



PINNACLE TRAVEL

established since 1996

we serve we listen

五洲旅行社

* 9 天 8 晚魅力西安 + 青藏高原游 *

15 人成团 天天出发 04 月 - 10 月 价格 SGD1,198/人 起

第一天 抵达西安 (不含餐)

Day 1 Arrival in Xi'an (No Meal)

抵达西安机场后，我们的当地代表将在机场抵达大厅外恭候，送至您到酒店入住。

第二天 西安 - 拉萨 (早, 午, 晚餐)

Day 2 Xi'an - Lhasa (Breakfast, Lunch, Dinner)

乘搭客机飞往拉萨 (不含机票及税)，入住酒店休息 (适应高原反应)。酒店免费安排专业高原医生巡诊服务，需要输液费用自理。

Domestic Flight from Xi'an to Lhasa (exclude airfare)

第三天 拉萨 - 林芝 (早, 午, 晚餐)

Day 3 Lhasa - Linzhi (Breakfast, Lunch, Dinner)



卡定沟 Kadinggou: 卡定藏语译为人间仙境，此处山势险要高耸入云，是典型的峡谷地貌，奇峰异石古树参天，落差近 200 米的瀑布飞流直下雄伟壮观，山崖天然形成的大佛、女神、观音、护法、如来佛祖、喇嘛颂经、神龟叫天、神鹰献宝、酥油灯，以及藏文“六字真言”佛字等；清新自然的天然氧吧将使您无限陶醉。

鲁朗林海 Lulang Forest Area: 鲁朗林海是一处云山雾海里的森林，有“叫人不想家的”的美誉，整个景点如诗如画，周边雪山林立，沟内森林葱笼，林间还有整齐如人工修剪般的草甸，许多民居修建在这山环水复的天上森林，周边溪流蜿蜒，有成千上万种野花竞相开放，简直就是人间天堂。

第四天 林芝 - 拉萨 (早, 午, 晚餐)

Day 4 Linzhi - Lhasa (Breakfast, Lunch, Dinner)



林芝民俗村藏族家访 Tibetan Home Visit in Nyingchi Folk Village,

巴松错 Pagsum Lake: 巴松措又名措高湖，藏语中是“绿色的水”的意思，长约 18 公里，湖面面积约 27 平方公里，最深处达 120 米，湖面海拔 3480 米。位于距工布江达县巴河镇约 36 千米的巴河上游的高峡深谷里，是红教的一处著名神湖和圣地。

湖心仙人岛 Lake Island

第五天 拉萨 (早, 午, 晚餐)

Day 5 Lhasa (Breakfast, Lunch, Dinner)



布达拉宫 Potala Palace: 布达拉宫位于中国西藏自治区首府拉萨市区西北的玛布日山上，是一座宫堡式建筑群，最初是吐蕃王朝赞普松赞干布为迎娶尺尊公主和文成公主而兴建。于 17 世纪重建后，成为历代达赖喇嘛的冬宫居所，为西藏政教合一的统治中心。1961 年，布达拉宫成为了中华人民共和国国务院第一批全国重点文物保护单位之一。1994 年，布达拉宫被列为世界文化遗产。布达拉宫的主体建筑为白宫和红宫两部分。

大昭寺 Jokhang Temple: 又名“祖拉康”、“觉康” (藏语意为佛殿)，位于拉萨老城区中心，是一座藏传佛教寺院，是藏王松赞干布建造，拉萨之所以有“圣地”之誉，与这座佛像有关。寺庙最初称“惹萨”，后来惹萨又成为这座城市的名称，并演化成当下的“拉萨”。大昭寺建成后，经过元、明、清历朝屡加修改扩建，才形成了现今的规模。

八廓街 Barkhor Street: 在藏语中，“八廓”是“中转经道”的意思。八廓街引又名八角街，位于拉萨市旧城区，是拉萨著名的转经道和商业中心，较完整地保存了古城的传统面貌和居住方式。八廓街原街道只是单一围绕大昭寺的转经道，藏族人称为“圣路”。



Pinnacle Travel Services Pte Ltd
 ☒: 111 North Bridge Road, #02-15
 Peninsula Plaza, Singapore 179098

☎ Tel : 6332 1522
 ☎ Fax : 6332 1577
 🌐 www.pinnacle-travel.com



PINNACLE TRAVEL

established since 1996

we serve we listen

五洲旅行社

* 9 天 8 晚魅力西安 + 青藏高原游 *

第六天 拉萨 - 羊卓雍错 - 拉萨 (早, 午, 晚餐)

Day 6 Lhasa - Yamdrok Lake - Lhasa (Breakfast, Lunch, Dinner)



岗巴拉雪山、羊卓雍湖、拉萨 Gangbala Snow Mountain, Yamdrok Lake and Lhasa: 站在岗巴拉山上可以很好的观赏羊卓雍湖, 很多西藏旅游者就在此观赏羊湖之后再返回拉萨。岗巴拉山口海拔 4990 米, 像西藏所有著名的山口一样, 有着巨大的玛尼堆, 扯着重重叠叠的风马旗 (即彩色经幡), 在风中呼啦啦地飘扬。这里是俯瞰羊卓雍湖的最佳地点: 山顶上有云层覆盖, 在湖面投下巨大的不规则阴影。蔚蓝的天空与湖水相映。纯净的湖水在阳光下呈现深浅不同的蓝色: 浅蓝、深蓝、孔雀蓝, 还有一些是绿色的。平静的湖面泛起鱼鳞般的细小波浪, 那一汪碧水是如此地深邃, 夺人魂魄。湖南岸边小块不规则的农田里, 青绿的是小麦, 金黄的是菜花, 更增添湖光山色。如果你运气好, 小雨过后, 甚至能看到一边乌云密布, 一边挂着彩虹, 还有一边霞光灿烂的奇景。

第七天 拉萨 - 西宁 (早, 午, 晚餐)

Day 7 Lhasa - Xining (Breakfast, Lunch, Dinner)



沿途火车上欣赏 (含火车硬卧票) - 昆仑山、玉珠玉虚雪山、可可西里无人区、长江源、唐古拉山口、错那圣湖、念青唐古拉山、桑丹康桑学草原、拉萨河等, 景色惹人醉

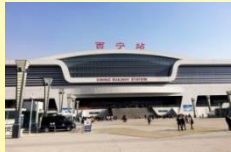
Admire the scenery on the train to Xining (include sleeper ticket) - Kunlun Mountain, Yuzhu Yuxu Snow Mountain, Hoh Xil No Man's Land, Yangtze River



Source, Tanggula Pass, Cona Lake, Nyainqentanglha Mountain, Sangdan Kangsangxue Grassland, Lhasa River and more.

第八天 西宁 (早, 午, 晚餐)

Day 8 Xining (Breakfast, Lunch, Dinner)



抵达西宁 Arrive in Xining,

西塔尔寺 Kumbum Monastery (含景区往返环保车): 塔尔寺是中国西北地区藏传佛教的活动中心, 在中国及东南亚享有盛名, 历代中央政府都十分推崇塔尔寺的宗教地位。明朝对寺内上层宗教人物多次封授名号, 清康熙帝赐有“净上津梁”匾额, 乾隆帝赐“梵宗寺”称号, 并为大金瓦寺赐有“梵教法幢”匾额。三世达赖、四世达赖、五世达赖、七世达赖、十三世达赖、十四世达赖及六世班禅、九世班禅和十世班禅, 都曾在塔尔寺进行过宗教活动。



青海博物馆 Qinghai Museum: 青海省博物馆最早筹建于 1957 年, 1986 年 9 月正式建立并对外开放。2001 年 5 月 1 日, 青海省博物馆新馆建成开放, 2017 年 1 月被中国博物馆协会评为国家一级博物馆。青海博物馆周一闭馆。

第九天 西宁 - 告别西安 (早, 午, 晚餐)

Day 9 Xining - Departure from Xi'an (Breakfast, Lunch, Dinner)

乘坐高速动车返西安 Return to Xi'an by High-Speed Train (含高速动车二等票),

西安博物院, 小雁塔 Xi'an Museum and photo stop at Small Wild Goose Pagoda (不登塔): 小雁塔和西安博物院连在一起, 一个是静静矗立 1400 年的唐代古塔, 一个是盛放长安物华天宝的现代建筑。它们没有大雁塔与陕西博物馆的人气热闹, 喜欢这样平心静气地边走边看。



永兴坊 Yongxingfang (舌尖上的中国): 永兴坊, 原地为唐朝魏征府邸旧址, 是西安市为了继续完善顺城巷历史风貌, 充分彰显古城历史底蕴, 扩大西安知名度和影响力在 2007 年在原址上建造的, 为古城再添了一个“坊”式的精品项目。主要以关中牌坊和具有民间传统的建筑群组合, 形成古里坊式布局, 展示古长安城的街坊式形态和历史生活气息, 以及传统民俗生活空间。

钟鼓楼广场 Bell and Drum Tower Square: 西安钟鼓楼广场位于东西南北四条大街的交汇处, 广场东侧屹立着已有六百多年历史的钟楼, 西侧屹立目前所存在全国最大的鼓楼。钟鼓楼广场建于上世纪 90 年代末期, 始建之初将建于两楼之间的杂乱建筑拆除, 使从前很难相见的钟楼和鼓楼“相见尽欢颜”, 成为了西安市一大景观, 钟鼓楼广场是一项古迹保护与旧城更新的综合性工程。环境艺术设计沿着“晨钟暮鼓”这一主题向古今双向延伸, 在空间处理上吸取中国传统空间组景经验, 与现代城市外部空间的理论相结合, 为古城西安提供了一个“城市客厅”。



回民一条街 Muslim Street: 1990 年代末, 部分回民在此街租房经营餐饮, 莲湖区遂改向餐饮街方向, 北院门遂成为回民街。走在街区内, 随处可见具有中国传统建筑风格和穆斯林建筑风格相融合的商业网点, 民族服饰、工艺品、清真副食、餐饮店和回民小吃店扑面而来。

前往西安机场, 结束此次的旅程。希望您与五洲旅行社共度一个愉快的假期!

Transfer to Xi'an airport for homebound flight.

Pinnacle Travel Services Pte Ltd
☒: 111 North Bridge Road, #02-15
Peninsula Plaza, Singapore 179098

☎ Tel : 6332 1522
☎ Fax : 6332 1577
🌐 www.pinnacle-travel.com