

2025 (澳洲包機票) 川藏15天

第1天: 悉尼/墨尔本 - 成都

请提前3小时抵达机场, 搭乘国际航班前往成都, 次日到达。

第2天: 抵达成都 (早餐)

抵达成都, 抵达后前往享用早餐, 随后送至酒店休息。酒店的入住时间为下午2点, 之后可自由活动。

住宿: 成都天府机场悦享酒店或同级5钻酒店

第3天: 成都 - 林芝 (早餐、午餐、晚餐)

携带早餐盒, 清晨前往机场, 搭乘航班飞往被誉为西藏瑞士的林芝 (在西藏旅游期间, 这里的海拔最低平均2900米, 有助于你更快适应高原环境)。抵达后, 游览【卡定沟天佛瀑布】沟内有一座天瀑布, 意指瀑布中显现出一尊威严的佛像。午餐后, 游览【尼洋河】, 它是雅鲁藏布江的支流, 藏人称之为尼洋曲。尼洋河之美, 在于它的水色一一清澈、翠绿、洁白, 这三种视觉效果错综复杂地交织在一起。

住宿: 林芝工布庄园希尔顿酒店或同级5星酒店

第4天: 林芝-波密 (早餐、午餐、晚餐)

早餐后, 我们前往【色季拉山】, 位列西藏四大神山之一, 四季都有来自四面八方的信徒来此转山朝拜。特别是每逢藏历八月十日, 这里会举行一次盛大的转山活动, 称为“娘布拉酥” (意为请神求宝)。午餐后, 我们继续前往【古乡湖】。

住宿: 波密恒鑫藏王大酒店或同级携程4钻酒店

第5天: 波密 (早餐、午餐、晚餐)

早餐后, 我们将前往【米堆冰川】, 冰川、湖泊、农田、村庄、森林等元素融为一体, 构成了一幅人与自然和谐共处的典范画卷。赢得了“中国最美六大冰川之一”的美誉。午餐后, 我们将游览【然乌湖】, 它是雅鲁藏布江支流帕隆藏布的主要源头。

住宿: 波密恒鑫藏王大酒店或同级携程4钻酒店

第6天: 波密-巴松措 (早餐、午餐、晚餐)

早餐后, 我们乘车【远眺秀巴千年古堡】。相传是格萨尔王为彰显其征战胜利的威严而建造的。午餐后, 我们游览了被称为西藏宁玛派 (红教) 圣湖的巴松措。它被雪山和森林环绕, 被誉为“小瑞士”。岛上有一座千年古庙一一【错宗寺】。岛上的奇岩怪石景观独特, 与壮丽的雪山相互辉映。雪峰、冰川、原始森林和古迹将巴松措紧紧环绕, 使这里宛如人间仙境。

住宿: 喜 马拉雅巴松措度假酒店

第7天: 巴松措-拉萨 (早餐、午餐、晚餐)

早餐后，我们前往巴松措欣赏日出的壮丽景色，随后驱车前往被称为“日光城”的拉萨。在那里，我们游览了【色拉寺】，与哲蚌寺、甘丹寺并称为拉萨三大寺。接着，我们观看了喇嘛辩经，这是一种按照因明学体系的逻辑推理方式，辩论佛教教义的学习课程。在藏语中，辩经被称为“村尼作巴”，意为“法相”，是藏传佛教喇嘛学习显宗经典的重要方式。

住宿：拉萨圣地天堂洲际大饭店或同级5星酒店

第8天： 拉萨-布达拉宫-大昭寺-八角街（早餐、午餐、晚餐）

早餐后，我们启程前往世界上海拔最高的古代宫堡式建筑群——【布达拉宫】进行参观。这座雄伟的建筑群始建于公元七世纪中叶，由藏王松赞干布主持建造。下午，我们将前往拉萨旧城中心的藏传佛教圣地——【大昭寺】游览。随后，我们将漫步于【八角街】，深入探索西藏的人文风情。参观工艺品商店，您可以选购具有浓郁地方特色的西藏工艺品，如天珠、唐卡等。

住宿：拉萨圣地天堂洲际大饭店或同级5星酒店

第9天： 拉萨-纳木措-拉萨（早餐、午餐、晚餐）

早餐后，我们驱车到达世界上海拔最高的咸水湖——【纳木措】。藏语“纳木措”意为天湖，海拔4718米，湖滨广阔，水草丰美，瑰丽迷人，清澈壮观，犹如一颗蓝宝石般镶嵌在如茵的万里羌塘草原上。后乘车返拉萨，在亚运会圣火采集处停车拍照留念。

住宿：拉萨圣地天堂洲际大饭店或同级5星酒店

第10天： 拉萨-羊湖-日喀则（早餐、午餐、晚餐）

早餐后，我们乘车前往风景如画的【羊卓雍措】，藏语意为“天鹅池”，是西藏三大圣湖之一。接着，我们参观了藏药展览，然后沿着美丽的羊湖畔，经过壮观的卡若拉冰川，抵达了西藏名城江孜，这里曾是电影《红河谷》的拍摄地。之后，我们继续驱车前往日喀则，藏语意为“最好的庄园”，它在历史上是后藏的政治、宗教和文化中心，也是历代班禅的驻锡地。

住宿：日喀则乔穆朗宗酒店或同级5星酒店

第11天： 日喀则-扎什伦布寺-拉萨（早餐、午餐、晚餐）

早餐后，我们将前往参观藏传佛教格鲁派六大寺院之一，历代班禅大师的驻锡地——【扎什伦布寺】。这一天的日喀则之旅将以这座寺庙为高潮，它不仅是历代班禅额尔德尼的驻锡地，而且其建筑群依山而建，背靠高山，殿宇相连，群楼叠叠，金顶红墙的主建筑群显得雄伟、浑厚、壮观且金碧辉煌。我们将访问一家藏民家庭，与当地藏民进行亲切的交流，进一步了解当地的民俗风情。我们特别为贵宾安排了【夜观布达拉宫】，届时，红色的布达拉宫将耸立在雪山蓝天为背景的绿草地上，宛如神仙居住之地。

住宿：拉萨圣地天堂洲际大饭店或同级5星酒店

第12天： 拉萨-成都（早餐、午餐、晚餐自理）

早餐后，前往机场，搭乘国内航班前往成都，抵达成都后，将有专车接机并送往酒店休息，之后可自由活动。

酒店：成都环球天堂洲际酒店或同级5星酒店

第13天： 成都（早餐、午餐、晚餐：自理）

早餐后，我们将前往【三星堆遗址（包括耳麦和讲解服务）】。这个遗址拥有5000至3000年的悠久历史，是中国西南地区迄今为止发现的规模最宏大、持续时间最长、文化内涵最为丰富的古城、古国、古蜀文化遗址。参观结束后，我们将返回成都市区，之后，我们将参观蜀绣艺术馆和乳胶睡眠中心，并在晚上观赏四川特色的变脸表演。

酒店：成都环球天堂洲际酒店或同级5星酒店

第14天： 成都（早餐，午餐：自理，晚餐：自理）

早餐后全天自由活动，探索成都之美。（不含车，餐，导游）

或参加自费项目：都江堰一日游AUD150/人（10人以上开团）

早餐后，我们前往都江堰，开启一段精彩的一日游。首先，我们会前往【灌县古城】。在古城中漫步，可以感受到古代文明的韵味和现代生活的融合。接着，我们将游览【南桥】，这座桥不仅是连接两岸的重要通道，也是欣赏都江堰风光的绝佳地点。。打卡【仰天窝网红熊猫广场】之后，我们还会参观蜀工艺术馆，让你深入了解蜀地的艺术与文化。最后，我们将在一天的行程结束后返回成都，结束这次难忘的都江堰一日游。

第15天： 成都 - 悉尼/墨尔本

搭乘国际航空的航班返回澳洲。