在晴天時，水的顏色是藍色的，而且山谷呈月牙形，遠看就像一輪藍色的月亮鑲嵌在玉龍雪山腳下，所以名叫藍月穀。而白水河這個名字是因為湖底的泥巴是白色的，下雨時水會變成白色，所以又叫白水河。

【玉水寨】是以納西民族文化為核心，與自然景觀完美融合的風景名勝，如今已成為麗江主要旅遊景區。玉水寨是納西族中部地區的東巴聖地，是麗江古城的溯源。美國大自然保護協會將玉水寨指定為東巴文化傳承基地和白沙細樂傳承基地及勒巴舞的傳承基地，進行納西民族古文化的挖掘、整理、傳承、研究、展示等工作。玉水寨東巴文化傳承基地，保留了納西族傳統古樸的風貌。

【白沙壁畫】是明代納西族社會大開放的產物，主要集中在大寶積宮及琉璃殿內，與白沙錦繡藝術院相鄰。它的繪製從明初到清初，先後延續了 300 多年。明末清初，是麗江壁畫繁榮鼎盛時期，距今已有五百年歷史。

【東河古鎮】因村後聚寶山形如堆壘之高峰，以山名村，流傳變異而成，意為“高峰之下的村寨”，是納西先民在麗江壩子中最早的聚居地之一，是茶馬古道上保存完好的重要集鎮。

早餐	午餐	晚餐
酒店內	中式合菜 RMB50/人	中式合菜 RMB60/人
住宿：★★★★★飛來寺觀景天堂 或同級		

第五天 麗江/中甸、【長江第一灣(遠眺)】、【虎跳峽、獨克宗古城、龜山公園(世界上最大的轉經筒)】



【長江第一灣】位於雲南省西北部的麗江市石鼓鎮與香格里拉縣南部沙松碧村之間，海拔 1850 米，距香格里拉縣城 130 公里，有公路直達。相傳三國時期，諸葛亮平定南中後，在此“五月渡瀘”。西元 1253 年，忽必烈又在此“革囊渡江”。萬里長江從“世界屋脊”—青藏高原奔騰而下，巴塘縣城境內進入雲南，與瀾滄江、怒江一起在橫斷山脈的高山深谷中穿行形成了“三江並流”的壯麗景觀。到了香格里拉縣的沙松碧村，突然來了個 100 多度的急轉彎，轉向東北，形成了罕見的 V 字形大彎，“江流到此成逆轉，奔入中原壯大觀”，人們稱這天下奇觀為“長江第一灣”。

【虎跳峽】虎跳峽是中國雲南省麗江一處峽谷，位於玉龍與中甸之間的金沙江幹流上。相傳金沙江逢枯水期時，有猛虎下山，在此江中的礁石上稍一腳後騰空便越過，故稱「虎跳峽」，江中的礁石則稱作「虎跳石」。

【獨克宗古城】獨克宗古城是中國保存得最好、最大的藏民居群，而且是茶馬古道的樞紐。位於雲南省迪慶州香格里拉縣的獨克宗古城，是一座具有 1300 多年歷史的古城，曾是雪域藏鄉和滇域民族文化

交流的視窗，川藏滇地區經濟貿易的紐帶。

【龜山公園】從山頂的眺望處可以飽覽保津峽四季獨特的壯觀景色。在那個公園裡有刻印著中國最高領導人之一的周恩來總理詩詞的石碑。從1917年到1919年，周恩來以成為公費留學生為目標，在日本做著應試學習。下定決心在中國興舉救國運動的他在回國的途中，來到京都，並在嵐山留下了傾注惜別之情的詩詞“雨中嵐山”。

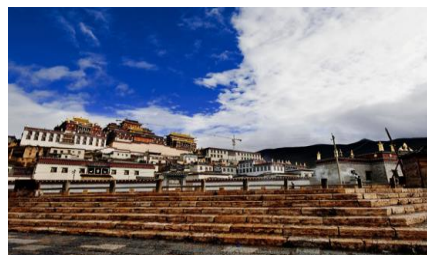
早餐	午餐	晚餐
酒店內	中式合菜 RMB50/人	中式合菜 RMB60/人
住宿：★★★★★安信藍海鈞華酒店 或同級		

第六天 中甸、【納帕海(觀景大堂+現磨咖啡)】、【藏族民居家訪(白天無歌舞)】、【松贊林寺(電瓶車)】

【納帕海】建立於1984年。總面積31.25平方公里，海拔3266米，湖泊積水面積660平方公里。屬濕地生態類型保護區，主要保護對象為高原季節性湖泊、沼澤草甸，是黑頸鶴等候鳥越冬棲息地。這裡是中甸縣最大的草原，也是最富於高原特色的風景區之一。由於藏民的悉心愛護，每當秋季來臨，許多飛禽便光顧這裡，如黑頸鶴、黃鴨、斑頭雁在草原上空高飛低旋，情景頗惹心喜愛。



【松贊林寺】位於中國雲南省迪慶藏族自治州香格里拉市建塘鎮以北約5公里處，海拔3380米，於1683年建成，為雲南省最大的藏傳佛教寺廟，屬格魯派。號稱「小布達拉宮」。原建築物於1966年文化大革命時期被摧毀，1982年開始在廢墟原址重建。



早餐	午餐	晚餐
酒店內	納西風味 RMB50/人	火塘雞風味 RMB60/人
住宿：★★★★★安信藍海鈞華酒店 或同級		

第七天 中甸/麗江【香巴拉時輪壇城文博中心、麗江古城、四方街、黑龍潭】



【香巴拉時輪壇城文博中心】于2005年開始建設，經過了十年多的努力，建成了一座非常宏偉高大的建築，集現代建築與藏式建築風格為一體。是目前藏區介紹藏文化及藏傳佛教文化較為全面的場所。整個文化博覽中心占地面積為22畝，建築面積為25131平方米。頂層為白塔式鍍金金頂。整個建築在藏區是獨一無二的，尤其是外觀設計、裝修和彩繪方面更為突出。主建築中心大樓共11層，高約60米，耗資近6億元人民幣的香巴拉時輪壇城文化博覽中心於2015年7月基本建成並對外開放。

【麗江古城】麗江古城內的街道依山傍水修建，以紅色角礫岩鋪就，有四方街、木府、五鳳樓、黑龍潭、文昌宮、王丕震紀念館、雪山書院、王家莊基督教堂、方國瑜故居、白馬龍潭寺、顧彼得舊居、淨蓮寺、普賢寺等景點。麗江為第二批被批准的中國歷史文化名城之一，是中國以整座古城申報世界文化遺產獲得成功的兩座古城之一。

【四方街】位於麗江古城中心，交通四通八達，周圍小巷通幽，據說是明代木氏土司按其印璽形狀而建。這裡是茶馬古道上最重要的樞紐站。明清以來各方商賈雲集，各民族文化在這裡交匯生息，是麗江經濟文化交流的中心。四方街以彩石鋪地，清水洗街，日中為市，薄暮滌場的獨特街景而聞名遐邇。其四周

6 條五彩花石街依山隨勢，輻射開去，街巷相連。四通八達，交通極為便利。

【黑龍潭】麗江黑龍潭公園也稱玉泉公園，位於麗江古城北部，總占地面積 625.3 萬平方米，海拔 2419 米，為世界文化遺產－麗江古城的一部分。黑龍潭泉群主要由象山東麓的九子海窪地及其周邊山系的泉水補給，潭水經玉河向南流入麗江古城，是麗江古城水系的主要來源。

早餐	午餐	晚餐
酒店內	犛牛火鍋 RMB50/人	王府家宴 RMB60/人
住宿：★★★★★祥和一號酒店 或同級		

第八天 麗江/台北

搭乘專車前往機場搭機，帶著滿載的回憶，返回台北溫暖的家，結束了此次的旅程。

早餐	午餐	晚餐
酒店內	X	X
住宿：★★★★★溫暖的家		

正新旅行社股份有限公司

網址：www.allnew-tour.com

台北市民生東路一段 54 號 9 樓

TEL：(02) 2521-7277 FAX：(02) 2568-2186