



昆明 大理 麗江 香格里拉 風情 8 日

喜洲古鎮 ~ 三坊一照壁，茶香話白族

古鎮坐落於大理古城以北，東臨洱海、西枕蒼山，是保存最完整的白族民居聚落之一。古鎮巷弄蜿蜒，青石板路兩旁，是典型「三坊一照壁、四合五天井」格局的白族宅院，轉角樓、雕花木窗與彩繪門楣，細節處處見工藝。

走進老宅，主人端上當地特有的【三道茶】：先苦後甜再回味，以蒼山雪水調制，配合歌舞表演，茶香、笑聲與古院陽光交織在一起。窗外洱海風輕拂過，一杯茶，喝出白族人對生活的節奏與韻律。

大理古城 ~ 洋人街頭，護國路的風華

大理古城，背靠蒼山，面向洱海，街道格局整齊，傳統民居沿街而立，多見白族「三坊一照壁」的經典建築特色。

城內的石板路古樸幽深，其中【洋人街】，原名「護國路」，是中外文化交融的縮影。在這裡，您既能感受到歷史的沉澱，又能體驗到多元文化的活力，古城與洋人街相互映襯，成為大理最具國際風情的標誌性街區。



洱海生態廊道 ~ 環湖慢行，與湖共生

這是一條人與湖泊的界線，綿延的廊道將洱海與沿岸村落巧妙相隔，為這高原明珠「透透氣」。

您將乘坐環保电瓶車，或緩緩步行，穿梭於白族傳統村落之間，這些村落如同一串遺落在洱海邊的珍珠。

廊道設計優雅，一路盡是海風拂面、水鳥翔集，眼前展開的是一幅充滿鄉愁的田園畫卷，展現了人與自然和諧共生的詩意景象，是體驗大理慢生活，捕捉蒼山洱海絕美景致的最佳去處。



長江第一灣 ~ 江流到此成逆轉的壯闊一彎

萬里長江自青藏高原奔騰而下，在雲南橫斷山脈間與瀾滄江、怒江並行，形成「三江併流」的壯闊景觀。

來到香格里拉縣沙松碧村附近，江水原本一路向南，卻在這裡突然來了個超過一百多度的大轉彎，硬生生折向東北，刻畫出一個巨大「V」字形大灣，被稱為【長江第一灣】。

登高遠眺，只見江水在群山之間優雅迴旋，兩岸梯田、村落與雲影倒映其中，氣勢雄渾又不失柔美。此處不僅是地理奇觀，更像是長江奔流中，一個短暫回眸的優雅姿態。



虎跳峽 ~ 巨石搏流的轟鳴

峽谷險峻，江流與虎跳石相擊，山轟谷鳴。峽寬僅數十米，水勢奔騰，氣勢如雷。手扶梯下行，近距離感受大自然的雄壯。

虎跳峽





中甸（香格里拉）～ 香格里拉的前世今生

中甸位於滇、川、藏交界，是迪慶藏族自治州的首府。這片高原盆地被雪山、草原與森林環抱，清晨薄霧籠罩，陽光灑落在金色經幡與藏式屋頂上，顯得靜謐而莊嚴。

2001年正式更名為「香格里拉」，意為「心中的日月」，與藏語舊名「尼旺宗」意涵相近。

城中既有古老寺院、轉經道與白塔，也有新式街區與咖啡館，傳統與現代交錯。行走其間，常見身著藏裝的居民緩步而行，口中念誦經文，高原陽光耀眼卻不刺眼，讓人恍如置身傳說中的世外秘境。



普達措 ~ 高山牧場，湖光山色入畫來

普達措國家公園是中國首個國家公園試點之一，園區內匯集高山湖泊、濕地草甸與原始森林。

清晨，薄霧在湖面與林間慢慢升起，遠處雪山輪廓若隱若現。木棧道沿著湖岸與草地蜿蜒伸展，行走其間，腳下是柔軟苔蘚與野花，小松鼠與鳥類不時掠過。

牧場上牛羊悠閒低頭覓食，與不遠處的藏式村落相映成趣。四季景色各異：春夏百花盛開，秋季林木換上金紅新裝，冬日則披上一層靜默的白雪。

獨克宗古城 / 世界第一大轉經筒

香格里拉的古城原名【獨克宗】，藏語意為「建在石頭上的城堡」或「月光城」，是茶馬古道上的重要樞紐。對佛法的虔誠與對和平的祈願，成為獨克宗古城最神聖、最震撼人心的地標。

【世界第一大轉經筒】

獨克宗古城龜山公園的世界第一大轉經筒，高 21 米、重 60 噸，純銅鍍金筒身雕刻四大菩薩與佛家八寶，內藏 124 萬條六字真言。需多人合力方能轉動，每一圈皆象徵虔誠祈願與和平祝福，成為古城最神聖、震撼人心的地標。



松贊林寺 ~ 小布達拉宮，佛光映湖

建於 1679 年的松贊林寺，依山而建、面湖而居，遠望宛如一座金頂城堡倒映在湖面上，被譽為「小布達拉宮」。寺院坐北朝南，層層疊起的藏式建築沿山勢展開，主殿雕樑畫棟，屋頂覆以鎏金銅瓦，在高原陽光下熠熠生輝。

寺內供奉多尊包金佛像、珍貴貝葉經和精細唐卡，香火繚繞，僧侶誦經聲在殿內回響。拾級而上，轉經筒、酥油燈與信眾的虔誠身影交織，站在高處俯瞰湖光山色，能感受到藏傳佛教聖地特有的寧靜與力量。



麗江古城 / 四方街

~ 水巷、青瓦與紅燈籠的柔軟時光

麗江古城已有八百多年歷史，青石板路在小巧院落間交織，家家戶戶門前潺潺溪流過，垂柳、花盆與紅燈籠點綴其間，因而有「高原姑蘇」之稱。

【四方街】 石板廣場四面延伸出多條小巷，周圍茶館、客棧與小店林立。白天人潮悠閒，夜晚燈光亮起，歌聲與笑聲在巷弄裡回盪。木雕窗櫺、納西圖騰與屋頂上的瓦當，都訴說著古城的歲月。順著水巷漫步，你可以一邊尋找特色小吃，一邊感受這座世界文化遺產的溫度與故事。

印象麗江秀 ~ 雪山為幕，紅土上的納西情

《印象麗江》以玉龍雪山為背景，海拔3100公尺的劇場環抱草甸與雲霧。紅色沙石砌成的茶馬古道盤旋舞台，數百少數民族演員身著傳統服飾，鼓點吶喊

間重現商旅與祭祀場景。高原陽光、雪山白雲與勁道舞姿交織，震撼人心。演出落幕，回望雪山，更能感受這片土地的生命力。

玉龍雪山 ~ 雲杉林深處仰望雪峰之約

玉龍雪山是納西族的聖山，十三座雪峰連綿如銀龍。乘纜車穿越原始森林，抵達海拔 3240 米的雲杉坪。

此地意為“玉龍山中的殉情之地”，是一片隱藏在雲杉林中的高山草甸。

◦視野開闊，可近距離眺望主峰扇子陡，雪山巍峨雄偉。翠綠草甸與潔白雪峰相映成趣，展現納西文化中愛與自然的浪漫情懷。

藍月谷 ~ 雪山融水染成的蔚藍調色盤

其前身為早前人們所熟知的“白水河”藍月谷又名白水河，河水是雪山積雪融化後又經岩層過濾，在泉水湧出而最終匯成白水河。白水河水質未受任何污染，河水衝刷的卵石，清澈明晰。

因為白石為底，水流其上，水的顏色更加明淨，白水河也因此得名。

白沙古鎮 ~ 雪山下的納西避世古村

白沙古鎮位於麗江城北，是納西族在麗江壩的早期聚居地，也是木氏土司的發祥地。鎮上街道不寬，石板路兩旁是低矮的木結構民居，門楣與窗框略顯斑駁，卻更添歲月味道。

這裡最著名的是明清時期留下的【白沙壁畫】，佛像、人物與花紋以多元畫風交織，色彩雖經風雨洗禮仍然柔和。相比熱鬧的麗江古城，白沙顯得格外安靜，咖啡館與小店散落其間。坐在院子裡喝一杯當地小食或咖啡，聽風穿過樹葉，體會時間流動的節奏。



金梭島 / 擺渡船 X 龍宮溶洞 X 海菜花表演

金梭島是洱海中最大的島嶼，兩端高、中段狹窄，形如織布用的梭子，因此得名。搭乘擺渡船穿行洱海，清風拂面，島影在波光間愈發清晰。

登島後可探訪天然形成的【龍宮溶洞】，洞內鐘乳石形態各異，有如宮殿廳堂、寶塔與飛鳥，燈光投射下景象幻化。傳說中的「宮燈照寶塔」等景觀，使人聯想到南詔古國的歷史。

洱海清澈水域中，季節合宜時可欣賞【海菜花表演】，白色小花在水面隨波輕搖。



洱海邊的聖托裏尼 ~ 洱海畔的藍白愛琴海幻影

洱海邊的「聖托裏尼風」打卡點，以藍白相間的建築與半圓拱門、鐘樓造型聞名。

白色牆面在陽光下格外耀眼，與洱海的藍、新綠山色相互映襯，營造出彷彿置身愛琴海島嶼的錯覺。

階梯、陽台與露台一路向海延伸，是拍攝旅拍照與婚紗照的熱門場景。

站在高處眺望，海天一線，微風拂過，裙擺與輕幡一同飄動。

這裡既是旅程中的拍照亮點，也是一個可以坐下來看海、輕鬆發呆的角落，為大理之行增添幾分浪漫色彩。



昆明大理麗江、虎跳峽、香格里拉風情八天 (VIP 三排椅)

雲南省~簡稱雲或滇，因清代境內有迤東道、迤西道、迤南道三迤，故又簡稱迤，是中華人民共和國西南部邊疆地區的省份，雲南動植物種類數為全國之冠，素有「動植物王國」之稱，被譽為「有色金屬王國」，歷史文化悠久，自然風光絢麗，是人類文明重要發祥地之一。雲南歷史代表文化為「滇文化」。雲南是直立人重要的活動地之一，生活在距今 170 萬年前的雲南元謀猿人，是迄今為止發現的中國乃至亞洲最早的直立人。



質 我們堅持的品質

🌸 全程【無購物】完整體驗，讓您玩的盡興，零負擔!!!!

🌸 貼心安排：【全程 RMB50~70 餐標】安排各地風味佳餚，讓您品嚐著名美食風味。

◆ 觀賞二十大景點：

- 🌸 大理洱海生態廊道 - 電瓶車。
- 🌸 喜州民居 轉角樓 - 三道茶。
- 🌸 大理古城 - 洋人街。
- 🌸 虎跳峽景區 - 手扶梯。
- 🌸 松贊林寺 - 景區車。
- 🌸 獨克宗古城。
- 🌸 世界第一大轉經筒。
- 🌸 普達措國家公園 - 景區車、屬都湖、碧塔海部分棧道。
- 🌸 麗江古城 - 四方街。
- 🌸 玉龍雪山 - 雲杉坪纜車 - 棧道電瓶車。
- 🌸 印象麗江歌舞秀。
- 🌸 藍月谷 - 電瓶車。
- 🌸 玉水寨。
- 🌸 白沙古鎮。
- 🌸 大理雙廊古漁村。
- 🌸 聖托裏尼 - 電瓶車。
- 🌸 金梭島 - 擺渡船、龍宮溶洞、海菜花表演。
- 🌸 大觀樓。
- 🌸 昆明老街 - 錢王街、景星街、轉角樓 (紙片樓)。

◆ 貼心安排：

- 每天礦泉水。
- 全程安排 VIP 三排椅。

住 用心挑選的酒店

★★★★昆明官渡豪生 Life 飯店

飯店周邊環繞著諸如雙橋夜市、水木花野生菌市場、官渡古鎮、彌勒寺等著名旅遊景點，且與市中心 CBD 地區咫尺相鄰，這一優越的地理位置使得飯店成為商務出差、遊覽觀光、休閒娛樂及度假的理想之選。通過巧妙運用光線與建築設計，我們為飯店的裝修注入了豐富的色彩與活力。明亮的窗戶和整潔的傢俱展現出一片清新與明亮，為顧客營造了一個寬敞舒適的空間感。**2024 年開業、房間數量(間): 122。**



★★★★恒盛酒店

飯店周邊餐飲娛樂匯聚，地理位置優越，交通便利。飯店擁有各類客房，是商務、旅遊的理想居所。入住本飯店一併解決您吃喝玩樂的所有問題，讓您有一個非常愉快的旅行！飯店擁有各種溫馨舒適客房，各項設施豪華飯店標準設計裝修。客房內各種消費用品按國際各大品牌配置。飯店配套桑拿洗浴，室內溶洞泡池，健身服務，以及簡式西點供您享用。並設有配套的溫泉 SPA 及足浴服務。**2018 年開業、房間數量(間): 213。**



★★★★大理洱海公園浩楓溫德姆飯店

飯店集客房、餐飲、多功能會議室於一體，擁有各類客房，秉承發現不平凡的旅途體驗的品牌理念，致力於打造安靜舒適的客房，為您帶來一夜好夢！東方禪、東方茶、東方禮、東方韻，讓您沉浸與甦醒在東方美學裡。食在飯店，精緻可口的美食，為您帶來饕餮盛宴，怡程甄選健康營養的食材，為您提供豐富的中西式自助早餐，優雅舒適的環境，專業又富有創意的廚師團隊與細緻入微的服務完美結合，為您帶來充滿驚喜的用餐體驗！**2019 年開業、房間數量(間): 163。**



★★★★★香格里拉天界神川大飯店

飯店富麗堂皇的大廳，配有休閒區域，周到快捷的熱忱服務，使每一位賓客都感到賓至如歸而欣悅難忘。飯店擁有客房近 300 套，所有房間均有獨立保險櫃、進口漢斯格雅衛浴設備、國內及國際長途、包括 hbo 和鳳凰衛視在內的 40 多套衛星電視節目。特色中餐廳、西餐廳、茶餐廳、藏式酒坊、藏式風味餐廳和 12 個不同民族風格的餐飲包房，讓你充分感覺到藏、漢及西式餐飲文化的魅力。**2004 年開業、2019 年裝修、房間數量 (間) : 293。**



★★★★麗江大港旺寶國際飯店

飯店共設寬敞舒適的客房及套房 400 餘間，房間面積超過 45 平方米，室內設計雅緻，設備齊全。商務樓層的賓客更可在商務樓層酒廊享用早餐、下午茶和雞尾酒及快速便捷的入住登記和退房結帳服務等。飯店有可分別容納賓客 30 至 550 人，面積 700 平方米的多功能宴會廳，可根據會議的不同需求而分隔。**2005 年開業、2019 年裝修、房間數量 (間) : 435。**



★★★★楚雄維也納國際飯店

飯店 (楚雄瑞特店) 位於雲南省楚雄市鹿城鎮陽光大道瑞特商業中心 A 座，地處楚雄東南新城，緊鄰彝州大劇院，毗鄰楚雄師範學院；從飯店出發，可前往彝海公園，漫步湖畔小道；也可便捷到達彝人古鎮、西山公園、福塔公園等旅遊景點，盡情享受楚雄特色與魅力；飯店客房從 6 樓到 14 樓，視野開闊，環境優美，景觀房型均可看到河畔盛景；店內可提供各種房型供您選擇，並備有國際國內直撥電話、免費高速寬頻上網、24 小時熱水等各類服務設施，讓您的旅行、商務、生活一步到位。**2021 年開業、房間數量 (間) : 234。**



★★★★昆明長水國際機場美居飯店

美居飯店業主方為雲南機場集團，飯店位於氣候溫和、夏無酷暑、冬無嚴寒、四季如春的雲南省昆明市官渡區機場東路，佔地面積近 100 畝，飯店距機場車程約為 8 分鐘；擁有專門為機務人員和乘務人員定製的各類客房，飯店每 30 分鐘一趟班車機場免費接送。1 間多功能廳、2 間會議室以及體育館、

健身房、自助洗衣房、中西式自助早餐等配套完善的康娛設施，以及可同時容納 300 多人同時就餐的全日制餐廳，時刻準備為機組人員及旅客提供有溫度的服務。2024 年開業、房間數量 (間) : 136。



★參考航班：

天數	航空公司	航班號碼	起飛城市	起飛時間	抵達城市	抵達時間
第 1 天	東方航空	MU5008	桃園	15:00	上海	17:05
	東方航空	MU748	上海	20:00	昆明	23:50
第 8 天	東方航空	MU747	昆明	07:10	上海	10:10
	東方航空	MU5007	上海	12:05	桃園	14:00
天數	航空公司	航班號碼	起飛城市	起飛時間	抵達城市	抵達時間
第 1 天	南方航空	CZ3024	桃園	11:50	鄭州	14:45
	南方航空	CZ8535	鄭州	18:20	昆明	21:00
第 8 天	南方航空	CZ3420	昆明	07:45	鄭州	09:45
	南方航空	CZ3097	鄭州	11:15	桃園	13:30

(此為本行程預定航班時間，實際航班以團體確認的航班編號與飛行時間為準)

※如遇航空公司航班變動，本公司保有最後變動之權力。

★行程內容：

第一天 桃園→轉機點→昆明

今天集合於國際機場，由專人為您辦理登機手續，隨即搭乘客機，經轉機飛往一個景色優美的城市，雲南省會-昆明，又稱春城。春城昆明是一座有著花一樣浪漫情懷的城市。“天氣常如二三月，花開不斷四時春”，那里天總是藍的，傍晚的雲是五彩的，城內滿眼是綠草鮮花，當然還有清新的空氣和燦爛的陽光。

餐食	早餐：X	中餐：X	晚餐：機上餐食
住宿	★★★★昆明官渡豪生 Life 飯店或恒盛酒店或同級		

第二天 昆明 大理 (325 公里~4 小時) 洱海生態廊道 電瓶車 喜州民居 轉角樓 三道茶 大理古城 洋人街 紅龍井商業街

【洱海生態廊道 電瓶車】 洱海生態廊道是一條人與湖的界線，通過物理相隔，給洱海‘透透氣’。將沿岸各村連接在一起，使各具特色的白族傳統村落成為“圍繞洱海的一串珍珠”。沿著生態廊道緩緩步行，一幅鄉愁畫卷正徐徐展開。

【喜州民居-轉角樓 三道茶】 位于大理古城以北 18 千米處，東臨洱海，西枕蒼山，喜洲是重要的白族聚居的城鎮，這裡有著保存最多、最好的白族民居建築群。從布局上看是典型的“三坊一照壁”及“四合五天井”的

白族庭院格局。參觀白族民居，並品嚐當地特有的【三道茶歌舞】這是用蒼山雪水特殊調制而成（一苦二甜三回味）。

【鳳陽邑茶馬古道】位於下關至大理之間的大鳳路中途。全長約 1900 米，原貌保存較好，路寬約 3 米。道旁為石凳和鋪台子，具有典型的茶馬古道特徵。古道周邊為古老的白族民居，牆體為不規則的石頭所砌，獨具特色。

【大理古城】，城內街道井然有序，民居獨具傳統特色。參觀白族典型“三坊一照壁、四合五天井”的白族民居，並前往參觀【洋人街】在古城，大理洋人街原名“護國路”，長 1000 米，寬 7 米，青石板鋪面。中西風味店，珠寶店，古董店，扎染店，畫廊各行各業隨之興起，鋪面林立兩側，琳琅滿目，目不暇接，成為中外有名的“大理洋人街”。

【紅龍井商業街】大理政府以紅龍井與玉白菜的傳說為素材，打造了一個水景文化休閒景觀街道。全長 408 米的紅龍井水景街區，一條細長清澈的溪水蜿蜒而下。沿着溪水兩旁的人行道分級而下，路兩旁綠柳成蔭，路上鮮花盛開，眼前清泉流淌，水花濺起如玉珠落盤，潺潺水聲不絕於耳。

 餐食	早餐：酒店內	中餐：砂鍋魚風味 RMB 50	晚餐：白族風味 RMB 50
 住宿	★★★★大理洱海公園浩楓溫德姆飯店或同級		

第三天 大理  虎跳峽  電扶梯 (215 公里~3.1 小時)  中甸香格里拉 (116 公里~2.2 小時)  松贊林寺  景區車  獨克宗古城  龜山公園  大轉經輪

【虎跳峽】，是世界上著名的大峽谷，以奇險雄壯著稱于世。從虎跳峽鎮過沖江河洞哈巴雪山山麓順江而下，即可進入峽谷。上虎跳距虎跳峽鎮 9 公里，是整個峽谷中最窄的一段，峽寬僅 30 餘米，江心右一個 13 米高的大石一虎跳石，巨石猶如孤峰突起，屹然獨尊，江流與巨石相互搏擊，山轟谷鳴，氣勢非凡。

隨後遠眺【長江第一灣】這秀麗的江川。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“三江併流”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”。

隨後專車前往香格里拉迪慶州首府 - 【中甸】，是雲南迪慶藏族自治州首府，位於滇、川、藏三省區交界處。2001 年 12 月 17 日經中華人民共和國國務院民政部批准，正式易名為“香格里拉縣”，是雲南省迪慶藏族自治州首府所在地。香格里拉的含義與中甸縣古城藏語地名“尼旺宗”相一致。

【松贊林寺】建於 1679 年，依山而建，面湖而居，氣勢恢弘，莊嚴神秘，是雲南藏傳佛教的首要寺廟。為該寺選址時，達刺喇嘛占卜得神示：“林木深幽現清泉，天降金鷲戲其間”。現在的松贊林寺內有清泉淙淙，春夏不溢，秋冬不涸，並能常見一對金鷲出入。松贊林寺坐北朝南，外圍築有橢圓形城垣，扎倉、吉康兩大主殿位於寺中心的最高點。大殿為五層藏式建築，雕樑畫棟，頂部為鎏金銅質金頂，金碧輝煌。不僅建築精美，寺內所藏宗教法器及珍貴文物也頗多。其中有五世達賴和七世達賴時期的八尊包金釋迦佛像、貝葉經、五彩金汁精繪唐卡、黃金燈和《丹珠爾》經書十部，其中兩部為金汁手書，極其珍貴。

【獨克宗古城】香格里拉古城的初始叫法是“獨克宗”，位於香格里拉縣東南隅。“獨克宗”，一個藏語發音包含了兩層意思，一為“建在石頭上的城堡”，另為“月光城”

【龜山公園】它有著【世界第一大轉經筒】高 21 米、總重 60 噸、需要有四個成人一起推才能轉得動、轉經筒筒身為純銅鍍金，筒壁上高浮雕文殊，普賢，觀音，地藏四大菩薩。下層為佛家八寶：法螺、經輪、寶傘、百蓋、蓮花、寶瓶、金魚、盤長。筒內藏有經咒，六字真言 124 萬條和多種佛寶 16 噸。筒頂為比筒身直徑明顯大的圓形“傘蓋”，輪座為巨大的滾珠軸承，軸承外圍為直徑約十公分的不銹鋼管彎成的大環。站在香格里拉獨克宗古城，抬頭望去，便能看到不遠處的大龜山上，佇立著一個金色的巨大轉經筒。來到香格里拉，一定

要轉一轉這座“世界之最”的轉經筒。

 餐食	早餐：酒店內	中餐：中式合菜 RMB 50	晚餐：藏式風味 RMB 50
 住宿	★★★★★香格里拉天界神川大飯店或同級		

第四天 中甸香格里拉  普達措國家公園  景區車  屬都湖  碧塔海部分棧道  麗江(182公里~3.5小時)  麗江古城  四方街

【普達措景區】香格里拉普達措國家公園內有明鏡般的高山湖泊、水美草豐的牧場、百花盛開的濕地、飛禽走獸時常出沒的原始森林。碧塔海、屬都湖兩個美麗的淡水湖泊素有高原明珠之稱。首先搭乘【景區車】前往參觀【屬都湖】位於香格里拉東北部 35 公里處、距碧塔海十多公里。湖水清澈，水底小魚悠游，最獨特的是一種名為“裂腹魚”的珍稀魚類，這種魚腹部有一條細細的裂紋。湖四周是遮天蔽日的林木，湖畔還有個牛羊成群的牧場，充滿藏區的生活情趣。

【碧塔海】是中國雲南省迪慶藏族自治州香格里拉市的一個高原湖泊，位於縣城以東 25 千米，普達措國家公園內。該湖在藏語中稱為「碧塔德錯」(藏語：བཟ་མཐའ་མཚོ།，威利轉寫：bas mthav mtsho)，意為牛毛毯魔海。碧塔海湖面海拔 3538 米，是雲南省海拔最高的湖泊。碧塔海湖水未受到污染，清澈碧藍，能見度極高，倒映周圍雪山樹影，風景優美。湖中盛產裂腹魚、「碧塔重唇魚」，夏季杜鵑花盛開時，常有游魚因吞食杜鵑中毒，形成「杜鵑醉魚」奇觀。湖邊是水草豐美，百花盛開的濕地，秋冬季節，聚集許多飛禽在湖邊嬉戲。

【大硯古鎮】古鎮已有 800 多年的歷史。建築古樸典雅，家家戶戶皆有流水及垂柳，故有“高原姑蘇”之美譽。繼走訪猶如“小橋流水人家”為特色的【四方街】。

 餐食	早餐：酒店內	中餐：中式合菜 RMB 50	晚餐：火塘雞風味 RMB 50
 住宿	★★★★★麗江大港旺寶國際飯店或同級		

第五天 麗江  玉龍雪山  雲杉坪纜車  棧道電瓶車  印象麗江歌舞秀  藍月谷  電瓶車  玉水寨  白沙古鎮

納西自治縣城西北的【玉龍雪山】。經白河水後搭乘纜車上山，經原始森林小徑後，來到一片寬闊的草原(雲杉坪)雲杉坪納西語稱“吾魯游翠閣”，意為“玉龍山中的殉情之地”。此地眺望玉龍雪山更是美麗。雲杉坪其實是玉龍雪山主峰扇子陡半山腰的一個高山草甸，海拔 3240 米，像一片隱藏在原始雲杉林中的小牧場，遠看好似玉龍雪山腳下的一片翠綠的地毯。

【印象麗江秀】大型實景演出，由著名導演張藝謀、王潮歌和樊躍共同執導。其中《印象·麗江》雪山篇將劇場設在海拔 3100 米玉龍雪山的懷抱裏，四周高山草甸、白雲繚繞，將觀眾帶到了雪域高原天人合一的純美背景中。在可容納 1200 餘人的 360 度全視角劇場中，用象徵著雲貴高原紅土的紅色沙石砌成了 12 米高、迂回艱險的“茶馬古道”。實景演出以玉龍雪山的自然風光為天然背景，以納西民族為主的當地民俗民風構成了演出場景。動用演員達五百餘人，皆為當地人，力圖表現散居麗江的十個少數民族的基本生活形態。







【藍月谷】其前身為早前人們所熟知的“白水河”藍月谷又名白水河，河水是雪山積雪融化後又經岩層過濾，在泉水湧出而最終匯成白水河。白水河水質未受任何污染，河水衝刷的卵石，清澈明晰。因為白石為底，水流其上，水的顏色更加明淨，白水河也因此得名。

納西古文化的村寨【玉水寨】參觀，玉水寨是納西族中部地區的東巴聖地，是麗江古城的溯源。玉水寨東巴文化傳承基地保留了納西族傳統古樸的風貌，真正體現了“人與自然和諧發展”這一納西族傳統理念，東巴文化之真諦。現景區內有三位著名的東巴大師主持日常事務，有數名東巴學生，在玉水寨學習東巴經文、東巴舞蹈、東巴祭祀儀典、東巴藝術等。

【白沙古鎮】是麗江城北的一座古老的小鎮，是納西族在麗江壩的聚居地，也是麗江木氏土司的發祥地。這裡




目前依然保留了古色古香的風貌，而且非常的安靜質樸，鎮上明清時期的“白沙壁畫”更是珍貴無比。這裡空氣清新，環境優雅，還可以品嚐一下當地的美食。

 餐食	早餐：酒店內	中餐：雪廚小火鍋 RMB 70	晚餐：王府家宴 RMB 50
 住宿	★★★★麗江大港旺寶國際飯店或同級		

第六天	麗江  大理 (193 公里~2.8 小時)  雙廊古漁村  聖托裏尼網紅打卡點  金梭島  擺渡船  龍宮溶洞  海菜花表演  楚雄 (175 公里~2.5 小時)  彝人古鎮
-----	--

【雙廊古漁村】位於雲南省大理市東北端，洱海東北岸，是雲南省省級歷史文化名鎮和“蒼海風光第一鎮”。雙廊北有蘿苳曲，南有蓮花曲，前有金梭。玉幾二道環抱於雙間，因此得名“雙廊”。

【聖托裏尼網紅打卡點】洱海邊上的聖托裏尼，平常百姓都可以在這裡拍出漂亮的照片來。在大理旅遊，理想邦是千萬不可錯過的好地方。

【金梭島  擺渡船  龍宮溶洞  海菜花表演】是洱海最大的島嶼，屬喀斯特地貌。金梭島因兩端高闊、中部狹窄，形如織布用的梭子而得名。島的四面碧水清波，龍宮是島內天然形成的地下溶洞。其中，渾然天成的南詔古國太和城宮殿景點，其形如國王端坐殿上，下面文武百官，上面宮燈高掛，還有兩座寶塔相映，名為“宮燈照寶塔”。洞內還有：絲露花雨萬丈、八仙過海朝觀音、神鳥下蛋、晚霞生輝、玉兔相親、大鵬展翅等栩栩如生的景觀。

【彝人古鎮】以建築的美、文化的美征服了旅遊者。遊覽古鎮後，遊客們說得最多、感觸最深的是，驚奇、驚喜、震撼、興奮，想不到楚雄會出現這麼一個宏偉壯觀、風格獨特、文化深厚、風情濃郁、美輪美奐的文化旅遊景區，建築美、園林美、景觀美、人美水美風情美不勝收，像古戲臺的原生態民俗風情歌舞表演、火塘會的篝火晚會跳腳狂歡等彝族活文化的欣賞體驗，令人欣喜難忘。

 餐食	早餐：酒店內	中餐：中式合菜 RMB 50	晚餐：彝族風味 RMB 50
 住宿	★★★★楚雄維也納國際飯店或同級		

第七天	楚雄  昆明 (170 公里~2.3 小時)  大觀樓  昆明老街  錢王街  景星街  轉角樓 (紙片樓)  南強步行街
-----	--


【大觀樓】位於昆明市城西，南臨滇池，隔水與西山遙望，湖光山色丹霞帆影，十分優美。許多文人墨客來此吟詩作畫，至今尚保存在大觀樓內，園中最令人矚目的是懸於大觀樓上 180 字的長聯，是清朝乾隆年間寒士孫髯翁所作，有「古今第一長聯」之稱。

【昆明老街】昆明老街的建築羣落中，較古老的有近 900 年歷史，這些建築承載着這座城市太多的記憶與故事，同時又承載了當代人太多的童年歡樂和當下的生活趣味。昆明老街光華街，東起正義路，西至五一路，全長 435 米，是昆明城中僅存的具有昆明古樸風貌的老街。在今天的光華街上，可以吃到口味正宗的小鍋米線，可以淘到光怪陸離的雲南古玩，可以找到歷經百年的藥鋪。

【錢王街】位於正義路與文廟直街之間，長約 240 米，南至景星街，北至人民中路。錢王街東側屬升級改造後的現代建築“正義坊”，一樓分布中西餐廳、茶吧、書吧等店鋪，二三樓為服飾區，四樓為餐飲店鋪區。從錢王街可以乘坐電梯直達四樓餐飲區，上樓後可鳥瞰老昆明歷史建築保護片區。【轉角樓 (紙片樓)】距離老街 100 米，有兩棟紙片式的樓房，黃色的牆體，很復古的風格。

【南強步行街】位於昆明市中心，一條長約 300 米的步行街，這條街曾經是一條老街，街邊都是賣各種小吃的。經過改造後，街道兩旁的店鋪更有特色，各式小吃咖啡館，無論是本地人或遊客都會到這裡逛吃。周邊很繁華，有好幾個商場，吃住行在這附近很方便。

 餐食	早餐：酒店內	中餐：野生菌火鍋 RMB 50	晚餐：滇菜風味 RMB 50
---	--------	-----------------	----------------

 住宿	★★★★昆明空港美居酒店或同級
--	-----------------

第八天 昆明→轉機點→桃園

早上前往【昆明長水機場】，搭機經轉機返回台灣。為這趟 8 天之旅劃下永恆美麗的回憶。望下次還有榮幸為您服務!!

 餐食	早餐：酒店內	中餐：機上餐食	晚餐：X
 住宿	★★★★★★溫暖的家		

【注意事項】

※貼心說明：

- 1 行程航班飯店僅供參考；實際以行前說明會之資料為準。
 - 2 行程須同進同出，不可延回，若脫隊者行程中所載明之餐食，旅遊，住宿，機位等團體行程，將視同為個人放棄行為，恕不退費，尚需補足團費差價敬!請見諒。並簽立離團切結書；為確保各位貴賓行程進行中的權益及安全，如遇必須離隊者，請於出發前告知。謝謝！小費亦需付足旅遊天數。
 - 3.以上行程順序若因特殊狀況及其他不可抗拒之現象；如天候、交通、航班、船舶影響，而有飯店、景點、餐食順序上之調動，依當地視情況調整，絕對以最順暢之行程作為安排，但行程景點絕不減少，敬請諒察，敬祝旅途愉快！
 - 4.行程中已分攤 65 歲以上老人、殘障人士或兒童等優惠票價格，如產生優惠票恕不退回，敬請見諒。
 - 5.本行程僅適用於本國人中(華民國護照)參團有效。非本國籍旅客、及台商，價格另議。
 - 6.給小費也是國際禮儀之一喔！如有足浴按摩小費人民幣 10 元；行李小費人民幣 5-10；床頭小費人民幣 5-10 。
- 依國際禮儀慣例,每人每天 NTD300 元小費支付領隊,以便領隊給導遊及司機。
- 7.本行程酒店住宿皆為 2 人 1 室(二張單人床房型)，大陸地區有部份酒店房間內無法採用加床方式住宿，另若遇貴賓需指定大床房型；而因大陸地區酒店的相關問題，亦可能需加價與無法保證用房，遇到上述情況，尚請諒解。且如遇連續假期，或飯店滿、則行程和飯店公司保有更改同等級飯店之權利，期許讓客人更能輕鬆愉快享受渡假的樂趣！