

PREMIUM HOLIDAYS  
尊賞假期

# 西藏 雪頓節

哲蚌寺

出發日期：2026年8月8日

## 10天

## 【節慶狂歡】西藏藏地年度盛事-雪頓節

低海拔林芝進藏 / 哲蚌寺展佛 / 羅布林卡傳統藏戲表演

暢遊/

林芝、巴松措、拉薩、羊卓雍措、日喀則

坐落在雪域高原的拉薩，在每年夏季都會迎來一場獨特的盛典—雪頓節。作為西藏地區最重要的傳統節日之一，雪頓節以其獨特的宗教儀式、文化活動和歡樂氛圍，吸引著數以萬計的遊客和朝聖者。

### 閃亮推介

- ◆ 細意安排先飛往林芝，再到拉薩，讓客人能慢慢適應高原環境。
- ◆ 參加一年一度藏族最重要的節慶，哲蚌寺巨幅唐卡「展佛」的莊嚴儀式，並在羅布林卡欣賞原汁原味的傳統藏戲表演。
- ◆ 特別安排約90分鐘的藏式按摩體驗，有助客人恢復體力，緩解疲勞。
- ◆ 藏傳佛教精髓巡禮：拉薩三大寺、大昭寺、扎什倫布寺等，並有機會觀看色拉寺辯經，深入了解藏傳佛教文化。
- ◆ 匯聚了聖湖羊卓雍措、卡若拉冰川、巴松措、雅魯藏布大峽谷等自然奇觀，以及布達拉宮、八廓街等人文地標。
- ◆ 凡參加尊賞假期之客人，五晚住宿國際5星級拉薩瑞吉度假酒店；感受傳統藏族哈達歡迎儀式；可於Tubo Bar免費享用1杯迎賓飲料；入住656呎豪華房，免費享用房間內Mini Bar；特別享有酒店提供的銘瑞水療套餐8折優惠(需提前一天預約)；於酒店享用中式晚餐，每位18歲以上之客人包1杯紅酒，非一般豪華級享受。



Tour code: RXZS10T



### 細意安排

- ◆ 『醫護隨團』 西藏地區(第2-8天)安排醫護人員隨團照顧團友
- ◆ 『西藏旅遊車配備』 氧氣鋼瓶、暖水、茶包、咖啡包，礦泉水供飲用
- ◆ 『細意餽贈』 每位貴賓提供兩瓶隨身氧氣瓶，備不時之需。雪頓節當天更額外提供每位1L氧氣瓶
- ◆ 『貼心服務』 安排導賞耳機，清晰聆聽導遊講解，手機數據SIM卡，方便通訊
- ◆ 『純玩全包團』 不安排商店購物、無自費活動項目。包全程機票稅項及免收領隊、導遊、司機服務小費



## 精選酒店

### 5晚 國際品牌5星

#### 拉薩 瑞吉度假酒店

(The St. Regis Lhasa Resort) 或同級

酒店由著名設計師Jean Michael Gathy操刀設計，以色拉寺為設計靈感，融合了現代元素的紅漆木製工藝，讓整個酒店充滿藏式風格。入住61平方米(約656呎)豪華房，設有一般供氧和彌漫供氧設施。酒店的秀國際餐廳設有開放式互動廚房，供應全球各地美食；宴庭中餐廳裝飾典雅，提供正宗粵菜、川菜、湘菜和當地特色菜餚；六樓Tubo Bar夜景特別美，欣賞到西部純淨的天空，細細感受離天堂最近的地方的魅力。



### 1晚 國際品牌5星

#### 林芝 工布莊園希爾頓酒店

(Hilton Linzhi Resort) 或同級

酒店坐落在被喻為「東方瑞士，藏上江南」的林芝熱嘎村黃牡丹園地塊，背靠喜馬拉雅山脈，面朝雅魯藏布江。藏漢風格設計的豪華客房，配備絕美觀景露台，溫馨舒適。



### 1晚 國際品牌5星

#### 日喀則 希爾頓酒店

(Hilton Shigatse) 或同級

希爾頓酒店品牌在西藏日喀則地區的首家酒店，客房採用定制的藏式家具及裝飾，設計以周邊山巒起伏的自然風景為靈感依托，更備有彌散式和鼻吸式供氧設施。



### 1晚 國際品牌5星

#### 成都 世園瀑布美憬閣酒店 (Chengdu Expo Waterfall Hotel - MGallery Collection) 或同級



#### 「賞」話您知

#### 西藏 雪頓節

是藏族的重要節日，充滿濃厚的文化氣息和宗教色彩。雪頓藏語意為「酸奶宴」，是吃酸奶的節日。由於有藏戲和曬佛儀式，也稱「藏戲節」和「展佛節」。雪頓節期間，拉薩舉行為期約一週的盛大慶祝活動，內容豐富多樣。對遊客而言，這是一個難得的機會，可以觀賞各種精彩的表演，還能感受節日的喜慶氛圍。





第 1 天 香港 → 成都

是日集合於香港國際機場，由尊賞假期專業領隊陪同下乘坐四川航空或中國國際航空客機前往「天府之國」成都。

📍 當地5星 成都天府空港悅享酒店 或同級

|           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| 早餐<br>--- | 午餐<br>--- | 晚餐<br>--- |
|-----------|-----------|-----------|

第 2 天 成都 → 林芝(\*雅魯藏布大峽谷景區+景區環保車)

📍 林芝: 氣候濕潤，景色宜人。對初到西藏有高原反應的人來說，先到海拔最低的林芝地區(機場海拔約2949米)，對緩解高原反應很有幫助。

📍 雅魯藏布大峽谷: 是觀賞南迦巴瓦峰(被《中國國家地理雜誌》評選為中國最美山峰)的最佳地點。



📍 國際品牌5星 林芝工布莊園希爾頓酒店(Hilton Linzhi Resort) 或同級

|             |            |          |
|-------------|------------|----------|
| 早餐<br>酒店早餐盒 | 午餐<br>中式料理 | 晚餐<br>酒店 |
|-------------|------------|----------|

第 3 天 林芝 ~ 巴松措+景區環保車 ~ 拉薩

📍 巴松措: 又名措高湖，藏語意為「綠色的水」，是藏東最大的冰川淡水堰塞湖之一，是藏傳佛教寧瑪派紅教著名的聖湖。湖心扎西島上有錯宗工巴寺，建於唐代末年。



📍 拉薩: 西藏的首都，藏傳佛教聖地，又稱為「日光城」，平均海拔約3650米，是世界上海拔最高的城市之一。

📍 國際品牌5星 拉薩瑞吉度假酒店(The St. Regis Lhasa Resort)【656呎豪華房】 或同級

|          |             |               |
|----------|-------------|---------------|
| 早餐<br>酒店 | 午餐<br>巴河魚風味 | 晚餐<br>瑞吉酒店自助餐 |
|----------|-------------|---------------|

第 4 天 拉薩(大昭寺、八廓街、色拉寺)

📷 外觀拍照 | 🏠 入內參觀 | 🏨 下榻酒店

📍 大昭寺: 由藏王松贊幹布建造，距今已有1300多年的歷史，在藏傳佛教中擁有至高無上的地位。

📍 八廓街: 拉薩著名的轉經道和商業中心，較完整地保存了古城的傳統面貌和居住方式，街道上兩旁琳瑯滿目充滿藏族風情的攤檔商店。

📍 色拉寺: 藏傳佛教格魯派六大主寺之一，不僅有精美的建築和珍貴的文物，也有舉世聞名的色拉寺辯經，僧侶們通過辯經方式來學習佛法，是藏傳佛教一大傳統特色。

註: 色拉寺並沒有固定辯經時間，一切視乎當地僧人們而去進行，敬請留意。



📍 國際品牌5星 拉薩瑞吉度假酒店(The St. Regis Lhasa Resort)【656呎豪華房】 或同級

|          |             |                         |
|----------|-------------|-------------------------|
| 早餐<br>酒店 | 午餐<br>尼泊爾風味 | 晚餐<br>菌王府野菌火鍋<br>(獨立包廂) |
|----------|-------------|-------------------------|

第 5 天 拉薩(哲蚌寺+曬大佛儀式+每人包1L氧氣瓶、下午體驗藏式按摩+約90分鐘)

📍 哲蚌寺: 藏傳佛教最大的寺廟，與甘丹寺、色拉寺合稱拉薩三大寺，亦是格魯派中地位最高的寺院。清晨前往參加藏族一年一度的盛會「雪頓節展佛大典」，是最令人矚目的儀式。一幅長達約500平方米、用五彩絲綢織就的巨大唐卡徐徐展露出祥和的容顏，數萬名信徒和深受感染的遊客無不雙手合十，頂禮膜拜。

註: 是日約清晨5時出發，抵達後需步行約6-7公里到指定場地觀看儀式，當天客人將於戶外逗留約6小時。具體時間按實際情況為準。



📍 國際品牌5星 拉薩瑞吉度假酒店(The St. Regis Lhasa Resort)【656呎豪華房】 或同級

|          |            |                |
|----------|------------|----------------|
| 早餐<br>酒店 | 午餐<br>粵菜風味 | 晚餐<br>松贊林卡酒店藏餐 |
|----------|------------|----------------|



第 6 天

拉薩(布達拉宮、藥王山觀景台、羅布林卡+藏戲表演)

**布達拉宮:** 是拉薩乃至西藏最重要的象徵，是西藏現存最大的宮堡式建築群。建築主要由紅宮和白宮組成，中間最高的紅宮是舉行宗教儀式的場所。



**藥王山觀景台:** 位於布達拉宮西側藥王山上，是非常適合拍攝布達拉宮全景的地方。

**羅布林卡:** 是歷代達賴喇嘛的夏宮。既有藏文化的影子，又吸收了內地園林的傳統手法。藏戲演出是雪頓節另一個備受矚目的重要環節。從雪頓節的第二天開始，藏戲隊伍每天不停歇地從上午11點直唱到暮色降臨。



**國際品牌5星 拉薩瑞吉度假酒店(The St. Regis Lhasa Resort)【656呎豪華房】或同級**

早餐  
酒店午餐  
中式料理晚餐  
瑞吉酒店中餐

第 7 天

拉薩~羊卓雍措~卡若拉冰川~日喀則

**羊卓雍措:** 藏語意為「碧玉湖」，西藏三大聖湖之一。湖光山色，景色如畫，仿如置身人間仙境，冠絕藏南。



**卡若拉冰川:** 西藏三大大陸冰川之一，是年楚河東部的源頭。黑色的岩石與周圍白雪皚皚的山峰形成鮮明對比。距離主要高速公路僅300米，可以近距離體驗冰川的壯麗。

**日喀則:** 西藏第二大城市，是後藏地區的宗教、政治、經濟、文化中心。為藏傳佛教領袖班禪喇嘛的駐地。

**國際品牌5星 日喀則希爾頓酒店(Hilton Shigatse) 或同級**

早餐  
酒店午餐  
中式料理晚餐  
酒店川粵風味

第 8 天

日喀則(扎什倫布寺) 艙(#動車一等座) 拉薩

**扎什倫布寺:** 是日喀則地區最大的廟，為四世之後歷代班禪駐錫之地，格魯派的六大寺之一。參觀宏偉的大彌勒(強巴佛)殿和歷代班禪靈塔。



**國際品牌5星 拉薩瑞吉度假酒店(The St. Regis Lhasa Resort)【656呎豪華房】或同級**

早餐  
酒店午餐  
中式料理晚餐  
融合菜風味(獨立包廂)

第 9 天

拉薩(西藏博物館) → 成都

**西藏博物館:** 具有現代化功能的博物館，珍藏許多珍貴文物，展示藏民族獨具魅力的燦爛文化和悠久歷史。

**國際品牌5星 成都世園瀑布美憬閣酒店(Chengdu Expo Waterfall Hotel - MGallery Collection)或同級**

早餐  
酒店午餐  
中式料理晚餐  
酒店(獨立包廂)

第 10 天

成都(世界園藝博覽園+摩天輪+觀光車) → 香港

**成都世界園藝博覽園:** 曾是2024年成都世界園藝博覽會主會場，閉幕後轉型為城市公園。

**註:** 如摩天輪因天氣問題或維修情況而停止運作，園方將不作另行通知及不設退款，敬請留意。

於指定時間前往機場，乘坐四川航空或中國國際航空客機飛返香港。同日抵達，旅程完滿結束。

早餐  
酒店午餐  
中式料理晚餐  
---

外觀拍照 | 入內參觀 | 下榻酒店

註：報名前請參閱本公司網頁 [https://premiumholidays.com/tour\\_terms/](https://premiumholidays.com/tour_terms/) 內之最新版本的重要責任及細則條款。

上述之膳食安排，如遇節日、裝修或特殊情況，將安排其他膳食替代。行程及膳食之先後次序，會按當地實際情況而可能有所改動，如遇特殊情況下關閉或假期或門票售罄，將會以其他節目代替。如遇展覽會或其他特殊情況，而未能提供行程表上的城市或酒店住宿，將安排鄰近或周邊城市之同級酒店住宿，客人不得藉此要求退團或賠償。以上圖片及地圖只供參考。

1)西藏屬高海拔地區，客人出發前必須留意身體狀況或諮詢醫生，並預先採取必要的預防措施。2)持外國護照或非中國籍回鄉證客人進藏需辦理入藏函，請提供護照首頁和中國簽證頁複印件(免簽地區或國家除外)或非中國籍回鄉證複印件，需時約15個工作天，費用港幣\$200。3)\*按林芝政府公告，雅魯藏布大峽谷地區不對外國護照(包括非中國籍回鄉證)人士開放，需另安排車輛及工作人員接送客人前往酒店休息，費用港幣\$500(已扣除門票及原定午餐費用)，當天午餐客人自理。4)雪頓節期間景區遊客數量眾多，可能導致景區及交通擁堵，請客人有心理準備。5)請尊重當地少數民族的文化習俗。6)#如一等座位客滿，將安排二座位，每位客人現退還差價\$50。以上各項事項安排，客人均不能藉此要求退團，或要求任何賠償，敬請留意。

RXZS10SUM26-260808-20251224

Premium Holidays 尊賞假期 Premiumholidayshk 電話查詢:2115 9828

如對服務質素有任何意見，歡迎電郵至 [suggestion@premiumholidays.com](mailto:suggestion@premiumholidays.com) 牌照號碼: 353894

尊賞·專享·超越您所想

旅行團·主題旅遊·郵輪假期·專列火車·商務及獨立組團