



關於我們：

168play旅遊玩家 / 一六八國際旅行社
168INTERNATIONAL TRAVEL SERVICE LTD
旅行社牌照號碼: 交觀甲6630號 品保會員1434號
中華民國觀光局指定辦理-出入境遊的國際旅行社
地址: 台灣台北市信義區松山路130號10樓
電話: (02)6608-6168 傳真: (02)2552-6629
網址: <http://www.168play.com>

豐西藏-尊爵版 《登峰造極-珠峰大本營》 尊爵雙飛版+洲際天堂+拉日鐵路~圓夢版!

山南佛教發源地-藏王夏宮庸布拉康、西藏首座佛法僧具足寺院-桑耶寺+拉薩布達拉宮、大昭寺、布宮實鏡龍王潭+山南聖湖羊雍錯、卡洛拉冰川+班禪駐錫地-扎什倫布寺、世界之巔-珠峰基地營、萬佛塔-白居寺+藏北羌塘草原、聖湖納木措+獨家安排拉日鐵路-飽覽雅江風光十日遊



HHK.T08848.COM

★ 以下文字、圖片均為我司《西藏印象》書中版權，未經本公司授權同意，切勿抄襲轉載，翻拷必究 ★

【“168TIBET 西藏攻略旅遊網”獨家服務】

- 1、提供 168TIBET 西藏旅遊須知-行前說明會資料一份；
- 2、拉薩住宿酒店或同級，出發前予以確認住宿飯店名稱；
- 3、特別安排優秀援藏導遊為您精闢講解西藏神秘藏傳佛教歷史；
- 4、每輛旅遊車備用氧氣設備，讓您無後顧之憂玩得安心更放心；
- 5、辦理入藏批件請旅客備妥台胞證須有簽註章效期內傳真或掃描至我社；
- 6、提供貴賓獨家中藥配方（需自行購買），進藏前服用有效提前預防減緩高原反應；
- 7、@168 為您提供最好的旅遊品質【無購物】，絕不安排藏藥、蠶絲被、紅景天、貔貅購物站。堅持尊嚴旅遊，享受旅行！
- 8、本行程為自由行參考建議路線，旅客可依個別需求彈性調整，並由本公司協助提供相關代訂及資訊服務。



右1孫總榮獲西藏「金質獎」最高殊榮
右2由西藏林芝旅遊局長王卓頒贈獎牌

安排精緻行程

★ 《本公司另有安排 168 隱藏版行程、餐食、住宿安排、為免同業抄襲，故不便事先公佈！》



- 拉薩雙飛，讓您節省時間，擁有最充足時間飽覽雪域精華風光！
- 尊爵體驗《拉薩升等一晚超五星酒店》【聖地天堂-洲際大酒店】
- 獨家安排【拉日鐵路】讓您飽覽雅魯藏布江、最美核心景區風光
- 走進佛教發源地-藏王夏宮【庸布拉康】、首座三寶佛寺【桑耶寺】
- 走進藏人朝思夜盼、前世今生、最崇敬夢想朝拜的【布達拉宮】
- 跟隨藏族用身軀丈量大地，虔心朝拜前往的佛教中心【大昭寺】
- 參觀後藏重鎮，政教精神領袖～班喇嘛的駐錫地【扎什倫布寺】
- 經千萬年時光形成的陸型冰川，即將消逝的世紀景觀【卡洛拉冰川】
- 親訪觀靈童轉世神湖之一，流淌在人間的地上銀河聖湖【羊卓雍措】
- 體驗世界最高湖泊，天空寶鏡神湖【納木錯】似雲海齊眉的感動！

榮獲金旅獎獨家行程一世紀天路【拉日】鐵路美景天成

《2026》尊爵等+升等一晚超五星聖地洲際天堂大酒店-超奢華!

精彩亮點：讓您輕鬆登上世界之巔『珠穆朗瑪峰』，海拔 8848 公尺，為讓玩家能輕鬆登上珠峰，並且把握在景觀在陽光升起溫度最佳時，近距離觀賞雪山，並特別安排登上【**珠峰大本營**】將美景盡收眼底，珠峰是登山者心目中的聖地麥迦，藏語意為「聖母」，為世界第一高峰，珠穆朗瑪峰風景奇特壯麗，藍天白雲，雪山都會令您激動。位於喜馬拉雅山峰頂終年積雪，一派聖潔景象。珠峰地區擁有 4 座 8000 米以上、38 座 7000 米以上的山峰，被譽為地球第三級。珠穆朗瑪在藏族神話中被認為是五位仙女中的第三女神。她是萬山之尊、地球之巔。這是您一生、一定、絕對要前往一次的旅遊夢想終極地。更成就您此生最不平凡的驕傲！



精心安排-豐富行程

第一天：桃園 或 高雄 → 成都 或當日可抵達航班，航班參考 KA825+CX466 08:10-15:15 或 CA418 19:45-23:35 今日搭乘豪華客機前往【成都】前往飯店休息，明天五六點要早起，準備迎向我們心神嚮往的神祕國度--西藏。

第二天：成都-拉薩 CA4401 07:15-09:50 【適應高原、學習心“慢”則“快”！】清晨搭機飛往雪域西藏，沿途機窗外綿綿雪山、高峰深壑，真的有置身世界屋脊的感覺；西藏是個充滿誘惑、人的一生不能不去的地方，以其壯麗的雪域風光、危聳的皚皚雪峰、遼闊的高原牧場、神秘的宗教廟宇、獨特風情，強烈的吸引著世界各地的遊人；隨後抵達全年無霧，光照充足超過 3000 小時，有“日光城”之稱的拉薩機場。前往享用午餐，用畢後返回酒店充份休息，以便最快的調壓適應高原氣候。



第三天：拉薩【天上的宮殿『布達拉宮』、『大昭寺』點燃心中聖燈、『八廓街』一條千年的轉經道】

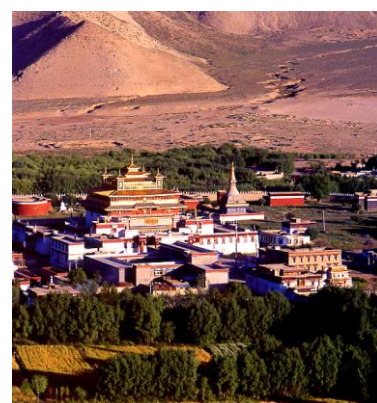
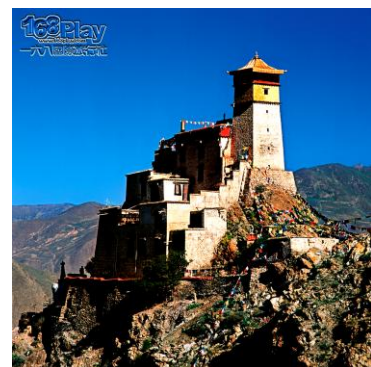
本日前往地球上最高的雪域宮殿。氣勢磅礴雄偉。是藝術殿堂與建築史上的奇跡。更是世界文化遺產。“布達拉”是梵語的音譯，又譯作“普陀”，原指觀音菩薩之居所。吐蕃國王松贊幹布為迎娶文成公主，而建造了布達拉宮。宮殿主體由白宮和紅宮組成，達賴喇嘛的政治活動起居都在白宮；而紅宮則供奉歷代達賴的靈塔與佛殿。走進布達拉宮，彷彿走進佛教世界，眼前千座佛塔，萬座佛像與唐卡一個令人驚嘆的藝術寶庫。這裏珍藏著無數珍寶，都讓人心無比讚嘆與震撼。下午前往『大昭寺』，這裡是佛教的中心，在寺前可以見到穿流不息的藏族們，他們日夜不停，虔誠的面向寺內大禮拜，更是西藏最輝煌的雄偉建築，融合了藏、唐、尼泊爾、印度的建築風格，寺內供奉著隨文成公主進藏所帶入的（釋迦牟尼 12 歲等身佛）。珍藏珍珠佛衣、金燈等無數稀世珍寶，並且選出每一世活佛轉世的儀式「金瓶掣籤」，歷來也都在大昭寺舉行。在佛教界具有至高無上的地位。大昭寺外的『八角街』，是一條有著 1300 多年歷史，是拉薩最古老的街道，是由朝聖者，用身軀丈量鋪展而成的千年轉經路。藏民們通常以大昭寺做為中心點，沿著外圍順時針繞行轉經，並面向供奉在大昭寺內釋迦牟尼佛所朝拜，在藏民心中，繞行一千多米的外環道卻是讓他們可通往天堂的神聖之路。兩旁在八角街的商店林立，有極具藏地特色的轉經筒和面具，綠松石及藏族飾品，琳瑯滿目非常吸睛，也是所有來到西藏的遊客，逛街購物的最佳尋寶去處。在逛八角街時要注意按順時鐘方向遊覽前進，順時針遊覽一圈有達到功德圓滿之意。★隨後下午則前往《扎基寺》，這是西藏最有名的『財神廟』，寺廟供奉“吉祥天母”是西藏人的媽祖娘娘，也是天母的本尊佛殿，也是整個藏區最靈驗的財神廟，如果要求財的朋友，



到西藏一定要來祭拜一下，聽說可是有求必應！168 其中一些虔誠的貴賓們，每年都要再回去感謝吉祥天母法王，可見應該是受到很大的庇佑，總之有拜有保佑喔！可在寺前請白酒供養天母，與煨桑除障，都是非常好的。

第四天：拉薩-山南【諾亞方舟的明哲谷-西藏首座王宮『雍布拉康』、西藏首座三寶俱全的寺廟『桑耶寺』】

清晨前往藏傳佛教發源地山南澤當，參觀氣勢恢宏的『雍布拉康』，西藏歷史上第一座王宮，「雍布」藏語意母鹿，「拉」意指後腿，「康」為宮殿，合在一起就是「母鹿後腿上的宮殿」，這風雨中矗立千年的西藏第一座宮殿，彷彿在守護著眾生的平安！兩千一百多年前第一代藏王所建，後歷經數十代吐蕃王，直到公元七世紀第三十三代藏王松贊干布(遷都)拉薩、興建布達拉宮，因而雍布拉康才變成藏王在山南的夏宮。雍布拉康也是佛教傳入西藏之源流，過程猶如神話。西藏自古以來皆信奉苯教，直到第二十八代吐蕃王，傳說天降「諸佛菩薩名稱經」，藏王卻不識其精妙將它們供奉於密室，百餘年後開啟密室時，才發現此經為「伏藏」物，經文中早已提前寫下並預告後世，西藏會經歷滅佛毀滅時期，眾生無須憂，當天空出現飛鳥(意旨飛機)，當地上出現鐵馬(意為青藏列車)，藏傳佛教將會再次宏揚興盛與世間，這千年前的伏藏預言，如今千年後的今天，藏傳佛教確實在世界廣傳，不得不令人感到這無比神奇，預知未來的能力。享用午餐後前往『桑耶寺』，藏文意為「意想無邊」之寺，西元 762 年藏王赤松德贊弘佛抑苯，請蓮花生大師建寺，並從尼泊爾迎請高僧講經弘法，剃度七名藏人出家為僧，號稱「七覺士」，也因此『桑耶寺』成為了，西藏第一座「佛、法、僧」三寶齊全的佛教寺院。桑耶寺殿塔林立、樓閣高闊、內涵豐厚、規模宏大，據說整體結構是依照佛經中的大千世界佈局，整體形似壇城（曼陀羅），有象徵日月的太陽、月亮殿，代表四大天王的四座佛塔，還有四大洲和八小洲的各殿堂，總數共有 108 座。而在桑耶寺建成之後，藏王宣佈吐蕃全民開始信仰佛教。



第五天：澤當一日喀則【地上銀河『羊卓雍錯』、世紀冰川卡洛拉、西藏塔王『白居寺』、江孜宗山古堡】

早餐後隨後延著雅魯藏布江。翻越海拔 4852 米的岡巴拉山，站在山口時，聖湖羊卓雍湖映入眼簾，宛如一條飄帶掛在天地之間，讓你陶醉於世外桃源般之人間仙境中。那如寶鏡般的湖面，是可以走進前世看到今生，為了尋找達賴喇嘛的轉世靈童，大活佛會藉由卜卦，與觀察湖中的顯像，來確定靈童出世方位，因此羊湖在藏傳佛教享有崇高的地位，並被虔誠的藏民們奉為『聖湖』。湖水碧藍清澈，湖光山色，景色如畫，當地藏民讚她“天上的仙境，人間的羊卓“天上的繁星，湖畔的牛羊，羊卓雍湖除了是西藏的三大聖湖之一外，還是西藏最大的水鳥棲息地，每到夏季，無數天鵝，沙鷗等水鳥常在湖面嬉戲。環繞聖湖途經即將消失的世紀景觀—卡若拉冰川，抬頭仰望著，巨大的冰川讓陽光灑在她雪白的臉龐上，是如此瑰麗耀眼動人，那種無聲的震撼令人內心澎湃，卡若拉是西藏三大陸型冰川之一。冰川盤踞在路邊的山丘，可以近距離仰望冰舌，看來伸手可及，實際上卻遠在高達海拔 6647 米的天邊。不過別小看這個卡洛拉冰川，它可是經過千萬年時光累積才雕塑出來的懸崖冰川。冰雪沿著冰層張裂，而形成層次豐富多姿的冰塔林。大自然的神奇魅力。竟能創造出如此巧奪天工的冰原奇觀。不過由於地球暖冰川雪線漸退，更吸引無數旅行玩家得要跟地球賽跑，抓緊把握到此親眼目睹冰川壯闊奇景的時間了。隨後赴西藏第二大城-日喀則的『白居寺』又稱萬佛塔，夏季，您會讓眼前這座被大朵大朵鮮艷盛開的花兒，所環繞包圍的美麗寺廟給吸引住，他就是著名的藝術寶窟。白居寺地位獨特，是兼併藏傳佛教薩迦、噶當、格魯 3 大教派共存的一座寺廟。寺裡擁有宏偉的「十萬佛塔」而聞名，有西藏塔王之稱，塔高九層，寺中有塔、塔中有寺，裡頭的壁畫、雕像由低層至高，代表的是修行境界的提升。塔身色彩鮮麗，在陽光下非常耀眼，建築風格融合尼泊爾、緬甸、印度、漢族形成獨一無二的風格。途經紅河谷江孜抗英宗山古堡，江孜平原農產豐富，被譽為西藏穀倉！



第六天 日喀則—定日【拉孜、嘉措拉雪山、定日協格爾】

早上乘車途徑拉孜前往新定日縣城—協格爾。在將到協格爾時，即可遠眺珠穆朗瑪峰的雄姿。沿途你將翻越海拔 5280 米的嘉措拉雪山口，藏語為“光明最先照耀的金色峰頂”，是藏刀的原產地有最好的藏刀。稍後往定日，在此你可以買到一些藏族孩子撿來的海生物化石標本。今日在定日做好調整，準備明日前珠穆朗瑪峰的最佳位置。

珠峰住宿用車品質嚴選



【西藏印象提示】：珠峰大本營住宿條件極差，尤其在珠峰五千海拔住宿，保暖設備不足下，幾乎是疼痛無法入眠捱到天亮的，為確保整體旅客能得到安全舒適休整與較完善醫療設備資源，將視當時情況安排絨布寺招待所-5星，《升等》（珠峰大本營景觀賓館）准三星 或 調整住宿在協格爾定日珠峰賓館准四星，住宿條件相對好，讓自己保

持在身心靈舒適與安全的條件下，在睡眠充足後，清晨前往珠峰沿途便可欣賞到 4 座八千海拔的群峰日出，讓您輕鬆登上世界之巔，領略珠峰才是令人興奮與驕傲的！▲ [住宿用車請點入詳閱內容](#)



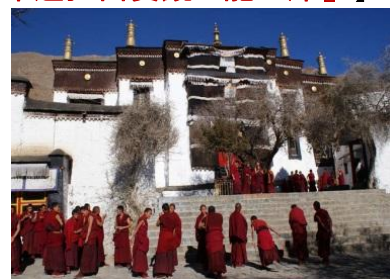
第七天 定日—珠峰絨布寺—日喀則【前進珠峰大本營、欣賞世界之巔-珠穆朗瑪峰，成就此生不平凡的驕傲!】

今日抵達靈魂的洗禮珠穆朗瑪峰，海拔 8844 米的世界第一高峰。億萬年來，珠穆朗瑪意為大地之母，故稱「聖母峰」。它像座巨大金字塔矗立在天地之間，在用那終年的積雪孕育著天地生靈的同時，也孕育了許多動人的神話和傳說。而珠峰腳下發育了許多規模巨大的現代冰川，冰鬥、角峰、刀脊等冰川地貌現象廣泛分佈；連綿 4 座 8000 米以上的雪山排成一列，實為壯觀，從左向右分別是：馬卡魯峰 8463 米；洛子峰 8516 米；珠穆朗瑪峰 8844.43 米；卓奧友峰 8201 米。而《珠峰大本營》極限挑戰的起始海拔 5280 米，算得上是世界上最高的商業中心了。登山旺季時 4~6 月至少有上百頂帳篷分佈在大本營，有旅館、茶座、商店帳篷，還有登山隊員、科考隊員、珠峰高程測量隊員等的工作生活帳篷，更多的則是來自世界各地遊客搭建的小帳篷，珠峰大本營如同一個繁華的帳篷小城鎮。千百年來，屹立在地球最高點的它是所有探險者登山者的冒險樂園，夢想終極地。★今天若能得到珠峰女神召見，恭喜您!! 別忘了一定要掛上經幡祈願! 藏族人敬拜天地相信神山有靈，抱著謙卑的心有拜有保佑，相信會對您未來人生有所啟發與加持喔!



第八天 日喀則—拉薩【自由市場、班禪駐錫地「札什倫布寺」、體驗拉日鐵路、布達拉宮寶鏡「龍王潭」】

上午前往黃教六大寺之一歷代班禪額爾德尼駐錫地【札什倫布寺】參觀，扎寺耀眼奪目閃閃發光的金頂，依山而建氣勢雄偉，像座城池般的建築，氣派莊嚴，如實彰顯襯出由《班禪喇嘛》所領導的“札什倫布寺”在後藏地區，享有與前藏“布達拉宮”領袖《達賴喇嘛》相同崇高的政教地位。寺內最偉大的建築“大彌勒殿”和“歷代班禪靈塔殿”。供奉著舉世無雙，全世界上室內最大的鎏金銅像強巴佛。得仰著頭才能拜見窺得全貌，佛像鑲著鑽石、珍珠、珊瑚 1400 多顆。這裡寶藏豐富令人驚歎的藝術寶庫。下午前往日喀則藏族人最活絡的露天市集【自由市場】，當地藏民主要是賣工藝品：藏刀、項鍊、蜜蠟、銅器、法器、唐卡、藏香等一應俱全。除了有各式工藝品出售，還有藏族人生活用品食品。可以討價還價。是遊客們最喜歡的淘寶天堂! 隨後前往搭乘最新 2014 年 8 月所建成的【拉日鐵路】，硬座可欣賞到雅魯藏布江核心景區，全長 253 公里，時速設計 120 公里，只需短短三小時車程，帶您您全程貫穿在海拔在 3600 公尺至 4000 間，由日喀則站，經仁布、尼木，穿越近 90 公里的雅魯藏布江峽谷，沿途田野，山川，河流，谷地獨特壯麗的自然風景，讓您目不轉睛、美景盡收眼底! 隨後前往布達拉宮的後花園，龍王潭圍繞著布宮山勢起伏，湖面中綠柳搖曳、碧波清澈、綠頭鴨悠遊好似如夢似幻的寶鏡般，這裡是攝影家的天堂，



“龍王潭這兒的龍王是女生喔!每年薩嘎達瓦節，人們都要到神殿供奉龍女，獻哈達、點酥油燈、施供品。

第九天 拉薩 或→成都【天空寶鏡-西藏三大聖湖之首『納木措』、藏北羌塘草原、那根拉山口】

上午前往世界上海拔最高的神湖【納木措】，在藏族心目中也是最神聖的聖湖，那木措太美了，天上雲朵就飄浮在額頭旁邊，彷彿伸手就可摘下而湛藍的湖面襯著雪山，陽光下波光粼粼閃著耀眼的光芒，看著湖面，就覺得整個人的靈魂都被洗滌了，到夜晚在沒有光害的星空下，星星就在眼前，如同身處幻境般那樣的不真實。如非親臨仙境，再多筆墨也無法形容她將帶給您無比激盪與感動，湖心有座札西半島，據說羊年在此轉湖，可獲得神靈的庇護與保佑，在此沉思、冥想，洗滌心靈對參透事物會更加澄明，此行將會是您此生最感動的生命之旅。



★此日若因自然災害因素，以致無法前往納木措，則安排替代方案，前往雪域皇家園林-羅布林卡是達賴喇嘛的夏宮青藏高原上最美園林，走進園林內就像進入一座瑰麗的藝術之宮，金碧輝煌的宮殿，其中珍藏無數唐卡、神像、珍貴的文物名畫，滿眼的蒼松翠竹，盛開的鮮花、高原上能有這樣幽美的園林令人驚艷! 2001 年列入世界文化遺產。

【西藏印象提示】：今晚視航班安排再行增減行程，夜宿拉薩 或 準備搭機返回成都休息

第十天 拉薩→成都→台北 或 高雄(或港轉)航班參考 CA-4206 10:30-11:55 + CA-417 15:30-18:40

享用完早餐後今日搭機回到六星級溫暖的家結束難忘的雪域之旅。

[🌸 玩家遊後評價](#) [🌸 西藏印象優勢](#) [🌸 非凡新聞專訪](#) [🌸 飛碟電台專訪](#) [🌸 西藏玩家 Q&A](#) [🌸 高原反應解析](#)

[🏠 HOME](#) | [168 玩家感謝函](#) | [最新出發表](#) | [168facebook](#) | [西藏攻略必讀](#) | [影音實況](#) | [旅遊講座](#) | [168 玩家日記](#) |

費用包含及服務標準如下：

1 關於交通：

機票：臺北經香港轉成都至拉薩來回全程四段或六段機票、拉日火車票青藏鐵路(硬座)

旅遊車：成都接送機服務+西藏全程用車為旅遊車（金杯車、宇通、日野、亞星、考斯特、五十鈴）[西藏車隊介紹](#)

2 關於住宿：[🏠 常用酒店一覽表](#) 可點擊進入詳閱 [西藏遊知識寶庫](#) [🏠 西藏遊風光影片](#) [🏠 西藏遊攝影作品](#)

尊爵等：林芝準五星(岷山)、(拉薩福朋喜來登或雪龍莊園或開元或新鼎或岷山酒店)準五星、(日喀則喬穆朗宗或札西曲塔)準五星、(澤當雅龔河)準五星或同級、(西寧福音或神旺酒店)準五星同級。三星(珠峰大本營景觀賓館)或準四星(定日珠峰賓館) 以上酒店或安排同級。[尊爵體驗《拉薩升等一晚超五星酒店，聖地洲際或瑞吉或香格里拉同級安排》。](#)

3 關於用餐：早餐均在酒店享用，除非搭早機或行程需要則安排路早餐盒，午晚餐，豪華等餐標 40、風味餐 60-100、均以人民幣計價。車上備有礦泉水，每餐均安排酒水，與季節性水果。[★我社為保留 168 貴賓們有更好的用餐品質](#)

[為免同業抄襲，因此不便將餐廳詳列，168 貴賓們對餐食安排大致滿意【用餐寫真】！](#)

4. 關於導遊：當地優秀援藏導遊服務為您服務

5. 本頁內容係提供旅客自由行、文化參訪及客製化行程規劃參考，實際行程內容、出發日期、住宿、交通及相關安排，均依旅客個別需求及當地實際狀況調整。

代訂費用不包含：機場燃油費6500元、機建稅、航空保險、陪同、司機導遊小費；(每天300元台幣/人)

注意事項：※由於航空公司依季節性經常臨時調整增減航班，以致行程有時無法按原表訂行程安排，故行程中所列之第【1.2.9.10】日行程航班，與抵達城市後當日行程僅供參考，[為讓貴賓去回航班，能盡力達成《直飛》之機會，與減少貴賓《港轉》不便](#)，故進出西藏前後轉機點，將可能以下列景點【成都、西安、重慶】作為替換安排，最終正確行程均須以航空公司實際發配為最終確認，以上所有行程須以行前說明會資料為準，特此向貴賓說明，懇請理解見諒。