



PREMIUM HOLIDAYS
尊賞假期

國道318朝聖



稻城珍珠海 + 拉薩布達拉宮

出發日期：2026年5-10月

17天

暢遊/

【川藏南線】四川、西藏、最美景觀國道318深度遊

攝影家天堂新都橋 / 人間淨土稻城亞丁 / 冰川之鏡然烏湖 / 雪域聖殿布達拉宮 / 聖湖羊卓雍措 / 金光法界扎什倫布寺

四川(成都、康定、新都橋、理塘、稻城、香格里拉鎮、巴塘)、
西藏(芒康、左貢、八宿然烏、波密、林芝、巴松措、拉薩、羊卓雍措、江孜、日喀則)

閃亮推介

- ◆ 從成都平原到青藏高原，翻越多座4000米以上垭口(如折多山4298米、東達山5130米)，跨越橫斷山脈，沿途彙集雪山、峽谷、草原、湖泊、冰川、原始森林等壯麗景觀。
- ◆ 飽覽雪山盛宴，貢嘎山、稻城三神山(仙乃日、央邁勇、夏諾多吉)、南迦巴瓦峰等；沉浸於高原明珠的幻境，雪山雙湖【姊妹湖】、冰川倒影【然烏湖】、雪域翡翠【巴松措】、天賜之藍【羊卓雍措】。
- ◆ 乘坐獨立環保包車二次進入【亞丁景區】，深度暢遊「藍色星球最後一片淨土」，也是攝影愛好者終極夢想之地。
- ◆ 安排藏文化體驗，親手參與藏香製作。同時體驗傳統藏文書法，感受藏文化的獨特魅力。
- ◆ 凡參加尊賞假期之客人，四晚住宿國際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鈦瑞水療套餐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: RSCT17R



細意安排

- ◆ 『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
- ◆ 『醫護隨團』 第2-16天安排醫護人員隨團照顧團友
- ◆ 『實用禮品』 行山手杖，方便登山健行；每人四瓶隨身氧氣瓶，備不時之需
- ◆ 『預防高原反應』 每人一盒高原安 (註: 建議使用前諮詢醫生以確保適當用量和最佳效果)
- ◆ 『豪華VIP旅遊車』 2+1三排航空座椅設計，寬倘舒適。暖水、茶包、咖啡包、礦泉水供飲用
- ◆ 『貼心服務』 安排尊賞耳機，清晰聆聽導遊講解，手機數據SIM卡，方便通訊

精選酒店

2晚 國際品牌5星

亞丁 日松貢布皇冠假日酒店 (Crowne Plaza Yading) 或同級



1晚 當地5星酒店

八宿 松贊來古山居 (Songtsam Lodge Laigu) 或同級

松贊(Songtsam)是一家由藏族人白瑪多吉創立的藏式精品酒店及文旅品牌，深耕於西藏與雲南藏區，酒店選址獨特，形成「每扇窗都是一幅畫」的景觀體驗。整座酒店鑲嵌在懸崖上，面向來古冰川，擁有全景落地窗，足不出戶即可欣賞雪山、冰川與湖泊的壯麗景色。



1晚 當地5星酒店

波密 松贊林卡酒店 (Songtsam Lodge Bome) 或同級

松贊系列酒店之一，酒店坐落於帕隆藏布河畔的古鄉湖邊，可享受到雪山、湖泊和濕地美景。整體設計結合現代奢華與傳統藏族元素，氛圍感十足。



1晚 當地5星酒店

松贊巴松措林卡酒店 (Songtsam Linka Retreat Lake Basong Tso) 或同級

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。



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。



4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，以以色列寺為設計靈感，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。



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

午餐

晚餐

第 2 天 成都 ~ 康定(木格措景區+環保車、溜溜城)

🏞️ 木格措景區: 又名康定情歌風景區，以高山湖泊、原始森林、溫泉和雪山景觀聞名，彷彿置身於「瑤池仙境」。



🏞️ 溜溜城: 至今保留著豐富的歷史遺跡，城內的建築融合了其他少數民族的風格，形成了獨特的建築風貌。

↪ 當地4星 康定情歌大酒店 或 康定情歌廣場城際酒店 或同級

早餐
酒店

午餐
康定風味

晚餐
酒店

第 3 天

康定(折多山觀景台) ~ 新都橋 ~ 剪子灣山(天路十八灣觀景台) ~ 卡子拉山 ~ 理塘(西城門、長青春科爾寺+電瓶車、勒通古鎮) ~ 海子山自然保護區+兔子山 ~ 稻城

🏞️ 折多山觀景台: 川藏南線上的重要地標，海拔約4298米，被譽為「康巴第一關」，可遠眺蜀山之王—貢嘎群峰。

📷 新都橋: 是川西環線中的一個重要驛站，沿線有10餘公里被稱為「攝影家走廊」。秋天時分新都橋的柏楊樹變成金黃色，落葉繽紛，一片燦爛美景，絢麗極致；還有居民朝暮時的炊煙裊裊，更為新都橋增添了一份仙氣與煙火氣。

📷 天路十八灣觀景台: 雅江至理塘的剪子灣山路上，由於海拔較高，道路艱險曲折而得名。站在觀景台俯瞰，有一種震撼的曲線美。



📷 卡子拉山: 垭口海拔約4718米。因海拔較高，樹木就更加稀少，主要是高山草甸。山勢層巒疊嶂，直至天邊。

📷 西城門: 海拔約4014米，素有「世界第一高城」之稱。城門上的「此生必駕318」標語和背後的雪山草原成為不可錯過的網紅地標。



🏞️ 長青春科爾寺: 又稱理塘寺，建於明萬曆八年，是康區歷史最悠久，規模最大的藏傳佛教黃教寺廟。

🏞️ 勒通古鎮: 由13個藏寨、4000餘戶藏房構成的千戶藏寨群落，是世界上規模最大的傳統藏寨群落。

🏞️ 海子山自然保護區: 位於理塘縣和稻城縣之間，平均海拔4500米。大大小小的礫石構成的石河、石海以及形態各異的冰蝕湖，1145個大小不等的海子遍佈山間，如千百顆鑽石熠熠閃光，其密度之大為世間罕見。

📷 兔子山: 位於海子山自然風景區北部，海拔約4696米，雙石聳立猶如兔耳。山峰寸草不生，周圍是陡峭的冰蝕峰林地貌，景致奇特。

↪ 當地5星 稻城雪域花園溫泉酒店 或 稻城明宇麗雅陽光溫泉酒店 或同級

早餐
酒店

午餐
中式料理

晚餐
酒店

第 4 天

稻城 ~ 香格里拉鎮(亞丁景區+景區環保包車+沖古草坪+珍珠海)

📷 香格里拉鎮: 舊稱日瓦鄉(海拔約2900米)。位於甘孜州稻城縣南部，境內有亞丁等多個風景區。

📷 亞丁景區: 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。被譽為「最後的香格里拉」「藍色星球上的最後一片淨土」。

🏞️ 沖古草坪: 由草地、森林、小溪組成天然的盆景，能一睹仙乃日和夏朗多吉的風采。是到沖古寺、珍珠海和絨牛場的必經之地。

🏞️ 珍珠海: 又名卓瑪拉措，海拔4100米，是仙乃日的融雪形成的湖。密林中的珍珠海如一顆鑲嵌在蓮花寶座上的綠寶石，令人目眩。



↪ 國際品牌5星 亞丁日松貢布皇冠假日酒店(Crowne Plaza Yading) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式料理	晚餐 酒店
----------	------------	----------

第 5 天 香格里拉鎮(亞丁景區+景區環保包車+沖古寺+洛絨牛場+電動車往返)

- 🏰 **沖古寺:** 隸屬貢嘎郎吉嶺寺。位於仙乃日雪峰腳下，海拔約3880米，可俯瞰亞丁峽谷。
- 🏰 **洛絨牛場:** 被三座神山環繞的高山牧場(海拔約4180米)，周圍是連綿的高山草甸，春夏時分草甸上野花盛開，漫山遍野；秋季層林盡染，景色絕美，非常壯觀。



- 行程並未安排前往牛奶海及五色海，景點屬上山健行路段，海拔約4500-4700米，道路狹窄陡峭，沿著山路(有木棧道、石子路、山徑)，從洛絨牛場到牛奶海往返10公里，從牛奶海往上爬坡到五色海約20-30分鐘，全程來回約需 5-8 小時。
 - 客人可自行選擇前往牛奶海及五色海，並需簽署當天離團協議書，及注意管控時間。當地牧民在洛絨牛場亦有提供租用馬匹(自費)，請自行注意馬匹班次和安全。此路程長且高海拔，建議量力而行。
- 👉 國際品牌5星 亞丁日松貢布皇冠假日酒店(Crowne Plaza Yading) 或同級

早餐 酒店	午餐 景區餐廳	晚餐 酒店
----------	------------	----------

第 6 天 香格里拉鎮 ~ 稻城(萬畝青楊林、尊勝塔林、桑堆紅草地) ~ 海子山姊妹湖 ~ 巴塘

- 🏰 **萬畝青楊林:** 擁有世界上海拔最高、面積最大的人工青楊林。每到秋季一遍金黃，在藍天白雲下，格外美麗。
- 🏰 **尊勝塔林:** 為甘孜州最大的白塔，周圍排列四層小白塔，共108座小白塔。基座安放轉經筒，供藏民虔誠膜拜。
- 🏰 **桑堆紅草地:** 每當到了秋天，生長在水中的小草逐漸染成了鮮豔的紅色，在高原陽光的照耀下，更加鮮亮。



- 🏰 **海子山姊妹湖:** 由兩個緊鄰的淡水湖組成，被譽為「川藏線上的一顆明珠」。
- 👉 當地5星 巴塘東藏明宇麗呈酒店 或同級

早餐 酒店	午餐 中式料理	晚餐 酒店
----------	------------	----------

第 7 天 巴塘 ~ 金沙江大橋 ~ 宗拉山垭口 ~ 途經覺巴山隧道 ~ 東達山觀景台 ~ 昌都(左貢)

- 🏰 **金沙江大橋:** 是最具代表性的「川藏界金沙江大橋」，連接四川和西藏的重要通道。橋頭有「西藏界」標示牌，是進藏打卡地。
- 🏰 **宗拉山垭口:** 川藏線進入西藏後的第一座高山垭口，海拔4150米，是連接四川巴塘與西藏芒康的重要通道。
- 🏰 **覺巴山隧道:** 起於芒康縣如美鎮覺巴村，止於曲登鄉登巴村，洞口海拔3220米，全長6995米，是目前西藏最長的單洞雙向公路隧道。
- 🏰 **東達山觀景台:** 是川藏線上海拔最高的垭口，海拔5130米，觀景台可一覽雪域高原的壯闊風光。



- 🏰 **左貢:** 位於西藏昌都市，平均海拔 3750米，是川藏線不可或缺的中轉站。
- 👉 左貢匯鼎國際大酒店 或同級

早餐 酒店	午餐 中式料理	晚餐 中式料理
----------	------------	------------

第 8 天 左貢 ~ 八宿(邦達草原觀景台、業拉山99道拐、怒江72道拐、怒江峽谷玻璃觀景台、下然烏湖)

- 🏰 **邦達草原觀景台:** 是川藏線上必經之地，可遠眺壯麗的雪山草甸景色。
- 🏰 **業拉山99道拐:** 是西藏昌都市八宿境內的一段著名險峻公路，因其蜿蜒曲折的盤山公路而聞名，被譽為川藏線上的「魔鬼路段」之一。
- 🏰 **怒江72道拐:** 與「99道拐」實為同一路段的不同稱呼，因視角不同而得名。
- 🏰 **怒江峽谷玻璃觀景台:** 位於怒江72拐大峽谷景區，是當地標誌性建築，以「髮夾彎」為靈感，懸挑於130多米深的峽谷峭壁，鋪設全透明玻璃，體驗極致高空步行。
- 🏰 **然烏湖:** 由上中下然烏湖三部分相連而成，約200萬年前，因山體崩塌堵塞帕隆藏布江河道，加上來古冰川持續侵蝕，最終形成這座長達25公里的「串珠式湖泊群」。



📍 **下然烏湖:** 靠近然烏鎮下游(往波密縣方向)，海拔約3920米。由上然烏湖的水流經狹窄河谷後在此擴展，湖面更開闊。

👉 當地5星 八宿松贊來古山居(Songtsam Lodge Laigu) 或同級

早餐酒店	午餐 中式料理	晚餐酒店
------	------------	------

第9天 八宿(上然烏湖、來古冰川+觀光車) ~ 林芝(波密)

📍 **上然烏湖:** 靠近然烏鎮源頭方向(往察隅縣方向)，海拔約3960米。由帕隆藏布江上游的冰川融水匯聚而成，湖水更接近冰川源頭。

📍 **來古冰川:** 是昌都的三大冰川之一；帕隆藏布的源頭，是西藏已知面積最大、最寬的冰川，由至少6條海洋性冰川組成。



👉 當地5星 波密松贊林卡酒店(Songtsam Lodge Bome) 或同級

早餐酒店	午餐 中式料理	晚餐酒店
------	------------	------

第10天 波密(古鄉湖、通麥大橋) ~ 巴宜(魯朗國際旅遊小鎮、魯朗林海+2&4號觀景台) ~ 色季拉山口 ~ 工布江達

📍 **古鄉湖:** 是藏東南著名的淡水湖之一。群山環抱中的古鄉湖湖面開闊，碧波蕩漾，景色秀麗。



📍 **通麥大橋:** 是川藏公路南線318國道通麥天險路段上的咽喉工程，在同樣位置分佈著不同時期的三座跨江大橋。

📍 **魯朗國際旅遊小鎮:** 是一個被群山環抱的寧靜小鎮。鎮上的田園風光。遠處群山上雲霧繚繞，高山草甸上野花遍野。

📍 **魯朗林海:** 典型的高原山地草甸狹長地帶，林海由灌木叢和茂密的雲杉、松樹組成。山間雲霧，時聚時散，美如圖畫。

📍 **色季拉山口:** 尼洋河流域與帕隆藏布江的分水嶺，海拔4728米，可觀看雲海和林海。天晴下可看到南迦巴瓦峰。

👉 當地5星 松贊巴松措林卡酒店(Songtsam Linka Retreat Lake Basong Tso) 或同級

早餐酒店	午餐 石鍋雞風味	晚餐酒店
------	-------------	------

第11天 工布江達(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:** 西藏首府，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

早餐酒店	午餐 巴河魚風味	晚餐 瑞吉酒店中餐
------	-------------	--------------

第12天 拉薩(大昭寺、八廓街、下午茶、藏文化體驗+藏香製作+藏文書法體驗)

📍 **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，街道上兩旁琳瑯滿目充滿藏族風情的攤檔商店。

📍 **藏文化體驗:** 從挑選香料、調和、塑形，到香泥逐漸變成一支支散發著香氣的藏香；深入了解藏文書法的文化背景，學習藏文書法體驗，親身感受到傳統工藝的獨特魅力。



↪ 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 野菌火鍋
----------	------------	------------

第 13 天 拉薩(藥王山摩崖石刻、宗角祿康公園、布達拉宮)

- 🏰 藥王山摩崖石刻: 位於布達拉宮西南側，山背面的絕壁上刻滿了大小佛像5000多尊，為西藏之最。
- 🏰 宗角祿康公園: 藏語「宗角」意為「宮堡(布達拉宮)後面」，園內湖泊旁邊種植著古柳樹，景色迷人。
- 🏰 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。



↪ 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 瑞吉酒店自助餐
----------	------------	---------------

第 14 天 拉薩~羊卓雍措~卡若拉冰川~江孜(白居寺)~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。距離當地國道僅300米，可以近距離體驗冰川的壯麗。
- 🏰 白居寺: 建於15世紀，是藏傳佛教薩迦、夏魯、格魯三大教派共存一座寺廟。寺中十萬佛塔在西藏獨樹一幟。

📷 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)阿壩藏族自治州、甘孜州、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)#如一等座位客滿，將安排二座位，每位客人現退回差價\$50。4)紅葉秋色、冬季雪景、日出日落等現象乃是自然景觀，須視乎當地天氣變化而定，敬請留意。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。60歲或以上人士設門票優惠：減\$350。只適用於持有有效港澳居民來往內地通行證(回鄉證)人士。

RSCT17SPR26-20260114

📷 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
----------	------------	----------

第 15 天 日喀則(扎什倫布寺) 貝 (#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 藏式風味	晚餐 粵菜風味
----------	------------	------------

第 16 天 拉薩(羅布林卡+電瓶車) → 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 (Chengdu Expo Waterfall Hotel - MGallery Collection) 或同級

早餐 酒店	午餐 中式料理	晚餐 酒店
----------	------------	----------

第 17 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 川菜風味	晚餐 ---
----------	------------	-----------