



PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

西藏燃燈節



大昭寺

出發日期: 2026 年 11 月 29 日 (只辦 1 團)

10天

西藏【燃燈節】冬日藏地年度盛事文化信仰之旅

低海拔林芝進藏/ 最美峽谷雅魯藏布 / 眺望最美雪山南迦巴瓦/ 神湖巴松措
首府拉薩燃燈節盛典/ 世界遺產布達拉宮/ 藏文明搖籃澤當/ 聖湖羊卓雍措

暢遊/ 成都；西藏(林芝、雅魯藏布大峽谷、巴松措、拉薩、山南、澤當、羊卓雍措)

西藏燃燈節 是為紀念藏傳佛教格魯派(黃教)創始人宗喀巴大師圓寂成佛的重要宗教節日，至今已有超過600年的歷史，是藏族下半年最隆重的慶典之一。入夜後，全藏區的寺廟的殿宇、屋頂、窗檯以及信眾的家門前，都會擺滿並點燃數以萬計的酥油燈。信眾們圍繞寺院轉經、叩頭，在燭光中祈求平安、消除黑暗與智慧增長。

閃亮推介

- ◆ 細意安排先飛往海拔較低藏東【林芝】，再往拉薩，讓貴賓能慢慢適應高原環境。
- ◆ 安排【燃燈節】當晚親歷『萬盞酥油燈海』的震撼奇景。跟隨僧侶虔誠轉經，深度體驗藏傳佛教最具凝聚力的文化盛典。
- ◆ 五晚連住國際 5 星級【拉薩瑞吉度假酒店】；感受傳統藏族哈達歡迎儀式；入住 656 呎豪華客房，免費享用房間內Mini Bar；於酒店享用中式晚餐。
- ◆ 暢遊被《中國國家地理》評為中國最美峽谷【雅魯藏布大峽谷】，眺望中國最美雪山【南迦巴瓦峰】。遊覽藏東南紅教神湖和聖地【巴松措】。
- ◆ 抵達西藏自治區的首府，藏傳佛教聖地【拉薩】。參觀三大《世界文化遺產》：世界海拔最高、最雄偉宮殿【布達拉宮】，深度安排日夜時間參觀布達拉宮廣場。
- ◆ 前往西藏三大「聖湖」之一【羊卓雍措】，湖面海拔達 4,441 米，是喜馬拉雅山北麓最大的內陸封閉性湖泊，被譽為「神女散落的綠松石耳墜」。
- ◆ 深入「西藏文明的搖籃」山南【澤當】，參觀西藏歷史上的第一座宮殿【雍布拉克】。遊覽西藏第一座佛、法、僧三寶具足的正規寺院【桑耶寺】。



四川航空
SICHUAN AIRLINES



AIR CHINA
中國國際航空公司

Tour code: RXZG10T



細意安排

- ◆ 『細意餽贈』每位貴賓提供兩瓶隨身氧氣瓶，備不時之需
- ◆ 『醫護隨團』西藏地區(第 2-9 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
- ◆ 『貼心服務』安排導賞耳機，清晰聆聽導遊講解，安排手機數據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

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



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 牌照號碼: 353894

精選酒店

國際品牌 5 星

- ◆ 1 晚 林芝 工布莊園希爾頓酒店 (Hilton) 或同級
- ◆ 5 晚 拉薩 瑞吉度假飯店 (The St. Regis Resort) 或同級
- ◆ 1 晚 成都 世園瀑布美憬閣酒店 (Expo Waterfall - MGallery Collection) 或同級

當地 5 星標準

- ◆ 1 晚 成都 雙流空港雲享酒店 或同級
- ◆ 1 晚 巴松措 松贊巴松措林卡酒店 (Songtsam Linka Retreat Lake Basong Tso) 或同級



成都世園瀑布美憬閣酒店

國際品牌 5 星 連宿 5 晚 拉薩瑞吉度假飯店 (The St. Regis Lhasa Resort)

酒店以色拉寺為設計靈感，入住 61 平方米(約 656 呎)豪華房，設有彌漫供氧設施。酒店的餐廳設有開放式互動廚房，供應全球各地美食；六樓 Tubo Bar 夜景特別美，可以觀賞到布達拉宮夜景，欣賞到西部純淨的天空，感受離天堂最近的魅力。



國際品牌 5 星 1 晚 林芝 工布莊園希爾頓酒店 (Hilton Linzhi Resort)

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。



當地 5 星標準精品酒店 1 晚 巴松措松贊林卡酒店 (Songtsam Linka Retreat Lake Basong Tso)

松贊系列酒店之一，緊鄰巴松措湖畔的結巴村，擁有觀賞聖湖和神山的絕佳視角。建築設計融入藏族傳統元素，環境優美，富有文化底蘊。



精選美饌

6晚酒店晚餐：林芝住宿酒店風味、巴松措住宿酒店風味、
拉薩住宿酒店風味、拉薩松贊林卡酒店藏式風味、
拉薩香格里拉酒店自助餐、成都住宿酒店風味

林芝：石鍋雞風味 巴松措：巴河魚風味

拉薩：野菌火鍋風味、川藏菜風味、川粵融合菜風味

成都：川菜風味



拉薩松贊林卡酒店藏式風味



成都世園瀑布美憬閣酒店風味

第 1 天 11月29日	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中國國際航空或四川航空客機前往成都。

✈ 5 星標準 成都雙流空港雲享酒店 或同級

早餐 ---	午餐 ---	晚餐 ---
-----------	-----------	-----------

第 2 天 11月30日	成都 → 林芝 ~ *雅魯藏布大峽谷景區 (環保車+遠眺南迦巴瓦峰) ~ 林芝
-----------------	---

- 📷 林芝：氣候濕潤，景色宜人。對初到西藏的人，先到海拔最低的林芝地區，對緩解高原反應很有幫助
- 🏞 雅魯藏布大峽谷景區：世界第一大峽谷，動植物天堂以及原生態人文體驗的聖地。可觀賞神山之一南迦巴瓦峰。
- 📷 南迦巴瓦峰：海拔7782米，全球第15高峰，被評“中國最美雪山”山頂冰川高聳、山間雲霧繚繞，景色優美。



✈ 國際品牌 5 星 林芝工布莊園希爾頓酒店 (Hilton) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 住宿酒店風味
----------	------------	--------------

第 3 天 12月01日	林芝 (雅尼濕地公園) ~ 巴松措+環保車
-----------------	-----------------------

- 🏞 雅尼國家濕地公園：位於林芝市雅魯藏布江與尼洋河交匯處，園內的觀景台可以遠眺尼洋河匯流雅魯藏布江。



- 🏞 巴松措：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。湖心紮西島上有錯宗工巴寺，建於唐代末年。



✈ 當地 5 星標準 巴松措松贊巴松措林卡酒店 (Songtsam Linka Retreat Lake Basong Tso) 或同級

📷 外觀拍照 | 🏠 入內參觀 | 🛏 下榻酒店

早餐 酒店	午餐 石鍋雞風味	晚餐 住宿酒店風味
----------	-------------	--------------

第 4 天 12月02日	巴松措 (酒店自由活動) ~ 拉薩
-----------------	-------------------

- 📷 酒店自由活動：早餐後酒店自由活動，悠閒自得欣賞湖光山色，漫步林間湖邊，午餐後前往拉薩。
- 🏞 拉薩：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) 或同級

早餐 酒店	午餐 巴河魚風味	晚餐 野菌火鍋風味
----------	-------------	--------------

第 5 天 12月03日	拉薩 (布達拉宮、大昭寺、八廓街、燃燈節活動)
-----------------	-------------------------

- 🏞 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。



- 🏞 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：是拉薩老城區，圍繞大昭寺而建，是西藏最著名的轉經道，也是拉薩的商業中心。
- 🏞 燃燈節：這是為了紀念藏傳佛教格魯派創始人宗喀巴大師圓寂的日子。僧眾與信徒會在寺院各處、窗台和屋頂擺滿並點燃無數盞酥油燈，微光匯聚成燭海，象徵以光明紀念宗喀巴大師並傳遞虔誠信仰。



註：活動為當地政府安排，具體安排以當地政府公佈為準。

✈ 國際品牌 5 星 拉薩瑞吉度假酒店 (The St. Regis Lhasa Resort) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 瑞吉酒店中餐風味
----------	------------	----------------

第 6 天 12月04日	拉薩 (藥王山觀景台+藏香手作體驗、色拉寺)
-----------------	------------------------

- 📷 **藥王山觀景台**：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，對緩解高原反應很有幫助。
- 🏰 **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) 或同級

早餐 酒店	午餐 川藏風味	晚餐 香格里拉酒店自助餐
----------	------------	-----------------

第 7 天 12月05日	拉薩 ~ 澤當 (桑耶寺、雍布拉克、雅江河谷觀景台) ~ 拉薩
-----------------	---------------------------------

- 🏰 **桑耶寺**：始建於西元 8 世紀吐蕃王朝時期，為西藏第一座佛法僧三寶俱全的寺院，融合藏、漢、印三種建築風格，被譽為藏傳佛教的發源聖地。
- 🏰 **雍布拉克**：是西藏歷史上第一座宮殿，為吐蕃第一代贊普赤叾贊普所建，見證藏地文明源起，兼具宮殿與寺院雙重價值。



- 📷 **雅江河谷觀景台**：位於拉薩至山南地區雅魯藏布江邊，是雅魯藏布江中游河穀的絕佳觀賞位置，可飽覽高原河谷蜿蜒壯闊之景，盡覽藏地山河風光。
- ✈️ 國際品牌 5 星 拉薩瑞吉度假酒店(The St. Regis Lhasa Resort) 或同級

📷 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/ 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，將安排鄰近或週邊城市之同級酒店住宿。以上圖片及地圖只供參考。以上有關事項，客人不得藉此要求退團或賠償，敬請見諒。

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。

以上有關事項，客人均不能藉此要求退團或賠償，敬請見諒。

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 川粵融合菜風味
----------	------------	---------------

第 8 天 12月06日	拉薩 ~ 羊卓雍措 ~ 拉薩 (下午茶、夜遊布達拉宮廣場)
-----------------	-------------------------------

- 🏞️ **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。



- 📷 **夜遊布達拉宮廣場**：夜晚的布達拉宮廣場是拉薩的網紅景點。色彩豐富燈光效果，將廣場變成一個充滿魅力的和白天那種威嚴莊重截然不同的感覺。



✈️ 國際品牌 5 星 拉薩瑞吉度假酒店 (The St. Regis Lhasa Resort) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 松贊林卡酒店藏式風味
----------	------------	------------------

第 9 天 12月07日	(羅布林卡+電動車) 拉薩 → 成都
-----------------	--------------------

- 🏞️ **羅布林卡**：是歷代達賴喇嘛的夏宮。園林很有特色，既有藏文化的影子，又吸收了內地園林的傳統手法。
- ✈️ 國際品牌 5 星 成都世園瀑布美憬閣酒店 (Expo Waterfall - MGallery Collection) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式風味	晚餐 住宿酒店風味
----------	------------	--------------

第 10 天 12月08日	(世界園藝博覽園+觀光車) 成都 → 香港
------------------	-----------------------

- 🏞️ **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。
- 於指定時間前往機場，乘坐中國國際航空或四川航空客機飛返香港。同日抵達，旅程完滿結束。

早餐 酒店	午餐 川菜風味	晚餐 ---
----------	------------	-----------

RXZG10T261129-20260904