

16 日

Nepal (Annapurna Base Camp Trek)

尼泊爾ABC健行



安娜普納峰基地營健行・瑜珈・音療淨化

安娜普納基地營健行 x 世界第十高峰日照金山的感動

2026

晴天旅遊

★ 全世界十大徒步路線榜首 ABC安娜普納基地營健行

每日健行7小時，十天循序漸進走入被8000公尺雪山環繞的路線。結合尼泊爾瑜珈、蔬食、聲波音療、阿育吠陀冥想，不只是健行，更是一場身心靈的提升旅程！

沿途百花齊放 爭奇鬥艷

全球最美健行路線

被譽為世界十大最美健行路線之一，沿途景色變化迷人，春季與秋季百花盛開，春天將穿越萬紫千紅的廣大杜鵑花林，秋天將欣賞粉嫩櫻花樹與各類花卉滿佈。



海拔4,130m世界第十高峰的基地營

迷人閃耀的安娜普納群峰

ABC健行路線將健行者置身於宏偉的喜馬拉雅山群峰之中，從低地村落農舍、穿越森林到冰山、冰河等不同風光地貌。而金光燦爛的日照金山場景，冰川圈谷的世界級景觀，更令人魂牽夢縈、永生難忘。



入住MBC衛峰基地營、ABC安娜普納峰基地營

兩大名峰基地營一次蒐集

健行路線將抵達著名的魚尾峰MBC衛峰大本營，以及ABC安娜普納峰基地營。MBC衛峰大本營是觀賞魚尾峰、安娜普納南峰、安娜普納III和岡嘎普納的最佳觀景台之一。安娜普納峰基地營四面環山，可以360度全方位欣賞安娜普納群峰的景色。



★ 全世界十大徒步路線榜首 ABC安娜普納基地營健行

每日健行7小時，十天循序漸進走入被8000公尺雪山環繞的路線。結合尼泊爾瑜珈、蔬食、聲波音療、阿育吠陀冥想，不只是健行，更是一場身心靈的提升旅程！



嫻靜慢活的山村 令人流連忘返

參觀熱情迷人的民族村莊

要到達安娜普納峰大本營，需要跋涉經過許多傳統村莊，欣賞Gurung族人們獨特且純樸的生活方式。美麗的村莊和農田的融合，映襯著高聳的山峰，加上山村聚落悠閒的田園生活、驢隊漫步其間叮叮噹噹聲不絕於耳。

身心靈內在力量的重整與歸位

尼泊爾瑜珈淨化營

健行數日之後，透過瑜珈導師引導進行瑜珈體位法和呼吸練習，幫助伸展全身的肌肉，並養成柔軟的身體和平靜的心靈。認識瑜珈哲學的深層意義。學習真言唱誦，進一步體驗瑜珈的靈性層面，將身心靈帶入和諧、平衡的境界。



唱歌的頌鉢讓靈魂共鳴振顫

音療治癒洗禮

音療的效果有如大自然的漣漪，從表面的放鬆擴散至更深層的內在平靜，使身體進入一種深度的冥想狀態。聲音療癒的體驗有助於解放被壓抑的情緒，增強自我意識，並提高靈感和創造力。不僅是一個放鬆的療癒體驗，更是一次身心靈的洗禮。

Jala Neti

水流鼻洗

源自印度的一種古老瑜珈潔鼻療法，用以清潔和保護呼吸道，以及促進整體身體的健康。將準備好的溫鹽水倒入一個鼻孔，讓水從另一個鼻孔流出。清除鼻腔內的塵埃、花粉、細菌和其他雜質，同時潤濕和舒緩鼻黏膜，鍛煉呼吸肌肉，使呼吸更加深入且更有效。



健行路線精選山屋 X 城市五星飯店 精選住宿 安心享宿

入住位置絕佳特色住宿，盡情探索日夜風華。親選的山屋房間，為您極盡所能挑剔出最舒適的！



Fish Tail Lodge by Annapurna
5★ 或同級

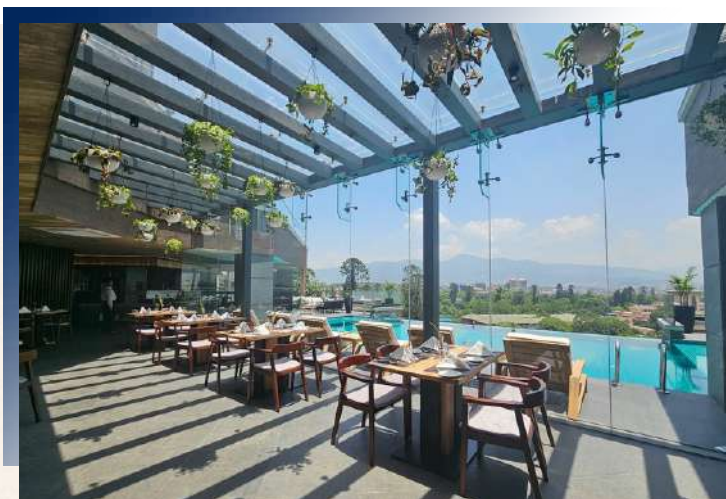
波卡拉湖畔渡假飯店

坐落在費娃湖的一個私人半島上，四周被湖水環繞，享有壯觀的湖景和山景。這個寧靜的位置讓人遠離城市的喧囂，沉浸在大自然的美麗中。客房配備現代化的便利設施，並設有私人陽台，能愜意欣賞美麗的湖景或花園景觀。

Hotel Barahi Kathmandu 5★ 或同級

塔美爾區絕佳位置的飯店

巴拉希酒店集團旗下最新的飯店之一，2023年5月才正式開幕，以優質的服務和最高水準的奢華舒適聞名。位於熱鬧的塔美爾區邊緣，鬧中卻取靜。飯店設計時尚，融合了後現代歐洲風格，享有城市地標的景色與無邊際泳池。



Hotel Barahi Pokhara 5★ 或同級

波卡拉市中心飯店

酒店位於波卡拉山谷的核心地帶，坐落在費娃湖畔的市區，交通便利並設有室外游泳池。每一間現代化客房設有私人陽台，享有充足的自然光線，以及波卡拉得天獨厚的山峰及山區風光。



DAY 01

台灣 → 轉機點 → 加德滿都 KTM【尼泊爾】



啟程，走向最接近天堂的國度

Nepal - The land of Paradise

今日集合於桃園機場，經香港（或廣州或吉隆坡）轉機，飛往尼泊爾首都加德滿都，於晚上抵達。抵達專車接送到飯店休息，為前往ABC安娜普納基地營健行補足體力。



早餐 敬請自理
午餐 機上簡餐
晚餐 機上簡餐



Ramada Encore Kathmandu 4*
或同級

晴天推薦

貼心安排入住距離機場車程較近的加德滿都四星飯店，舒適的房間讓您舒適休息，預備隔天搭乘國內航班前往渡假勝地波卡拉。

DAY 02

加德滿都Kathmandu→波卡拉【費娃湖遊船】、【神廟巡禮】、【世界和平塔】



尼泊爾國內班機

Domestic Flight

搭乘尼泊爾國內班機，由首都加德滿都飛往波卡拉，並安排一日觀光旅遊，放鬆遊覽這座度假勝地。安排湖畔五星渡假飯店休息一晚，預備隔天開始的ABC健行之旅。

波卡拉

Pokhara

波卡拉是尼泊爾享負盛名的風景地，有著「東方瑞士」的美稱。位於尼泊爾中部喜馬拉雅山南坡山麓波卡拉河谷上的城市。波卡拉蒼翠繁茂的植被、該國第二大的湖泊，和壯麗的雪山風光形成鮮明對比，成為尼泊爾最受歡迎的渡假勝地。



費娃湖遊船

Phewa Lake Boating

特別安排船艇遊湖，聆聽湖水的漣漪聲，眺望青蔥的山丘與雄偉的喜馬拉雅山脈的倒映。造訪湖中小島供奉女神塔拉巴拉希的寺廟，感受到平靜神秘的氛圍。

世界和平塔

The World Peace Pagoda

建在佛陀誕生地的世界和平佛塔，由日本高僧藤井日達所建造，因其見證了日本廣島和長崎在第二次世界大戰中的毀滅，有感於需向世界傳達和平的理念。塔的四面各有四座來自四方國家捐贈的佛陀像，包含日本、斯里蘭卡、泰國、尼泊爾。



- 早餐 飯店早餐
- 午餐 在地料理
- 晚餐 在地料理



Hotel Barahi Pokhara
或同級

符號標示說明

- ◎ 世界文化遺產
- ★ 入內參觀（需門票）
- ◎ 下車拍照或入內參觀（不需門票）
- 不標示為行車參觀

DAY 03

波卡拉 Pokhara【850m】—希萊 Hile【1948m】—提克杜加 Tikhedunga【1520m】—烏勒里 Ulleri【1960m】



D1 健行路線

Hiking Route

ABC健行第一日，沿著鬱鬱蔥蔥的景色步行前往提克杜加，沿途經過竹林、瀑布及山谷。一路上涼爽的空气，與恬靜的鄉村氛圍，令人心曠神怡。之後再穿過懸索吊橋越溪，鋪有石頭的階梯步道，抵達位於海拔1960公尺的馬加爾族村莊「烏勒里」。

烏勒里

Ulleri

有杜鵑花之城的美名。這裡有機會第一次目睹安娜普納南峰 (Annapurna South) 的面貌。清晨微亮的天空可見孤傲的雪山展露眉頭，直到日出升起的那一刻，曙光化成金光灑落在南峰上，只見白色的雪瞬間成了紅色接著橙色，最後金色，瞬息萬變。



早餐 飯店早餐

午餐 健行午餐含下午茶

晚餐 山屋晚餐



Ulleri Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔：1960m

最低海拔：1520m

行走距離：3.5km

估計時間：3hr

DAY 04

烏勒里
Ghorepani【2850m】

Ulleri【1960m】—哥雷帕尼



D2 健行路線

Hiking Route

ABC健行第二日，繼續沿著小徑前進，途中經過石梯、森林、瀑布與小溪，前往今日的目的地位於海拔2860公尺的哥雷帕尼村。抵達哥雷帕尼村時，將親眼見證道拉吉里峰、土庫切峰、尼爾吉里峰、興丘利峰(Hiunchuli, 6441公尺)等巨山的面貌。



哥雷帕尼

Ghorepani

哥雷帕尼曾經是一個休息站，古代商人在這裡為他們的馬匹(尼泊爾語為ghora)尋找水源(尼泊爾語為pani)，因此得名哥雷帕尼 Ghorepani。該村莊位於安娜普納峰保護區(ACA)內，需要國家公園許可才能進入。



與巨峰的第一次相遇

Meet the Himalayan peaks

從哥雷帕尼村觀覽海拔從六千到八千公尺之大山，開啟進入喜馬拉雅山脈群峰的視野。



早餐 山屋早餐
午餐 健行午餐含下午茶
晚餐 山屋晚餐



Ghorepani Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔:2850m
最低海拔:1960m
行走距離:8km
估計時間:6hr

DAY 05

哥雷帕尼 Ghorepani【2850m】— 普恩山 Poon Hill【3210m】— 哥雷帕尼 Ghorepani— 丘依勒 Chuire【2150m】



D3 健行路線

Hiking Route

ABC健行第三日，清晨前往安娜普納地區知名的觀景山丘，海拔高度3210公尺的普恩山，觀賞壯麗的安娜普納山脈群的全景日出。回到哥雷帕尼村後，繼續沿著小徑健行前往海拔2245公尺的小村莊丘依勒。

普恩山日出

Sunrise View from Poon Hill

金色陽光照射在安娜普納山脈上，閃耀著璀璨的光輝，光芒照耀著周圍的山脈和雲霧，整個天空變得燦爛而美麗。世界第七高峰的道拉吉里峰也一同甦醒，沉浸在無邊的寧靜和美麗之中，動人美景令人驚嘆。



早餐 山屋早餐
午餐 健行午餐含下午茶
晚餐 飯店晚餐



Chuire Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔：3210m
最低海拔：2150m
行走距離：13km
估計時間：8hr

DAY 06

丘依勒

Chhomrong[2020m]—希努瓦 Sinuwa[2340m]

Chuille[2150m]—丘摩隆



D4 健行路線

Hiking Route

ABC健行第四日，沿途青蔥的小草原，可以欣賞遼闊的峽谷美景，以及挺立孤傲的魚尾峰。穿越過村莊之間的吊橋，流水的聲音回盪在山谷間。行經居住著古隆族社群的丘姆諾，感受古隆族人的熱情好客。再前往海拔2300公尺的希努瓦，準備進入安娜普納的聖域。



丘姆諾

Chomorong

ABC健行的著名聖地，進到村莊後將見到安娜普納南峰的壯麗景色。古樸的村莊提供來自小屋的巧克力以及可口的披薩。一些商店有出售一些健行補給品，以及兌換尼泊爾盧比的服務，可以說是進入ABC基地營之前最後整補的機會。



希努瓦

Sinuwa

村位在山丘頂，被鬱鬱蔥蔥的森林覆蓋，幸運的話，或許會巧遇稀有的喜馬拉雅山長尾葉猴。在此可以遠眺呈現開叉形體的魚尾峰，遠方稜線可見到馬蹄山群Mardi Himal健行的路線。通過此據點後，驢子就禁止上路了，貨物得由揹工負責搬運。



早餐 山屋早餐
午餐 健行午餐含下午茶
晚餐 山屋晚餐



Sinuwa Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔:2340m
最低海拔:2020m
行走距離:9.5km
估計時間:6hr

DAY 07

希努瓦 Sinuwa【2300m】—竹林村 Bamboo【2400m】
—多萬 Dovan【2600m】



D5 健行路線

Hiking Route

ABC健行第五日，沿著樹林地帶步行到庫爾達哈爾，安娜普納保護區的檢查站。續沿著河谷陡坡下降到竹林村，穿過竹林和杜鵑林，前往海拔2600公尺的多萬。

竹林村

Bamboo Village

海拔低於周圍的群山，山景不如其他茶館站多，但會在營地周圍看到很多竹子植物。尼泊爾部分地區盛產竹子，故許多部落都會以Bamboo為命名，尼泊爾的竹子最高能在海拔2900公尺處生長。



早餐 山屋早餐
午餐 健行午餐含下午茶
晚餐 山屋晚餐



Dovan Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔：2600m
最低海拔：2300m
行走距離：9.5km
估計時間：6hr

DAY 08

多萬 Dovan【2600m】—都瑞里 Deurali【3200m】—
MBC魚尾峰基地營【3700m】



D6 健行路線

Hiking Route

ABC健行第六日，將欣賞到冰川湖的壯麗景色，觀看湖水流向山谷。途經辛古洞穴，它是攀登安娜普納I峰的登山者的紮營地點。之後沿著起伏的小徑下降到都瑞里，穿過冰川遺跡，前往今天健行的終點，海拔3700公尺的MBC魚尾峰基地營。

辛古洞穴

Hinku Cave

是一個巨大平行四邊形懸垂岩石，位於通往安娜普納峰基地營的路上。在1950年代之前，該地區僅用於夏季放牧羊群，牧羊人會留在洞穴避難。附近的聚落-都瑞里原是一個高度宗教化的地區，不允許女性進入，隨著女性登山者的到來，才開始破例允許女性進入此地。



魚尾峰基地營MBC【3700公尺】

Machhapuchhre Base Camp

魚尾峰是安娜普納山脈中的一座神秘的山峰，在當地人心目中是一座神山，至今魚尾峰還是處女峰。魚尾峰基地營是觀賞魚尾峰、安娜普納南峰、安娜普納III和康加普納峰(Gangapurna, 7455公尺)的最佳觀景台之一。西側就是安娜普納峰的ABC。

魚尾峰

Machapuchhare

又名馬查普查雷峰，可說是波卡拉的地標。魚尾峰的名字(Machha = 魚, puchhure = 尾)正是它山形的反映，像一尾把頭栽進土裡的鮮魚，奮力擺著尾巴想跳出來的樣子。這座尼泊爾人心目中濕婆神居住的聖山，政府禁止攀登，至今尚未有人登頂。



早餐 山屋早餐

午餐 健行午餐含下午茶

晚餐 山屋晚餐



MBC Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔:3700m

最低海拔:2600m

行走距離:10km

估計時間:7hr

DAY 09

MBC魚尾峰基地營【3700m】—ABC安娜普納峰基地營【4130m】



D7 健行路線

Hiking Route

ABC健行第七日，今日的路程距離較短，沿著冰碛谷地，朝ABC基地營前進，將見到被安娜普納山脈的巍峨山峰和冰川所包圍的山谷，景色令人驚嘆。今晚我們將在壯絕的ABC基地營賞峰過夜，在營地的庇護所裡入眠。

安娜普納峰基地營 ABC 【4130公尺】

Annapurna Base Camp

基地營四面環山，就像是在一個被巨大且永無止境的山脈環繞的島嶼上，可以在此360度全方位欣賞安娜普納群峰的景色，優遊雪地之中，與群山一起呼吸。要想一覽山谷美景，您還可以爬上山間小屋後面的南坡，看著白雲在這些山峰上飄揚，體驗圈谷中的巨峰。



早餐 山屋早餐
午餐 健行午餐含下午茶
晚餐 山屋晚餐



ABC Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔：4130m
最低海拔：3700m
行走距離：5km
估計時間：3hr

DAY 10

ABC安娜普納基地營【4130m】－竹林村 Bamboo【2310m】



雪峰環繞

Surrounded by Towering Peaks

感受被周圍壯麗的喜馬拉雅山峰和冰川所包圍的感動，飽覽八千尺巨峰的雄偉浩瀚。包括海拔8091公尺的安娜普納I號峰、安娜普納南峰、安娜普納III、IV號峰，以及興丘利峰，並遠眺聖山魚尾峰。

D8 健行路線

Hiking Route

清晨在ABC基地營欣賞美麗的日出，千萬不要錯過金黃色的安娜普納峰。看完日出和享用早餐後，通過美麗的MBC，我們準備開始下降高度，放慢腳步，天氣逐漸溫熱，邊下山邊調節衣物，美麗的魚尾峰轉換著不同角度，通過許多城鎮後，抵達竹林村Bamboo。



早餐 山屋早餐

午餐 健行午餐含下午茶

晚餐 山屋晚餐



Bamboo Tea House
或同級

貼心提醒

最高海拔：4130m

最低海拔：2310m

行走距離：15km

估計時間：7hr

DAY 11

竹林村 Bamboo [2310m] – 基努丹達 Jhinu
Danda [1780m]



D9 健行路線

Hiking Route

ABC健行第九日，沿路下降高度至基努丹達。基努丹達地區因為擁有天然的溫泉，而受到健行者的青睞。到達後走向河邊，在天然溫泉中享受熱水浴，連日健行後，在溫泉中泡個熱水澡舒緩身心。

基努丹達溫泉

Jhinu danda hot spring

是一個天然溫泉，位於水流湍急的莫迪 (Modi Khola) 河岸上，是ABC健行路線上登山客的著名景點。經過一天跋涉可以在此泡個澡放鬆一下肌肉，讓疲憊多日的身體在溫泉水中得到最大釋放。四周環繞著亞熱帶森林，閉上眼睛感受大自然的潺潺流水聲。



早餐 山屋早餐

午餐 健行午餐含下午茶

晚餐 健行團隊慶功宴



Jhinu danda Tea House

貼心提醒

最高海拔:2310m

最低海拔:1780m

行走距離:15km

估計時間:6hr

DAY 12

基努丹達 Jhinu Danda[1780m] – 三隆
Samrung[1613m] – 波卡拉 Pokhara



D10 健行路線

Hiking Route

ABC健行第十日，僅有半小時的路程，也是此趟ABC健行的結束。經過梯田和村莊，沿途欣賞美麗的山脈景緻。隨後搭乘接駁車輛返回波卡拉。

費娃湖畔五星渡假飯店連泊

Fish Tail Lodge by Annapurna

特別安排在多日健行之後，在費娃湖畔的五星渡假飯店連泊兩晚。飯店的位置位於費娃湖畔的一座半島，分別坐擁湖泊與森林兩側的美景，並能夠欣賞到魚尾峰與安娜普納山山脈。其地理位置獨特，進出飯店由工作人員以人力拉船的方式為接駁，環境清靜讓人遠離煩囂。



早餐 山屋早餐
午餐 費娃湖區餐廳
晚餐 飯店晚餐



Fish Tail Lodge Pokhara 5*
或同級

貼心提醒

最高海拔：1780m
最低海拔：1613m
行走距離：2km

DAY 13

波卡拉 Pokhara【尼泊爾瑜珈避靜營】



尼泊爾瑜珈淨化體驗

Nepal Yoga Retreat

從繁忙的日常中解脫，透過導師引導進行瑜珈體位法和呼吸練習，幫助伸展全身的肌肉，並養成柔軟的身體和平靜的心靈。認識瑜珈哲學的深層意義。學習真言唱誦，進一步體驗瑜珈的靈性層面，將身心靈帶入和諧、平衡的境界，創造一段充滿能量、啟發靈感的瑜珈旅程。



音療洗禮

Sound Healing Bath

聲音治療已有數個世紀的歷史，頌鉢等樂器創造出能量，修復身體、心靈和靈魂的受損頻率，使人類大腦的左右兩側同步。在這個療程中只需躺下並閉上眼睛，讓聲波的共鳴穿過身體，從表面的放鬆擴散至更深層的內在平靜，幫助您釋放壓力，平衡能量。



梵語呼吸冥想

Mantra and Breath Meditation

呼吸冥想與梵語冥想源於古代的靈性瑜珈傳統，強調專注於呼吸以實現內在平靜和心靈和諧，有助於減輕焦慮、增進專注力，並提升整體的身心健康。超越日常思緒，進入更深層次的意識。將注意力集中在呼吸，觀察每一個呼吸的進入和離開。

符號標示說明

- 🌐 世界文化遺產
- ★ 入內參觀（需門票）
- ⊙ 下車拍照或入內參觀（不需門票）
- 不標示為行車參觀



早餐 飯店早餐
午餐 蔬食淨化料理
晚餐 蔬食淨化料理



Fish Tail Lodge Pokhara 5*
或同級

DAY 14

波卡拉Pokhara【魚尾峰輕航機】✈加德滿都 Kathmandu



自費行程：魚尾峰輕航機

Flight Close to Mount Fishtail

乘坐輕航機飛越波卡拉，欣賞喜馬拉雅山脈與魚尾峰的壯麗景色，從空中俯瞰波卡拉的美麗風光，體驗翱翔天際的樂趣，成就一次難忘的飛行體驗。



尼泊爾國內班機

Domestic Flight

搭乘尼泊爾國內班機，由波卡拉飛往首都加德滿都，並於抵達後開始宗教之城加德滿都的觀光行程。



塔美爾區

Thamel

從40年前開始，這裡是嬉皮與藝術家造訪尼泊爾時經常逗留的地方，也是很多低預算旅遊和尼泊爾登山的基地營。是加德滿都最熱鬧的區域，街道兩邊旅館、餐廳、手工藝品店、登山用品店、書店林立，因為這裡消費低廉、交通便捷，街上擠滿來自世界各地的觀光客。



早餐 飯店早餐
午餐 在地料理
晚餐 敬請自理



Hyatt Centric Kathmandu 5*
或同級

晴天推薦

特別安排入住五星飯店，位於熱鬧的塔美爾區邊緣，鬧中卻取靜，絕佳的位置讓購物逛街和安靜休息一次滿足。下午將在加德滿都的熱鬧市區自由活動，盡情探索這座城市的迷人面貌。

DAY 15

加德滿都Kathmandu【文化觀光導覽】→轉機點→台北



加德滿都杜爾巴廣場

Kathmandu Durbar Square

廣場附近矗立許多印度教廟宇，囊括了尼泊爾西元16-19世紀間的古蹟建築，這裡可謂「神比人多、廟宇比房屋多」。60年代中期風靡全球的嬉皮無意間闖入此地，找到了他們的人間天堂，當時此地並不管制大麻及毒品，因而又稱「杜巴嬉皮廣場」。



巴克塔普爾

Bhaktapur

被譽為尼泊爾「中世紀櫥窗」，舊皇宮裡裝飾著◎五十五扇木雕窗門，及1753年建造的◎黃金門，集合了當時最優秀的工匠傾力完成，鍍銅大門的門框刻有不少神祇，頂端蓋著鍍金的屋頂。參觀雕刻精緻的◎孔雀窗及尼泊爾境內最高的◎尼亞塔波拉五層方塔廟。



蘇瓦揚布拿佛塔

Swayambhunath Stupa

為最古老的佛教聖地之一，擁有2,500年以上歷史，很早以前就成為修習佛教教義重點的所在地。佛塔四面都畫有釋迦牟尼的佛眼，象徵著佛眼無邊，故又稱「四眼天神廟」。塔身巨大的佛眼，和金碧輝煌的塔身燦爛地俯瞰著加德滿都四周谷地景色，一覽無遺。



博納佛塔

Boudhanath Stupa

世界最大的佛塔，有1500年的歷史，佛塔中央彩繪的一雙眼睛被稱為智慧之眼，裡面安放著釋迦牟尼弟子一摩訶迦葉的遺骨。此處亦是電影「小活佛」的拍攝地。相傳這裡是蓮花生大士在「大佛塔傳說」中，提到的「滿願大佛塔」，因此成為蓮花生大士精神的象徵地。



早餐 飯店早餐

午餐 在地料理

晚餐 在地料理



夜宿機上

晴天推薦

今日為加德滿都市區觀光。加德滿都是尼泊爾首都，為三大旅遊區中宗教氣息最為濃厚的一區，在此城市隨處可見佛堂寺廟和虔誠祭祀的人們。喜歡瞭解宗教歷史的旅客，將更能深刻感受尼泊爾居民生活與宗教的緊緊相繫。



返程，體驗最深刻的感動

The Unforgettable Memories

結束精彩充實的旅程，帶著滿滿的回憶和感動，返回溫暖甜蜜的家。歡迎與我們分享此趟旅程的精彩故事，也期待在您的未來旅遊計畫裡，晴天能持續陪伴著您，一起走遍各地美景。



早餐 機上用餐
午餐 敬請自理
晚餐 敬請自理



溫暖的家

符號標示說明

- ⊙ 世界文化遺產
- ★ 入內參觀（需門票）
- ⊙ 下車拍照或入內參觀（不需門票）
- 不標示為行車參觀



- 行程中★標示為需門票且入內參觀、◎標示為下車外觀拍照或不需門票之入內參觀、不標示為行車參觀。
- 團費：由於出發日期及飯店等級不同，團費將略有差異，確實售價請洽詢晴天旅遊服務專員。或請參照晴天官網之售價。
- 本系列產品團費包含：全程機票、住宿、餐食（自理除外）、行程中安排之入內參觀景點門票、每人1件大行李進出飯店搬運費（過夜包敬請自提）及各種機場燃油等稅金、刷卡、本國國籍護照之簽證費，並含領隊、導遊、司機小費、登山揹工（每人12公斤行李背負服務）。
- 本行程包含旅行業責任保險【意外死殘保額新臺幣500萬、意外醫療保額新臺幣20萬】及旅行業履約保證保險。並特別贈送旅遊平安險。
- 本系列產品團費不含床頭與行李等禮貌性質小費。
- 訂金每席：40,000元。報名即可進入候補名單，三日內由服務專員協助繳交訂金後，則完成報名手續，旅遊契約產生效力。
- 當您繳付訂金即表示旅遊契約產生效力，本公司將依各協力商之要求，為您預付此趟旅程的旅館、餐廳或機票等費用
- 若您因故取消，本公司將依「國外旅遊定型化契約書」之相關條款或估算已實付的費用，向您收取超支費用或退回剩餘訂金。多數外籍航空公司一經開立機票，旅客需付全額票款，且不接受調整名單。（旅客若因懷孕、生病、意外受傷等因素取消機票，航空公司皆無法退款）
- 非歸責於晴天旅遊在班機失接之豪華艙及商務艙等貴賓敬請知悉：晴天將儘速為您改訂可及早接續行程的班機，如屬不同航空公司，將只能訂經濟艙因應；如屬同一航空公司，會優先以原訂艙等訂位，若無法訂到原艙等，本公司會依據定型化契約第27條協助您向航空公司爭取。
- 為考量旅客自身旅遊安全並顧及其它團員旅遊權益，凡年滿70歲以上或行動不便之貴賓，必須有家人或友人同行，方可報名，不便之處，尚請見諒。
- 無護照、護照頁數不足、效期不足（需六個月以上，以入境台灣之日期為基準）、過期者或護照汙損（包含髒污、封面與內頁分離、局部破裂、蓋有非出入境之印章等）、蓋有爭議國家之入出境章以及相貌／姓名變更與護照照片不符變更等...旅客有義務自行檢查審核，上述說明如有疑問請來電洽詢。
- 安排2人一室宿當地舒適山屋，行程高海拔處，因山上資源有限，有可能安排3~6人一室，敬請見諒。（另外部分山屋洗澡費用、山區上網及充電費用，皆為使用者付費，敬請知悉。）波卡拉、加德滿都安排五星飯店，紓解多日的疲勞。
- 此團型如需求單人房，僅在加德滿都、波卡拉、烏勒里、哥雷帕尼、丘依勒、希努瓦、基努丹達等七個地區能安排單人入住房型；但是在多萬、MBC、ABC、竹林村等四個地區，因山區房型稀有，不能保證一定需求得到單人房，可能仍需與其他旅客同住。單人房差加價：新台幣24,000元。
- 如為單人報名參團將協助配房，若無法配房成功則需要支付單人房差。
- 飯店的團體房無法指定連通房、同行親友指定住在同樓層或鄰近房間，晴天旅遊會向飯店提出您的需求，但無法保證飯店一定會提供，敬請見諒。
- 飯店建築常遇房間規格差異，或飯店善意升等造成房間大小不一，此非本公司所能掌控，亦無差別待遇，敬請旅客諒察。



SUNDAY TOURS



SUNDAY
TOURS

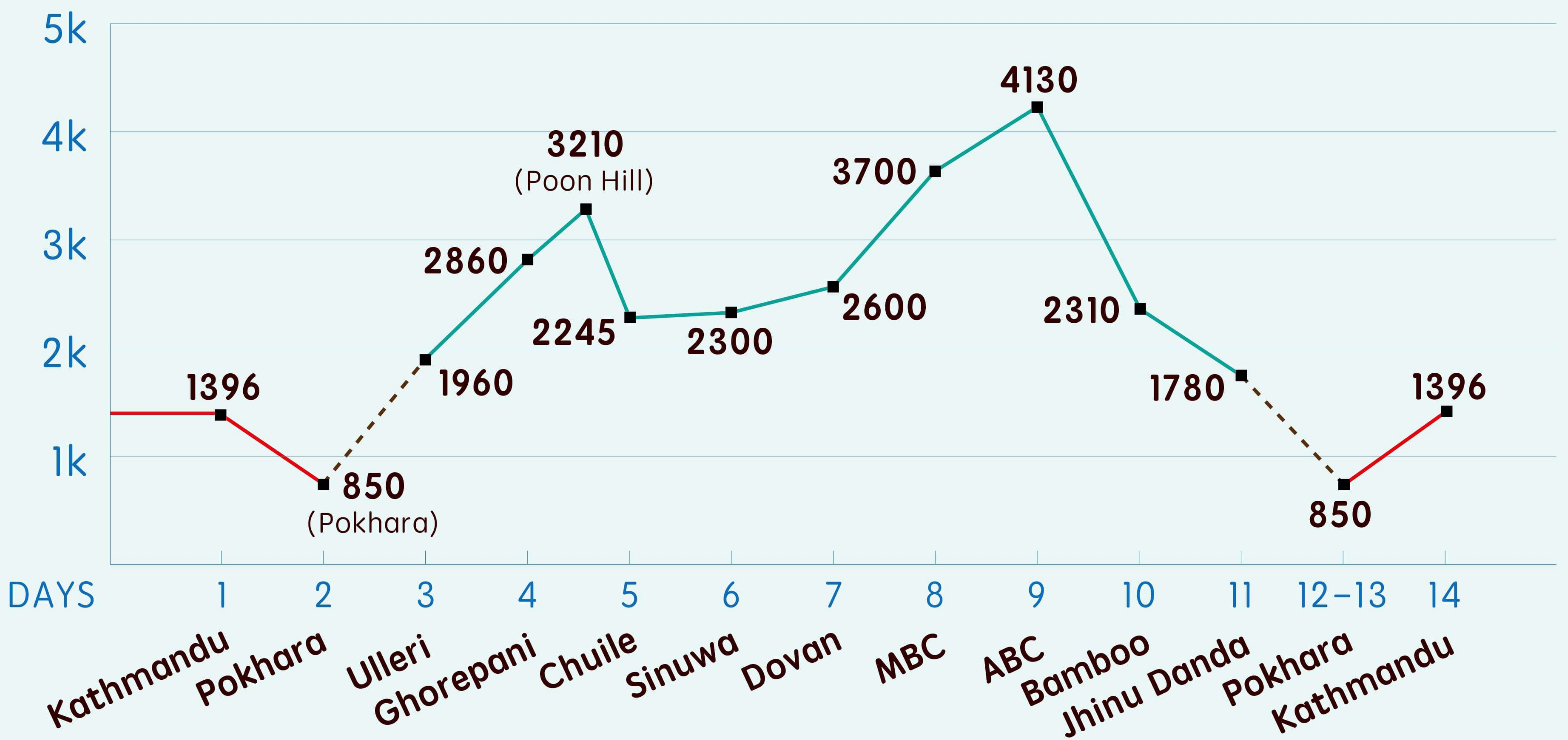


SUNDAY
TOURS

尼泊爾ABC安娜普納峰基地營健行·瑜珈·音療淨化16日



ABC安娜普納峰基地營 海拔高度圖





Travel is my therapy

| 台北 |

02-2711-3355

| 新竹 |

03-6582-358

| 台中 |

04-2323-0068

| 台南 |

06-3121-222

| 高雄 |

07-5377-577