

甘南、川西北(色達五明佛學院)全攬 16 天

中國西部(藏區邊陲)，存在著一片被譽為「人間淨土」的天地。

有人說：「到了甘南，就不用再去江南；到了川西北，才發現近在咫尺的人間美景」。

甘南--它不像江南小橋流水般柔美，但卻以蒼茫壯闊帶著優雅的氣勢擄獲人心，川西北--有青藏高原草原、湖泊的壯麗風光，又有藏傳佛教文化的厚重底蘊，也是高原生態基因寶庫。無論是旅行者、攝影愛好者，還是對文化心懷嚮往的人，來一趟甘南與川西北，能讓親臨此地的旅人找到心靈的感動，帶來一段終生難忘的旅程。

詳細行程：

第一天 桃園/成都（航班待定）

今日集合於機場，搭乘豪華客機飛往天府之國”之稱的四川省【成都】是西南地區最大的平原，共 6 個城區、4 個郊區、6 個縣，總面積 1.26 萬平方公里，人口一千多萬，成都旅遊區是四川旅遊的核心地帶，這裏不僅地處全川中心，同時也是四川省政治、經濟、文化的核心，成都不僅人文景觀豐富，自然風貌也獨具一格，早在一千多年前的唐代，詩人就唱出了“窗含西嶺千秋雪，門泊東吳萬裏船”的名句。

早餐：X 午餐：X 晚餐：X

住宿：天府臨空智選假日酒店或同級四星

第二天 成都/四姑娘山

【都江堰水利工程】位於四川省成都市都江堰市的岷江上游，是世界上現存最古老且仍在使用的無壩引水工程，始建於公元前 256 年，由秦國蜀郡太守李冰父子主持修建。都江堰由魚嘴分水堤、飛沙堰溢洪道和寶瓶口進水口三大核心工程組成，巧妙運用水勢「分洪、排沙、引水」原理，實現了防洪灌溉、航運與供水的多重功能。兩千多年來，都江堰滋養著成都平原，使其成為「天府之國」，成就了四川的沃野千里。

【貓鼻樑】貓鼻樑是觀賞四姑娘山全景的最佳位置，站在貓鼻樑放眼望去，四座山峰依次排列，雲霧繚繞時，四姑娘山充滿神秘色彩，猶如仙境般美麗。

【溫馨提示】四姑娘山當地有“一山有四季，十里不同天”的說法。春天的四姑娘山平均氣溫可以達到零下 10 度，最晴朗的天氣也不過是零下 2 度，較大的晝夜溫差使得白天會是陽光明媚，夜晚的氣溫就會驟降，此時前往四姑娘山旅遊，行李中必須準備好保暖的衣物，比如羽絨服。下雪後光線會很刺眼，一定要帶上太陽鏡。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：四姑娘山金林樓或同級四星



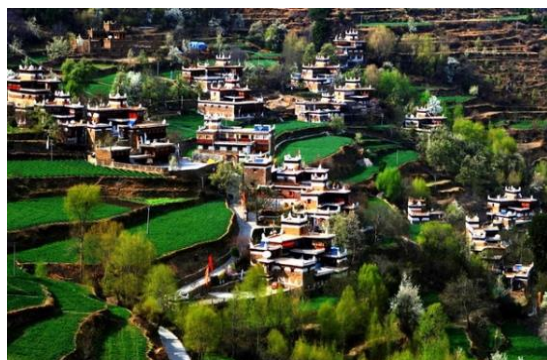
第三天 四姑娘山/丹巴

【雙橋溝(含觀光車)】 雙橋溝是四姑娘山景區裡唯一全程可以搭乘觀光電瓶車的一條溝，雙橋溝裡的景點密佈，讓人目不暇給。盆景灘中高大的沙棘樹枝盤曲或異伸，既有虬髯老松的蒼勁，又含園林盆景的秀美。珍珠灘的雪水從山上流下，穿過樹林，淌過草坡，然後在這裏遇上了幾十米寬的亂石坡，就像頑皮的小孩在經過平淡無奇的地方之後突然來到崎嶇的山路一樣，水在這裏又蹦又跳，陽光照映下如粒粒珍珠在石上跳躍、熠熠發光。遠眺五色山，像半輪剛剛升起的下弦月，冰雪覆蓋在山上清輝閃動；又如同一棵被砍伐後的千年古樹，圈圈年輪清晰可見。還有各種奇特景觀—獵人峰，日月寶潭，聖母峰，冰川，奇特的山峰加上特有的天氣型態，讓山峰時時變換，每時每刻都有不同的美景出現在眼前，讓無數遊人如癡如醉。

【甲居藏寨(含接駁車)】 藏語是百戶人家之意。藏寨從大金河谷層層向上攀緣，一直伸延到卡帕瑪群峰腳下，整個山寨依著起伏的山勢迤邐連綿，在相對高差近千米的山坡上，一幢幢藏式樓房灑落在綠樹叢中。或星羅棋佈，或稠密集中，或在高山懸崖上，或在河壩綠茵間，不時炊煙嫋嫋、煙雲繚繞，與充滿靈氣的山谷、清澈的溪流、皚皚的雪峰一起，將田園牧歌式的畫卷展示在人們眼前，以一種藝術品的形態存在。2005年由《中國國家地理》雜誌組織的選美中國活動中，以甲居藏寨為代表的"丹巴藏寨"被評為"中國最美的六大鄉村古鎮"之首。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：丹巴吉美酒店或同級準五



第四天 丹巴/雅江

【八美墨石公園(含電瓶車)】 位於甘孜州道孚縣，因奇特的灰黑色石林地貌聞名，被譽為「中國的墨石公園」。這裡的石林錯落有致，猶如大自然的雕塑藝術，峰巒聳立間宛如潑墨山水畫，

神秘而雄渾。園區內搭乘電瓶車遊覽，能更輕鬆領略如同異星世界般的壯麗景觀，黑白分明的石峰在陽光映照下散發冷冽光澤，仿若踏入一幅靜謐深邃的國畫卷。

【木雅金塔】木雅金塔位於塔公草原之上，是一座融合藏傳佛教藝術與當地民族風情的莊嚴佛塔。金色塔身在陽光下熠熠生輝，象徵吉祥與守護；塔周圍經幡飄揚，隨風翻飛，傳遞藏民的虔誠祝願。遠望金塔與雪山、草原相互輝映，構成一幅莊嚴又詩意的高原畫卷，是信仰與自然和諧共生的象徵。



【雅拉雪山】雅拉雪山位於四川康定與丹巴交界，主峰海拔 5820 米，是藏地四大神山之一。山體巍峨險峻，終年被皚皚白雪覆蓋，雪線清晰分明，仿若銀色巨龍盤踞天際。傳說雅拉雪山是藏傳佛教的守護神之一，千百年來受到當地藏民的虔誠朝拜與敬仰。晴空萬里時，雪峰與碧藍天空交相輝映；雲霧繚繞時，更添幾分神秘與聖潔。山腳下廣闊的草原、蜿蜒的溪流和散落的藏式村落共同構成一幅壯麗而詩意的高原畫卷，被譽為「攝影師的天堂」。



【新都橋】新都橋鎮又叫東俄羅，是川藏南、北線的分路口，十分繁榮。它原是 318 國道上的一個無名小鎮，近兩年隨著來稻城等地旅人的增加，開始變得熱鬧、繁華；這裡也是攝影家們最喜愛的地方，是有著海拔 3400 米高原寬穀的攝影天堂。新都橋有神奇的光線、無垠的草原、彎彎的小溪、金黃的柏楊、山巒連綿起伏、藏寨散落其間、牛羊安詳吃草，川西的平原風光美麗地綻放。這就是新都橋，令人神往的「光與影的世界」。在這裡更可遠眺 7556 米的蜀山之王—貢嘎山的主峰。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：雅江驛都酒店或同級四星

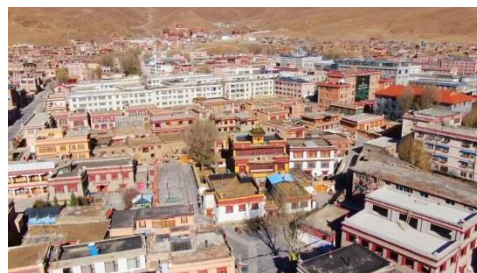
第五天 雅江-4H-理塘

【天路十八彎觀景台】天路十八彎觀景台坐落於四川雅江縣的 318 國道沿線，是進入理塘與

稻城亞丁之旅的必經之地。這裡道路盤旋起伏，如同巨型剪刀裁出的蜿蜒弧線，彎道十足震撼，故有「天路十八彎」之名。站在觀景台上居高臨下，可俯瞰剛剛攀升過的九彎十八拐山道，與周遭連綿高山、深谷、草原相互輝映，彷彿行走在雲端之上。山口氣候清新、空氣稀薄，日出與夕陽時分的光影更為絢爛，仿如山谷染金，是攝影與自駕者追求的絕佳打卡聖地。

【長青春科爾寺(含電瓶車)】又稱理塘寺，於1580年由第三世達賴喇嘛索南嘉措創建，是康巴地區歷史最悠久，規模最大的藏傳佛教黃教寺廟。藏語譯音，"長青"意為彌勒佛(即未來佛)"春科爾"意為法輪，"長青春科爾"意為彌勒佛法輪(標誌著法輪常轉、妙諦永存)。是康區第一大格魯派(黃教)寺廟，素有"康南佛教聖地"之稱。

【勒通古鎮】勒通古鎮又稱「千戶藏寨」，位於理塘縣城北山坡，海拔約4014米，有「世界第一高城」之譽。其藏語意涵「青銅草原」，描繪出這片大地的廣闊與平坦。整個古鎮面積約1.5平方公里，由約四千戶藏式建築聚集而成，是川西規模最大的千戶藏寨群。鎮內保留仁康古屋、七世達賴故居、長青春科爾寺等歷史遺跡，融合文博與宗教文化。此外，更有傳統的藏族手工藝館、藏戲傳習所、唐卡書法展示館及藏醫藏香館等文化體驗場所，讓遊客得以深入體驗藏區的生活與信仰。夏秋之際，草原與藏寨交融，遠觀冒合山、毛垭草原等自然景觀，是兼具文化內涵與自然風光的旅遊景區。

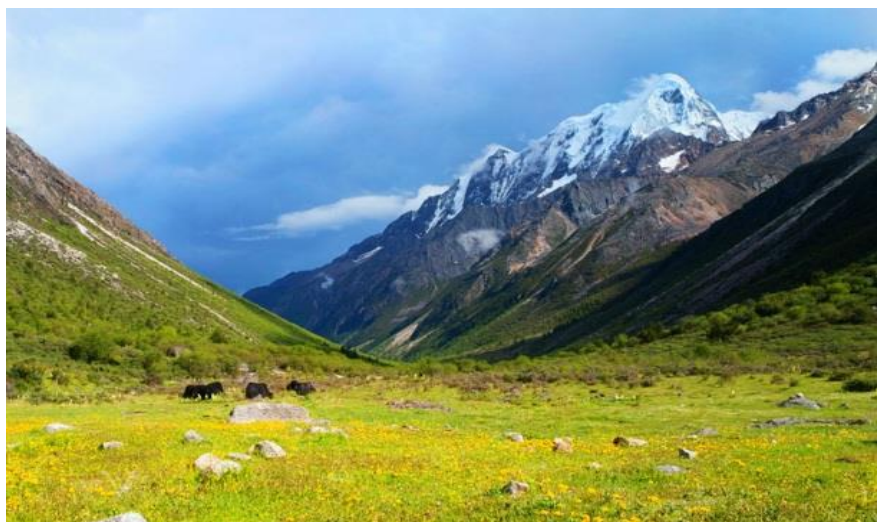


早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：理塘蟲草大酒店或同級四星

第六天 理塘-5H-新龍

【格聶神山(含景區接駁車)】主峰海拔約6204米，是四川第三高峰，也是藏傳佛教公認的二十四座神山之一。巍峨的山體終年冰雪覆蓋，與周圍形似蓮花花瓣般散落的多座五千米以上雪峰，共同勾勒出神秘壯麗的雪域畫卷。傳說格聶是噶瑪噶舉派的聖地，山腳下的冷谷寺始建於十二世紀，是朝聖者心中的「聖地之門」。



這片高原秘境融雪山、湖泊、草甸與寺廟於一體，被譽為「人間的香格里拉」與「川西最後的雪域秘境」。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：新龍梁茹溫泉酒店或同級四星

【第七天】新龍/色達

【措卡湖(含景區接駁車)】海拔 4000 米，藏語意為亂石叢中的黑色海水，被稱為高原上的綠寶石，湖面面積不過 3 平方公里左右，小巧、精緻。三面環山的措卡湖靜靜地躺在山谷裡，湖水清澈得讓人感覺不是真實的存在，仿若夢境一般。周圍蔥蘢茂密的樹木倒映在措卡湖裡，湖水碧意幽邃，綠汪汪地凝視著你。對面遙遙相望是茂密的原始森林，山巒靜然，層林蓊鬱。腳邊，湖水清澈見底，陽光透過樹葉落下來，碎金一般，灑在湖邊的草地上和幽綠的湖水裡。錯落於山坡上的紅黃相間的寺廟、塔林、大佛和民居、經幡等倒映在湖水裡，湖水的顏色不斷變換，美輪美奐。



早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：色達瓦須酒店或同級三星

【第八天】色達-7H-馬爾康

【喇榮五明佛學院】，也稱【色達佛學院】，是“世界第一”規模的佛學院。這裡的僧舍非常壯觀，數千間絳紅色的藏式平房連綿幾公里，簇擁著幾座輝煌的寺廟和佛堂，形成了一座壯觀的小山城，龐大的陣勢常常會讓初次到色達的人目瞪口呆，任何一張照片都很難表達出身臨其境的震撼。



早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB
住宿：馬爾康彌久希卡酒店或同級四星

【第九天】馬爾康/理縣

【卓克基土司官寨】卓克基土司官寨位於四川省阿壩藏族羌族自治州馬爾康市卓克基鎮，是中國保存最完整、最具代表性的嘉絨藏族碉樓式官寨建築群。官寨始建於清乾隆年間，歷經百年擴建，融合了碉樓、防禦牆、庭院與宮殿式格局，集防禦、辦公與生活於一體，素有「東方古堡」之譽。整個官寨依山就勢，層疊錯落，紅牆碧瓦與周邊山色交相輝映。寨內木雕、石刻、壁畫等裝飾精美，彰顯出濃厚的嘉絨藏族文化氣息。據傳當年紅軍長征曾經駐扎於此，留下了珍貴的歷史印記，使這裡更增添一份厚重的人文價值。



【畢棚溝景區(含觀光車及電瓶車)】

畢棚溝是一個集原生態景觀博覽、登山穿越、極地探險、滑雪滑冰、休閒度假於一體的大型原生態旅遊風景區。畢棚溝以其優美的自然風光、完美的自然生態景觀、優良的生態環境著稱。景區內紅葉、杜鵑花種類繁多，森林原始、瀑布飛掛、冰川奇特。畢棚溝以其優美的自然風光、完美的自然生態景觀、優良的生態環境著稱。景區內紅葉、杜鵑花種類繁多，森林原始、瀑布飛掛、冰川奇特。畢棚溝被比作四姑娘山的美麗背影。這是個五彩斑斕的世界，濃綠的樹，深紅的葉，青青的湖，湛藍的天，純白的雪；這是個多姿多彩世界，險峻奇峰，一道冰川，人間寺廟。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB
住宿：追山茗境酒店或同級四星

【第十天】理縣-6H-若爾蓋

【九曲黃河第一灣(含單程扶梯)】天下黃河九十九道彎，最美的自然景觀要數第一彎和壺口瀑布。這兩處景觀被譽為神奇的九曲黃河立體大乾坤地圖，它是黃河流經這兩處景觀時形成的一個S形大彎道，因其在地圖上恰似《周易》中陰陽太極圖，故而譽為。它與藏族本教(“卍”)和藏傳佛教(“卍”)的“生命輪回”或者“日月輪回”學說有異曲同工之妙。黃河九曲第一灣發源于巴顏喀拉山(海拔4500米)之黃河，流經四川省境內，在若爾蓋縣唐克鄉索克藏寺院旁形成的著名景點。黃河在此橫切徑為300米，白河橫切徑為400米。黃河于此段流程中，為四川與甘肅之界河，河西為甘肅，河東為四川。黃河自甘肅一側來，白河自黃河第一灣頂匯入，型如“S”型，黃河之水猶如仙女的飄帶自天邊緩緩飄來，在四川邊上輕輕撫了一下又轉身飄回青海，故此地稱九曲黃河第一灣。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：若爾蓋唐古特酒店或同級準五星



【第十一天】若爾蓋-4H-迭部

【花湖風景區(含電瓶車)】花湖位於四川若爾蓋和甘肅郎木寺之間，是熱爾大壩草原上的一個天然海子。熱爾大壩是我國僅次於呼倫貝爾大草原的第二大草原，海拔 3468 米。花湖經典的時間是在五六月份，湖畔五彩繽紛，好像雲霞委地，而湖中則開滿了水妖一樣的絢麗花朵，這種植物看起來平淡無奇，在雨水充沛的八月把純藍的湖水染成淡淡的藕色，時深時淺，像少女思春時低頭的一抹酡紅。



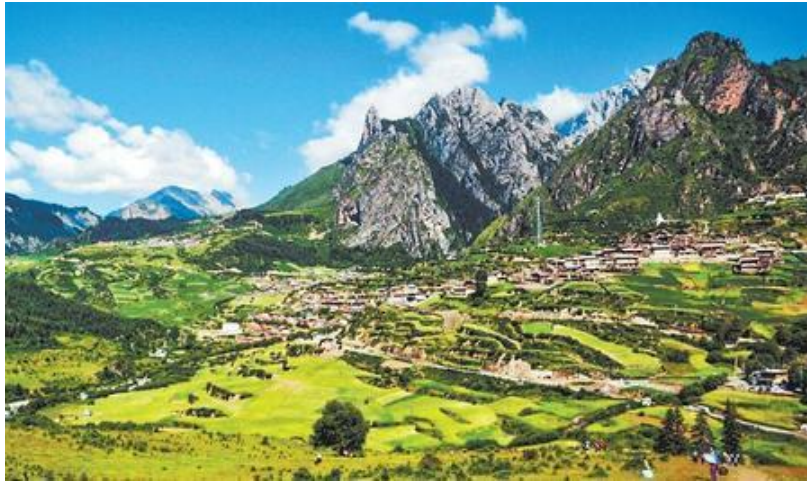
早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：迭部印象洲際酒店或同級四星

【第十二天】迭部-4H-宕昌

【紮尕那風景區(含接駁車)】紮尕那景區集石林、峭峰、森林、田園、村寨、及藏傳佛教寺院為一體。在這片仙境裡，整個迭山石林最為引人注目。由縣城朝北進入益哇溝到納加石門，仰目北眺，浩瀚的百里石林、石峰光潔錚亮，嶙峋入穹，無樹、無土、無塵、無垢！峭壁崢嶸，石峰聳秀在陽光照射下煙波浩渺，璀璨生輝。正北是璀璨生輝、巍峨恢宏、雄偉壯觀的迭山主脊光蓋山石峰，另外三面皆是秀峰環拱，蒼松翠柏鬱鬱蔥蔥，猶如高峻雄渾、堅不可推的城牆，把紮尕那四村一寺圍在城中，其中東哇村和桑拉寺院正巧座落於石城中央。城內左上角還有一道出口，是由石山斷裂形成的石質狹道，南北走向，長百餘米，寬僅數米，石峽兩面是垂直挺拔的岩壁，一條小溪懸瀉而下，聲響如雷。此道亦是洮疊古道中的險關。此

為石城“後門”。而在石城正南方，有一道石山對峙而成的“正門”，門外是一條南北走向的十裡峽穀，恰似城外長廊，南端矗立兩遭數百來高的對稱岩壁，猶如兩堵巨型門墩組成宏偉的前門，是俗稱“鬼門關”的納加石門。



早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB
住宿：新官鵝溝大酒店或同級四星

【第十三天】宕昌-2.5H-隴南

【官鵝溝風景區(含電瓶車)】官鵝溝國家森林公園，位於甘肅省隴南市宕昌縣城郊，由官珠溝、鵝嫚溝、木隆溝、廟溝等景區組成，總面積 4.2 萬公頃。官鵝溝國家森林公園集森林景觀、草原景觀、地貌景觀、水體景觀、天象景觀等自然景觀和人文景觀於一體，湖泊如珠、峽谷如線、瀑布如織，動植物分佈多樣，生態環境優美，自然景觀奇特。此外公園內居住有藏、羌民族 3000 餘人，保留著獨特的服飾、風俗，亦是民俗遊的好題材。

【官珠溝風景區】官珠溝是甘肅省隴南市宕昌縣境內官鵝溝大景區的核心之一，以山水、森林、湖泊和瀑布聞名，被譽為「隴上九寨溝」。這裡森林覆蓋率高達 75%，擁有多處碧綠湖泊、飛瀑和多樣岩石。步入官珠溝，幽靜溪谷、懸崖絕壁、奇石林立，湖泊宛如仙境明珠，水光倒映山影如詩如畫。春季杜鵑盛開、秋季紅葉繽紛，是康養與攝影的理想之地。

【大河壩風景區】大河壩自然風景區位於宕昌東南部、多為天然林覆蓋，森林率超過 65%。依山臨江，北抵岷江、南倚迭山，山水相依。區內奇峰怪石、飛瀑彩虹、多樣地貌構成壯麗圖景。羌族文化底蘊濃厚，民俗風情神秘純樸，有「隴上小九寨」之美譽。



早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB
住宿：隴南金都大酒店或同級四星

【第十四天】隴南-3.5H-劍閣

【萬象洞風景區(含電瓶車)】萬象洞，有“華夏第一洞”、“中國北方第一洞”、



“地下文化長廊”、“地下藝術宮殿”等美譽。萬象洞位於甘肅省隴南市武都區漢王鎮楊龐村的半山腰。該洞已有 2.5 億至 3 億年的歷史，是中國西北地方發現的一處規模宏大，藝術價值高，既具北國之雄奇，又有南國之靈秀的岩溶地貌。景區已開發的 11 個景區，有 120 多個較大景觀，依形象排為月宮、天宮、龍宮三大洞天。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：劍閣天賜溫泉酒店或同級四星

【第十五天】劍閣-4H-成都

【劍門關風景區(含纜車及玻璃觀景台)】劍門關風景區是 5A 級旅遊景區，中國 100 個紅色經典旅遊景區之一。

劍門關風景區由劍門關、翠雲廊兩個緊鄰景區組成，核心區面積 6 平方公里，有觀賞景點(區)300 餘個，主要景點有劍門關、劍閣道、七十二峰、小劍山、薑公祠、薑維墓、鄧艾墓、鐘會故壘、金牛道、後關門、石筍峰、梁山寺、雷霆峽、翠屏峰、仙峰觀、古劍溪橋、志公寺、4D 影院、鳥道、玻璃景觀平臺等。

劍門關因唐代大詩人李白《蜀道難》中“劍閣崢嶸而崔嵬，一夫當關，萬夫莫開”而聞名。它集蜀道文化、三國文化、戰爭文化、紅色文化於一體。

早餐：酒店內享用 午餐： 60RMB 晚餐： 60RMB

住宿：保利黃冠假日酒店或同級四星



【第十六天】成都/桃園

早餐：酒店內用 中餐：X 晚餐：X

住宿：溫暖的家

出發日期：2025/10/10 出團。

團費：每人 NT99,800 元 (10 人成團)。 全程單人房：15,500 元。

報名訂金：每人 NT15,000 元。

費用包含：

國際段經濟艙來回機票、行程上所列之酒店住宿(二人一室)、全程豪華空調車、行程上所列餐食、門票(以景點首段門票為準)、中文導遊。

費用不含：

新辦(換發)護照費用、台胞證新辦、指定單人房(需加收每人 NT18,000 元)、個人通訊費、個人購物飲食消費、洗衣費、旅遊平安保險及不便險、行李超重費、床頭及行李小費、隨團工作人員小費(每人 NT350x16 天=NT5,600 元)

發現者旅行社 台北市南京東路二段 50 號 6 樓

電話:(02)2567-2616