

大美神州 · Amigo Tours 晴友讀中

行程表

昆明 · 大理 · 麗江

香格里拉

CHINA



世遺壯麗石林 · 絕美玉龍雪山
雲南經典雙秀 · 五星酒店連泊

10
/ 日

★ 大美神州 晴友讀中
經驗・創意・合理・匠心的大陸旅遊行程規劃者



喀斯特刀鋒劈開時光，阿詩瑪的傳說在石縫間低吟

世界自然遺產-『石林』

陽光為石峰鍍上金邊，遠望如千軍列陣，近觀似眾生百相，大象汲水、鳳凰梳羽，天地在此雕刻永恆。蓮花池畔，山茶花與石影共舞，沈從文曾歎：「頑石竟解開花語」。

楊麗萍的-雀之靈，是孔雀之神在人間寫下的詩行

雲南映象，指定VIP席

孔雀開屏，羽衣輕揚，舞者指尖流淌著瀾滄江的月光，足尖點地如露滴芭蕉。三道彎的軀體如風中竹影，碎步飛旋時，尾翎掃過傣族千年的神話。



青石板路蜿蜒如時光隧道

麗江古城 依山傍水，美麗浪漫

納西老屋的飛簷挑起第一縷陽光，四方街的石板映著茶馬古道的記憶。流水穿街過巷，垂柳輕撫紅燈籠的倒影，玉龍雪山的銀冠在木窗框裡時隱時現。暮色裡，酒吧飄出吉他聲與東巴古樂交織，河燈順流而下，將古城的溫柔寫進星河。夜風掠過百年老牆，把茶香、鼓聲和故事都釀成了月光。

一座被蒼山洱海溫柔環抱的千年古城

去有風的地方-大理

十九峰蒼山如黛，倒映在洱海鏡面般的水波中。古城青石板路上，三角梅從白族民居的飛簷翹角傾瀉而下，紮染布在風中翻飛成流動的靛藍雲霞。當夜幕降臨，繁星墜入洱海，酒吧街的吉他聲與浪花聲共譜出風花雪月的浪漫詩篇。





如銀龍橫臥雲端，十三峰積雪閃耀著聖潔的光芒

大索道直上-玉龍雪山

冰川裂隙折射出幽藍光芒，仿佛大地凝視蒼穹的眼眸。這座納西人的神山，既有著攝人心魄的壯美，又藏著細膩溫柔的詩意。

註：大索道直抵海拔4506米，因為是原纜車上下，如果上雪山感覺不適應，可立即再搭纜車下山，在山下等候團體會合。

五百名納西族漢子策馬奔騰

印象.麗江 以玉龍雪山為場景

東巴鼓聲震醒沉睡的雲霞，牧民披星戴月的剪影與雪山冰川共舞。當《回家》的民歌響起，馬幫鈴聲、流水聲、炊煙聲都化作天地間最純淨的和絃。這場海拔3100米的實景盛宴，將茶馬古道的滄桑、雪山的聖潔、民族的虔誠，全部潑墨成直擊靈魂的視覺史詩。



高處俯瞰『洱海』和『大理城』

蒼山洗馬潭大索道

索道縱跨1648米高差，從海拔2200米起點至3900米終點，全程5555米。纜車穿梭于冷杉林、雲海之間，形成從溫帶到寒帶的植被垂直景觀帶。



納帕海的湖水倒映著整片天空

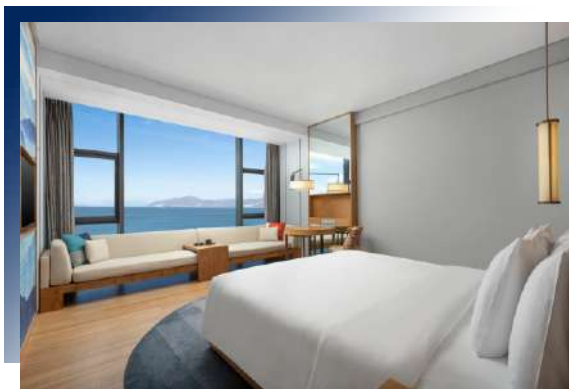
人間淨土-香格里拉

連呼吸都帶著酥油茶的甜香，雪山之巔的雲霧輕撫過經幡，將千年的祈願編織成最溫柔的絮語。月光灑在獨克宗古城的石板路上，每一步都像踩在流轉的星河裡。這裡的時間被高原的陽光拉得很長，長到足夠讓一個眼神釀成青稞酒，讓一次相遇變成永恆的梵唱。





精選高檔特色酒店



洱海零距離

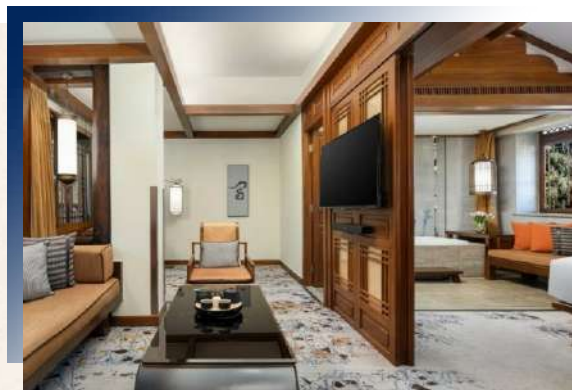
大理英迪格酒店-連泊二晚 指定180度洱海景豪華房

以「茶馬古道」與「白族鄰間文化」為靈感，公區裝飾紮染藝術、木雕及魚鷹雕塑，大堂玻璃天窗引入自然光影。客房融入風花雪月元素，牆面藝術裝置展現白族三月街市集場景。

昆明最高的酒店

昆明索菲特大酒店

酒店擁有中法文化設計項目的客房，房間時尚前衛，且室內都有超大落地窗，使您能更好的俯瞰城市美景。



零距離感覺古城之美

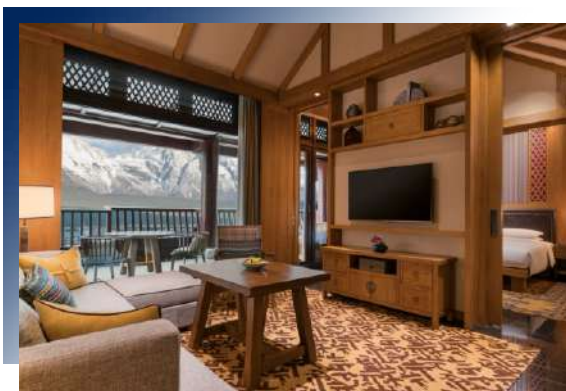
麗江和府洲際度假酒店 開放式套房-連泊2晚

酒店位於麗江古城區祥和路，步行10分鐘可達麗江古城中心四方街，南門直通古城。麗江和府洲際度假酒店的開放式套房設計融合了納西族風格與現代舒適性，開放式套房採用“細長條客廳+臥室+衛浴區”的佈局，通過拉門分隔空間，兼具私密性與通透感，房間面積60平米。

玉龍雪山景區內唯一國際五星酒店

金茂璞修雪山酒店

所有客房均為套房以上的房型，面積86㎡起，均配有私人山景陽台，可180度無遮擋觀賞玉龍雪山十三峰，清晨在房內即可見證“日照金山”的震撼奇觀。作為大陸首家“世界級天文主題酒店”，設有星跡旅課天文台，配備19台專業望遠鏡，夜晚可觀測高原璀璨星空。以行前說明會資料為主



📌 舒適旅遊概念，晚餐多數安排在入住的酒店內使用

舒適旅遊概念，晚餐大多安排在入住的酒店內使用



金茂璞修雪山酒店晚餐

餐桌旁獨享絕美的雪山景觀。



裝修融合白族三月街元素，風格簡約時尚

大理英迪格自助晚餐

推薦：三文魚刺身(品質新鮮)、麻辣小龍蝦(個頭大、肉質飽滿，味道獲好評)、現烤扇貝和生蠔(供應充足，烤制風味佳)。



雲南的非遺美食

福照樓汽鍋雞

昆明福照樓是雲南著名的老字號滇菜餐廳，以汽鍋雞為招牌菜，創立於1937年，至今已有80多年歷史。汽鍋雞採用建水紫陶汽鍋，不加一滴水，全靠蒸汽將雞肉蒸熟，完美保留了雞肉的原汁原味和營養。汽鍋雞的湯清澈見底，雞肉鮮嫩爽滑，入口即化。



裝飾融合摩梭族傳統元素：花窗圖騰、祖母屋結構

瀘沽湖英迪格酒店晚餐

粵式珍饈：主打精緻粵菜，融入本地食材創意烹飪。
滇川風味：提供摩梭風味特色菜。



銀米過橋米線

採用傳統六步吃法，湯底分酸湯/原湯兩種，搭配十餘種葷素配料，以雞湯為基底，加入濃湯寶提鮮，配菜需按生熟順序燙煮。



緊鄰麗江古城

星榮私廚+篝火打跳

藏在巷弄裡的星榮私廚，主理人阿星總說：「食物是情緒的翻譯官。」這裡沒有菜單，只有當季的時令與客人的故事。

夜幕垂落，篝火在空地燃起，打跳的節奏是另一種語言。人們圍成圓圈，腳步聲踏碎寂靜，鼓點如心跳般滾燙。火光跳躍中，陌生人的手搭上肩膀，舞步從生澀到流暢，像被火焰點燃的共鳴。

● 上述美食圖片僅供參考，實際依現場為主。

DAY 01

桃園國際機場→香港→昆明



啟程，出發

我們將帶著行李與雀躍興奮的心情，準備開始我們的旅程。想著接下來會遇到的美景及美食，就會萬分期待，今天在機上養精蓄銳，讓我們一同懷著愉悅的心情，前往下一站！



早餐 敬請自理
午餐 敬請自理
晚餐 敬請自理



昆明索菲特大酒店 5*
或昆明喜來登酒店 5*
或同級
或同級

DAY 02

昆明—搭乘高鐵(約2.5小時)—大理【鳳陽邑茶馬古道、喜洲古鎮-三道茶+白族樂器表演、白族民居】



★ 特別安排搭乘高鐵，配行李車

如遇一等座滿座改訂二等座，則退實際價差

派行李車，將您的大行李載運到下一站，您不用提大行李進出高鐵站。大陸高鐵票一等座很搶手，車票於搭車日前15天開放訂票，需提供有效期台胞證影印本，如果無法提前提供台胞證，有可能會團體訂到一等座，而較晚提供台胞證的只訂到二等座，敬請知悉！

★ 鳳陽邑茶馬古道

參觀約40分鐘

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。道旁為石凳和鋪檯子，具有典型的茶馬古道特徵。◎【鳳陽邑古村落】(有風小院所在地)，這裡曾是古代茶馬古道的休憩驛站，石頭鋪的小路貫穿著整個村子。



★ 喜洲古鎮

參觀約1H

喜洲是重要的白族聚居的城鎮，這裡有著保存最多、狀態良好的白族民居建築群。從佈局上看是典型的「三坊一照壁」及「四合五天井」的白族庭院格局。這些民居雕樑畫棟、斗拱重疊、翹角飛簷，裝飾藝術絢麗多姿，充分體現了白族人民的建築才華和藝術創造力。

★ 白族民居-三道茶+白族樂器表演

參觀約1H

「三坊一照壁」、「四合五天井」是大理文化的象徵，這類建築在喜洲鎮可謂集中且十分典型。白族三道茶，白族稱它為「紹道兆」。這是一種賓主抒發感情，祝願美好，並富於戲劇色彩的飲茶方式。



早餐 酒店早餐

午餐 翰林酒樓(人民幣80)

晚餐 松梅園(人民幣100)



大理洱海天域英迪格酒店 5*(指定180度洱海景豪華房) 或同級

DAY 03

大理【天龍八部影視城、蒼山洗馬潭大索道、洱海生態廊道、大理古城+洋人街】



★ 天龍八部影視城

參觀約40分鐘

影視城由三大區組成：第一部分為大理國，包括大理街、大理皇宮、鎮南王府；第二部分是遼國，包括遼城門和大小遼街；第三部分就是西夏王宮和女真部落了。在此全天候可欣賞到專業演員再現電視劇中精采片段。

★ 蒼山洗馬潭大索道(上下蒼山)

參觀約3.5H

登蒼山，高處俯瞰『洱海』和『大理城』。索道全長5580.83米，垂直高差1648米，全套設備法國進口，該索道設備選型為二級驅動的單線循環脫掛式抱索器，8人座封閉鑽石吊廂客運索道。註：如遇洗馬潭大索道停駛，改乘-感通索道，則現退165人民幣。



◎ 洱海生態廊道(風劇取景點)

參觀約1H

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。

★ 大理古城+洋人街

參觀約1.5H

古城始建於明代洪武十五年(西元1382年)，方圓十二里，城牆高二丈五尺、厚二丈，東西南北各設一門，均有城樓，四角還有角樓。洋人街位於大理古城護國路，西起滇藏公路。大理洋人街原名「護國路」，意為民國初雲南人民反對袁世凱稱帝，起兵護國而得名。



早餐 酒店早餐

午餐 銀米過橋米線(人民幣80)

晚餐 蝶翠.悠悠呢閑.雲南菜(人民幣100)



大理洱海天域英迪格酒店 5*(指定180度洱海景豪華房) 或同級

晴天推薦

◎【洱海生態廊道】(風劇取景點)，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。

DAY 04

大理—160km—麗江【麗江玉龍雪山(玉水寨、藍月谷)】



★ 玉水寨

參觀約1H

玉水寨以「神龍三疊水」瀑布群為核心景觀，一股冰清玉潔的山泉從隱秘的山洞中汨汨而出，化作層層疊疊的瀑布，形成了「出龍瀑、戲龍瀑、送龍瀑」三疊水景觀。



★ 藍月谷(含★ 電瓶車)

參觀約1.5H，A點進B點出

玉龍雪山冰雪融化成河水從雪山東麓的一條山谷而過，因月亮在藍天的映襯下倒影在藍色的湖水中，又因英國作家筆下的《消失的地平線》中的藍月山谷近似於此，故名藍月谷。



金茂雪山璞修雪山酒店

金茂璞修雪山酒店位於玉龍雪山東麓海拔3,100米的甘海子草甸區。國家5A級風景區玉龍雪山終年積雪，由數百年的冰川形成，三角形的山巔終年白雪覆蓋。



早餐 酒店早餐

午餐 中式合菜(人民幣80)

晚餐 金茂雪山璞修雪山酒店合菜(人民幣400)



麗江金茂璞修雪山酒店 5*
或同級

DAY 05

麗江【玉龍雪山、印象麗江秀、麗江古城】



★ 玉龍雪山(大索道上下，含氧氣瓶+租用雪衣+熱飲一杯)

參觀約2H

直抵海拔4506米。索道全長2914米，垂直高差1150米。是中國海拔最高的旅遊客運索道。索道採用6人座豪華脫抱式全封閉吊箱，安全舒適。到上部站的白雪皚皚，中間運行時間為半小時。

★ 印象麗江秀

參觀約1H，A點進B點出

整部作品以雪山為背景，在海拔3100米的世界最高演出場地，由來自10個少數民族的鏗鏘漢子，與來自16個鄉下村莊的普通農民，共500多位有著黝黑皮膚的非專業演員，用他們原生的動作與質樸的歌聲，帶給您心靈的絕對震撼。



★ 麗江古城-日景

白天的麗江古城褪去夜晚的喧囂，展現出寧靜質樸的納西風情。陽光灑在青石板路上，古樹與低矮的木屋形成鮮明對比，遠處的玉龍雪山成為絕佳背景。

★ 麗江古城

因為我們酒店鄰著麗江古城，晚間可自由逛街

古城麗江，把經濟和戰略重地與崎嶇的地勢巧妙地融合在一起，真實、完美地保存和再現了古樸的風貌。古城的建築歷經數個世紀的洗禮，融匯了各個民族的文化特色而聲名遠揚。麗江還擁有古老的供水系統，這一系統縱橫交錯，精巧獨特，至今仍在有效地發揮著作用。



早餐 酒店早餐

午餐 雪山小火鍋(人民幣162)

晚餐 木王宴語黑松露烤鴨三吃(人民幣100)



麗江和府洲際渡假酒店(開放式套房)

5*
或同級

DAY 06

麗江【木府、萬古樓、黑龍潭、束河古鎮】



★ 木府

「北有故宮，南有木府」。跨過清泉汨汨的流水小橋，可見一座木牌坊赫然立於土木瓦頂居民之間。跨進朱紅色的木府大門，一片開闊的地面上巍然聳立一座金碧輝煌的宮殿，漢白玉基座雕刻精美，恍若置身皇宮之內，呈現在西南地區曾經輝煌一時的大土司家族的興衰史。

★ 萬古樓~俯瞰古城全景

參觀約1H

萬古樓位於麗江古城區獅子山制高點的標誌性建築，屬木府建築群組成部分。五重簷全木結構塔樓，高33米，象徵原麗江納西族自治縣33萬各族人民。(獅子山需走上坡路約40分鐘，不想走的貴賓可在古城活動，等團體回來一起午餐)



★ 黑龍潭

黑龍潭，又名玉泉公園，潭水從石縫間湧湧噴出，依山斛清泉匯成四萬平方米潭面。四周山青水秀，柳暗花明。依山傍水造型優美的古建築點綴其間。

★ 束河古鎮

參觀約1.5H

一個古老寧靜的小鎮，又稱龍泉村。早在明代，這裡已經是滇西北的重要集鎮，南來北往的商人們在此交易。束河中心的集市廣場與麗江四方街非常類似，青石鋪就的街面，周圍店鋪順次排開，門口擺放著各種手工藝品。



早餐 酒店早餐

午餐 靚菜坊虹鱒魚宴(人民幣100)

晚餐 星榮私廚+篝火打跳(人民幣200)



麗江和府洲際渡假酒店(開放式套房)

5*
或同級

DAY 07

麗江—80km—【虎跳峽】—81km—【白水台】—
100km—香格里拉【獨克宗古城】



★ 白水台

參觀約2H，A點進B點出

是由於碳酸鈣溶解於泉水中而形成的自然奇觀。含碳酸氫鈣的泉水慢慢下流，碳酸鹽逐漸沉澱，長年累月就形成台幔，好似層層梯田。白水台遠處看去，青山掩映中的白水台造型真的就像層層梯田，在陽光照耀下，又仿若攝影作品中凝固的瀑布一般。



★ 虎跳峽(★含上下行觀光電梯)

分為上虎跳、中虎跳、下虎跳3段，共18處險灘。江面最窄處僅30餘公尺，江水被玉龍、哈巴兩大雪山所夾峙，海拔高差3900多公尺，峽谷之深，位居世界前列。



◎ 獨克宗古城

參觀約1.5H

它是按照佛經中的香巴拉理想國建成的，有「建在石頭上的城堡」和「月光城」兩層含義。古城的路面起伏不平，由一些歲月久遠的舊石頭就著自然地勢鋪就而成。至今，石板路上還留著深深的馬蹄印，那是當年的馬幫給時間留下的信物。



早餐 酒店早餐

午餐 中式合菜(人民幣80)

晚餐 南卡名典藏式風味(人民幣100)



香格里拉迪慶月光城英迪格酒店(豪華精品陽台房) 5*

DAY 08

香格里拉【(普達措國家公園:屬都湖、碧塔海)、噶丹松贊林寺、納帕海】



★ 普達措國家公園-屬都湖(含★遊湖船票)

參觀約2H

又名碩都湖,是香格里拉縣最大的高原湖泊之一。這不僅僅是一個湖,她是眾神飲水的地方,她有著迷人的晨霧、清澈的湖水、她被五光十色的山林包圍其中,這是一個童話般的世界,距縣城約40公里,與碧塔海是同一方向,屬都湖是全縣最大的湖泊之一。

★ 碧塔海

湖面海拔3538米,是雲南省海拔最高的湖泊,歷史上曾經是被水淹沒的凹陷地帶,第四紀隨西藏高原強烈抬升形成高原面貌。保護區位於雲南省西北部中甸縣境內,普達措國家公園裡。地處橫斷山脈上部的高原面上,屬青藏高原向雲南高原的過渡地帶。



★ 噶丹松贊林寺(含★電瓶車)

參觀約2H(松贊林寺海拔3300公尺,建議儘量緩步)

漢語稱(歸化寺),是雲南省規模最大的藏傳佛教寺院,也是康區有名的大寺院之一。噶丹松贊林寺是一座古鎮規模的古堡群建築。該寺於西元1679年(藏歷第十一繞迴陰土羊年)興建,於西元1681年(陰鐵雞年)竣工。五世達賴喇嘛親賜名「噶丹松贊林」。

◎ 納帕海

參觀約0.5H

是一個高原湖泊,有許多珍奇飛禽棲息於此,其中最有名的要數國家一類保護動物黑頸鶴。納帕海也是香格里拉最大的草原,春夏時節綠草青青、山花爭艷;秋季草場金黃,是攝影的大好時機。



早餐 酒店早餐

午餐 中式合菜(人民幣80)

晚餐 月光英迪格中式合菜(人民幣250)



香格里拉迪慶月光城英迪格酒店(豪華精品陽台房) 5*
或同級

DAY 09

香格里拉→昆明—83km—【石林】—83km—昆明【雲南映象秀】



★ 石林

參觀約2H



石林以喀斯特地貌景觀為主，被稱為「世界喀斯特的精華」，在世界地學界享有盛譽。一片隆起的海底積岩，長期受碳酸雨侵蝕而自然形成的石林景觀。在獨特的地質、氣候、水文條件下，多期石林繼承發展，相互疊置，層次分明。

★ 雲南映象秀(★VIP席)

參觀約1H

雲南映象是著名舞蹈家楊麗萍首次出任大型歌舞集總編導及藝術總監，原汁原味的民族歌舞元素，是一既有傳統之美，又有現代之力的舞台新作。她將最原生的原創鄉土歌舞精髓和民族舞經典全新整合重構，再創雲南濃郁的民族風情。



早餐 酒店外帶餐盒
午餐 烤鴨風味(人民幣100)
晚餐 菌王火鍋(人民幣150)



昆明索菲特大酒店 5*
或昆明喜來登酒店 5*
或同級



返程・歸鄉

在充實的旅途中，最舒適的還是那溫暖的家，今日我們開始返程，另飛行時間長，建議準備頸枕、眼罩、耳塞等助眠小物，方便在機上也能享有舒適的休息空間。



早餐 酒店早餐
午餐 機上簡餐
晚餐 機場自理



溫暖的家



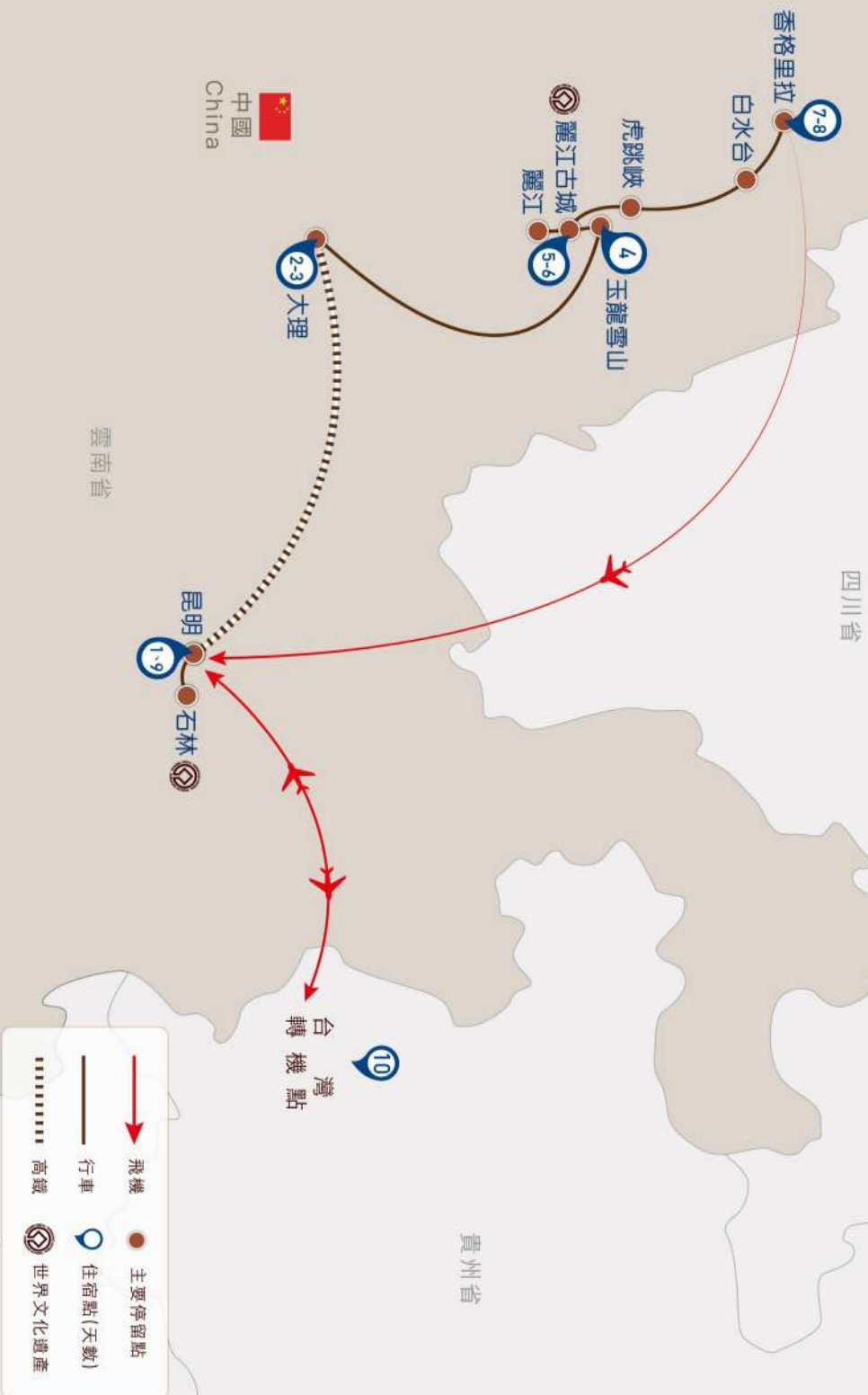


- 行程中★標示為需門票且入內參觀、◎標示為下車外觀拍照或不需門票之入內參觀、不標示為行車參觀。
- 最低組團人數：10人以上(含領隊)，最多25人(不含領隊)。
- 團費報價以雙人房(2人一室)為主，歡迎您結伴參加。若單人報名，須付擔全程單人房差額。原則上晴天旅遊會協助安排同性團友或領隊共用一室同房，若能順利調整，則免收單人房差額。
- 單人房加價：30,000元。7.8月加價：52,000元。
- 中國酒店因大多酒店本身不想申請評星等，但其酒店建造、服務等格局都依星級酒店標準，遇此狀況酒店將用【準X星】依大陸最大訂房網站所顯示之(星.鑽)數呈現數來代表，敬請理解！
- 以上行程順序若因特殊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。
- 報名後即可保留團位，並請於三日內繳交訂金，訂金每席：20,000元。如遇團體額滿或限期開票，請於隔日繳交訂金，始完成報名手續。
- 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75歲以上或行動不便之貴賓，必須有家人或友人同行(2位年齡相加，小於160歲)，方可報名，不便之處，尚請見諒。
- 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，我們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。
- 鑑於中國大陸運輸安全法規定，搭乘高鐵(動車)所攜帶的隨身或托運行李中，不得含有各式刀具、槍砲、彈藥等危險物品，故請勿攜帶搭乘，否則，將面臨罰款、拘留或沒收等行政處罰，如造成任何損失，請自行承擔。
- 旅行社出團之機位為團體機位，領隊僅能依照航空公司所給予的位子進行調整，並不能保證親友一定會坐在一起或皆有走道位，敬請見諒。
- 大陸旅遊禁止事項：不得嫖娼，不得攜帶水果、古董及報紙入出境，儘量不要談論政治及相關話題避免無謂的麻煩。
- 電壓：中國大陸電壓為220伏特，插座為2孔圓形、2孔扁型。在大多中、高檔酒店洗手間裝有供刮鬍刀用的110伏特的電源插座。
- 役男：須向相關主管機關申請出境許可。
- 非本國籍旅客：本行程所載之相關規定，對象均為持中華民國護照之旅客，若您擁有雙重國籍或持他國護照，請自行查明相關規定，並事先請告知您的業務人員。
- 民航總局有如下規定：
 - 1.每名旅客每次最多共可攜帶1公升(每瓶容積均不得超過100毫升)液態物品，經開瓶檢查確認無疑後，方可隨身攜帶乘坐飛機；其他超出部分一律托運。旅客不得隨身攜帶酒類(瓶裝、罐裝)。如確需攜帶，每人每次不得超過2瓶(1公斤)，且必須托運，包裝須符合民航運輸規定。
 - 2.因特殊原因需要隨身攜帶的液態物品，如患病旅客攜帶的液態藥品、帶有嬰兒的旅客攜帶的嬰兒飲用品等，經開瓶檢查確認無疑後，可予攜帶。旅客因違反上述規定造成誤機等後果的，損失自負。
 - 3.政府規定自87.10.01起，不得自海外攜帶新鮮水果入境，若違反規定除水果被沒收



SUNDAY
TOURS

晴友讀中:昆明.大理.麗江.香格里拉10日





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