

8D6N

四季假期
FS HOLIDAYS

信仰之路: 拉萨 & 日喀则

TIBETAN HERITAGE ODYSSEY: LHASA & SHIGATSE

Tour Code: FS-8CSXZ



CHINA



布达拉宫 Potala Palace

行程亮点 / TOUR HIGHLIGHTS

- ◆ 布达拉宫 - 雄伟壮丽的藏文化象征, 世界文化遗产, 见证千年历史风华
- ◆ Potala Palace - A majestic symbol of Tibetan culture and a UNESCO World Heritage site
- ◆ 日喀则 - 西藏第二大城市, 拥有扎什伦布寺等佛教圣地, 文化底蕴深厚
- ◆ Shigatse - Tibet's second-largest city, home to Tashilhunpo Monastery and rich Buddhist heritage
- ◆ 羊卓雍措 - 西藏三大圣湖之一, 湖水碧蓝如宝石, 宛如人间仙境
- ◆ Yamdrok Lake - One of Tibet's three sacred lakes, renowned for its mesmerizing turquoise waters
- ◆ 扎基寺 - 藏地祈福圣地, 香火鼎盛, 深受当地信众与游客敬仰
- ◆ Zaki Temple - A revered Tibetan temple, known for its spiritual blessings and local pilgrim traditions

特色餐 SPECIAL MEALS

- ◆ 王府汤锅
- ◆ Imperial Hotpot
- ◆ 朗玛瑟德尼泊尔餐
- ◆ Dal Bhat Meal
- ◆ 藏地特色餐
- ◆ Tibetan Specialty Meal

酒店 HOTEL (全程当地 4★)

拉萨德朋酒店或同级酒店	x 4 晚
日喀则天临大酒店或同级	x 1 晚
成都天府国际酒店或同级	x 1 晚
DEBON International Hotel or similar	x 4 N
Tian Lin Hotel or similar	x 1 N
Tianfu International Hotel or similar	x 1 N

购物站 SHOPPING STOP

- ◆ 工艺品综合
- ◆ Handicrafts Collection Shop
- ◆ 藏药土特产综合
- ◆ Tibetan Herbal Medicine Shop



日喀则 Shigatse



羊卓雍措 Yamdrok Lake



大昭寺 Jokhang Monastery



春熙路 Chunxi Road

旅游行程表

第一天 吉隆坡 ✈️ 成都

膳食：机上用餐

- ◆ 集合于吉隆坡机场，飞往成都
- ◆ 抵达成都，入住温馨酒店，为接下来的行程养足精神

第二天 成都 ✈️ 拉萨 (海拔：3650)

膳食：早餐 / 午餐 / 晚餐

- ◆ 飞往拉萨，入住温馨酒店休息，逐渐适应高原地区

第三天 拉萨 (海拔：3650)

膳食：早餐 / 午餐

- ◆ 布达拉宫 (含耳麦) ◆ 大昭寺 ◆ 八廓街

第四天 拉萨 - 日喀则 (海拔：3800)

膳食：早餐 / 午餐 / 晚餐

- ◆ 羊卓雍措 (羊湖) ◆ 满拉水库
- ◆ 江孜古城 ◆ 日喀则

第五天 拉萨 (海拔：3650)

膳食：早餐 / 午餐 / 晚餐

- ◆ 扎什伦布寺 ◆ 拉萨夜景

第六天 拉萨 (海拔：3650)

膳食：早餐 / 午餐

- ◆ 扎基寺 (唯一财神庙) ◆ 色拉寺
- ◆ 观赏辩经表演 ◆ 西藏博物馆

第七天 拉萨 ✈️ 成都

膳食：早餐 / 午餐

- ◆ 成都 IFS ◆ 太古里
- ◆ 春熙路 ◆ 大慈寺
- ◆ 前往机场，返回家园

第八天 成都 ✈️ 吉隆坡

膳食：机上用餐

- ◆ 抵达温馨家园

自费项目OPTIONAL TOURS

- ◆ 《文成公主》[人民币 480元 / 人]
- ◆ 八廓街藏装拍照 (5张电子底片) + 羊湖牦牛藏装合影 (不含摄影) [人民币 200元 / 人]
- ◆ 便携随身制氧包 [1天: 人民币 200/人] 或 [5天: 人民币 500/人]
- ◆ "Princess Wencheng" Show [RMB 480 /per person]
- ◆ Tibetan Costume Photo Shoot at Barkhor Street (5 digital photos) + Yak & Tibetan Mastiff Photo at Yamdrok Lake (photographer not included) [RMB 200 /per person]
- ◆ Portable Oxygen Concentrator [RMB 200 /per person /per day] or [RMB 500 per person for 5 days]

TOUR ITINERARY

DAY 1 KUALA LUMPUR ✈️ CHENGDU

MEALS: MOB

- ◆ Gather at Kuala Lumpur International Airport for flight to Chengdu
- ◆ Upon arrival in Chengdu, check in hotel and rest well for the journey

DAY 2 CHENGDU ✈️ LHASA (ALTITUDE: 3650)

MEALS: Breakfast / Lunch / Dinner

- ◆ Arrive Lhasa, check in hotel & rest to acclimatize to high-altitude region

DAY 3 LHASA (ALTITUDE: 3650)

MEALS: Breakfast / Lunch

- ◆ Potala Palace (includes audio guide) ◆ Jokhang Monastery
- ◆ Barkhor Street

DAY 4 LHASA - SHIGATSE (ALTITUDE: 3800)

MEALS: Breakfast / Lunch / Dinner

- ◆ Yamdrok Yumtso Lake ◆ Manla Reservoir
- ◆ Gyantse Ancient City ◆ Shigatse

DAY 5 LHASA (ALTITUDE: 3650)

MEALS: Breakfast / Lunch / Dinner

- ◆ Tashilhunpo Monastery ◆ Lhasa Night View

DAY 6 LHASA (ALTITUDE: 3650)

MEALS: Breakfast / Lunch

- ◆ Zhaqi Temple ◆ Sera Monastery
- ◆ Enjoy Monastic Debate Show ◆ Tibet Museum

DAY 7 LHASA ✈️ CHENGDU

MEALS: Breakfast / Lunch

- ◆ IFS Chengdu ◆ Taikoo Li Chengdu
- ◆ Chunxi Road ◆ Daci Temple
- ◆ Head to airport

DAY 8 CHENGDU ✈️ KUALA LUMPUR

MEALS: MOB

- ◆ Arrived home sweet home

REMARKS



Sister Brand of



- ◆ 导游讲解以中文为主。
Tour commentary in Mandarin.
- ◆ 旅游配套包含69岁及以下旅行者的旅游保险。
Tour package includes travel insurance for travellers up to 69 years old.

- ◆ 此旅游配套仅适用于马来西亚国民。
This tour package is applicable for Malaysians only.
- ◆ 三人间将额外一张单人折叠式床为准。
Triple sharing room will be allotted an extra roll-in bed.

TRAVEL AGENT: