



現代中國旅行社有限公司

MODERN CHINA TRAVEL AGENCY LTD.

Tel : 23919900

Fax : 23964431

Website : <http://www.modernchinatravel.com>

深入台江、施洞、老屯(姊妹節) 黔(苗侗之旅-中國第一大民族走廊) 八天航空團 (GES-8-AF12)
(CA/ZH/HU/CZ)

成人收費： 單人房

小童收費： (十二歲以下, 不佔床位) 出發日期：4月4日

姊妹飯節的由來 苗族姊妹節是貴州黔東南苗族侗族自治州台江縣老屯、施洞一帶苗族的盛大節日，每年農曆三月十五至十七日舉行，是一個以青年男女間挑選情侶為主要內容的節日，故有人稱之為“東方情人節”。姊妹節美麗的傳說來自長達五百多行的《姊妹節歌》。相傳，有一對姐妹的子女，男的叫金丹，女的叫阿姣，從小青梅竹馬，彼此相愛，可按照舊時苗家習俗“還娘頭”，就是舅家優先娶姑家女兒為媳。阿姣不願嫁舅家，金丹也不願娶別的姑娘，因為怕父母發現，兩人只能常在野外偷偷約會。每次，阿姣都用她裝針線的竹籃偷偷地藏著飯帶給金丹吃。年復一年，阿姣終於感動了父母，同意她與金丹結成夫妻，於是便有了“姊妹飯”的典故。

姊妹飯節的兩大特色 1) 姊妹飯節最主要的活動內容是吃姊妹飯和踩鼓。吃姊妹飯是這個節日的重要禮儀，綠、紅、黃、紫、白五色姊妹飯色彩繽紛、芳香可口。其中，綠色象徵家鄉美麗如清水江，紅色象徵寨子發達昌盛，黃色象徵五穀豐登，紫藍色象徵富裕殷實，白色象徵純潔的愛情。姊妹飯也是姑娘們送給情侶的佳品，小夥子如果看上了某位姑娘，就向女方討姊妹飯。苗族姑娘們在姊妹飯裡包上不同的物品送給小夥子，就可以表達不同的含意。比如，糯米飯上放著一對紅筷，則表示姑娘願意成雙成對；如果只有一支，那是姑娘客氣地暗示小夥子不要再單相思了。

2) 踩鼓是整個社區參與傳統節日的重要內容，是最有當地特色的一種舞蹈，原本是女人間自發聚會，自由發揮的舞蹈，姑娘們伴隨木鼓的節奏不停地前後旋轉，翩翩起舞，被人稱作“東方迪斯可”。當天，姑娘們在父母的精心打扮下，身著節日的盛裝從各村各寨湧向鼓場踩鼓，共跳踩鼓舞。從鼓場上可以看出誰的服飾艷麗，誰的銀飾精美量多，這是展示苗族服飾文化的重要方式。晚上青年男女遊方對歌，談情說愛。

行程特色：

一、安排前往中國第一大民族走廊—雲貴地區，帶您前往尚未被文明影響、破壞，仍保留原始生活方式的黔東南州，讓您體會不同的苗族、侗族情懷。

二、安排前往多個不同風情的苗鄉、侗寨參觀，全國最大的侗寨—肇興，參觀有守望千百年的侗家鼓樓，還有西江千戶苗寨，這些不同的村寨，各自體現不一樣的服飾、習俗，就是要讓您深入少數民族的堂奧，深窺苗家與侗寨的門道。

三、安排當地民族風味餐食，酸湯魚、侗家風味、長桌宴、貴州滋補藥膳，這些都是要讓您回味無窮。

第一天: 香港—深圳或廣州→—台江縣(晚餐)

請於指定時間集合，乘交通工具往深圳機場，乘客機往以「盤山浩水、洪湖廣洞、異俗奇風」出名的貴州省省會貴陽市，貴陽市位於烏江的支流南明河畔，是雲貴高原山間的城市，海拔一千公尺，氣候清爽宜人，因其位於貴山之南，故名貴陽。抵達後乘車前往黔東南苗族侗族自治州的首府凱里，凱里市位於貴州省東南部苗嶺山麓、清水江畔，是黔東南苗族侗族自治州的首府所在地，是一個以苗族為主體，多民族聚居的城市，也是全國41個“綠城”之一這是一個歷史悠久、人傑地靈的地方。凱里設治已有500年歷史，早在明清時期曾有“小京州”美稱。凱里山青水秀，景色迷人，是一個。抵達後乘車前往黔東南苗族侗族自治州的台江，位於黔東南苗族侗族自治州中部的台江，距凱里48公里。這裏有古代軍事重鎮施洞古鎮，有著名的反排木鼓舞，有世界唯一的獨木龍舟節，有“世界上最古老的情人節”——姊妹節等。晚飯後入台江郵政公寓或同級。

第二天: 台江縣(紅寨村、台拱鎮)(苗族傳統節日-姊妹飯節)(早、午、晚餐 苗族風味酸湯魚)

台江苗族姊妹節是貴州省台江縣老屯、施洞一帶苗族人民的一個傳統節日。每年農曆三月十五至十七，苗族青年男女穿著節日的盛裝，聚集歡度這個極富民族特色的傳統佳節，苗語叫「濃嘎良」。節日以青年婦女為中心，以展示歌舞、服飾，遊方，吃姊妹飯和青年男女交換信物為主要活動內容，節日內容豐富獨特，是世界上最古老的「情人節」。據《苗族古歌》記載，苗族聚居的地區過去都過姊妹節，如今大部分地區已消失，唯有台江縣還完整地保留著這一習俗。而台江的姊妹節習俗，要數施洞姊妹節最典型、最具有代表性。晚飯後入台江郵政公寓或同級。

第三天: 台江縣—施洞鄉(施洞姊妹飯節)(早、午 吃姊妹飯、晚餐)

早餐後，前往黔東南施洞姊妹飯節。(農曆3月15-17日)每年春天，施洞都要舉辦規模盛大的“姊妹飯節”，被譽為“東方情人節”，在整個黔東南地區很有名。施洞是一個位於台江與施秉兩縣交界處的苗族鎮子，苗族聚居的地方都有過姊妹節的習俗，苗語叫做“腦嘎良”。姊妹節美麗的傳說來自長達五百多行的《姊妹節歌》。施洞地區姑娘們把三丙大塘青年邀請來吃“姊妹飯”，這樣施洞的姑娘們都

找到了自己的意中人。吃“姊妹飯”逐漸演變成為“姊妹飯節”是青年男女間挑選情侶為主要內容的節日了。晚飯後入台江郵政公寓或同級。

第四天: 台江縣—老屯鄉(老屯姊妹飯節)—雷山(西江千戶苗寨、苗寨採歌堂、傳統民族歌舞表演、訪問苗族民居)—都勻(早、午、晚餐)

早餐後，前往老屯鄉。在貴州省黔东南苗族侗族自治州臺江縣舉行的傳統姊妹節上，那裏據說是姊妹節的發祥地，以刺繡聞名於世。姑娘們穿着美麗的民族服裝，衣裙上繡著花紋和圖案，頭上梳著高髻，戴上鸞鳳冠，佩戴耳環、項鍊和銀圈，身上綴滿銀牌，真是花枝招展，銀器代表少女的身價，據說一身銀器可重達十多金斤。男士們則穿青、藍、紫等色的對襟衣，頭上紮著頭內或包頭帕，十分熱鬧。之後前往黔东南苗族侗族自治州的首府凱里，凱里市位於貴州省東南部苗嶺山麓、清水江畔，是黔东南苗族侗族自治州的首府所在地，是一個以苗族為主體，多民族聚居的城市，也是全國41個“綠城”之一這是一個歷史悠久、人傑地靈的地方。凱里設治已有500年歷史，早在明清時期曾有“小京州”美稱。凱里山青水秀，景色迷人，是一個多民族花園，被譽為“苗嶺明珠”凱里素有“百節之鄉”的美稱，民族傳統節日多達135個，每個節日都包含著美麗的神話和傳說，猶如一部活的民族藝術大詞典。抵達後天下西江、世界第一大苗族自然村寨【西江千戶苗寨】，苗寨以青石板路串連，楓樹成林，楓香撲鼻。約有1000多戶人家，所以稱為“千戶苗寨”。這裏的房屋大多是木吊腳樓，都是用楓木搭成，依山勢向兩邊展開，暗紅色的楓木板壁在夕陽照射下一片金黃。千戶苗寨四面環山，重巒疊嶂，梯田依山順勢直連雲天，白水河穿寨而過，將西江苗寨一分為二。寨內吊腳樓層層疊疊順山勢而建，又連綿成片，房前屋後有翠竹點綴。吊腳樓多為三層，基座以青石、卵石壘砌，一層圈養牲畜，二層住人，三層為糧倉。居住層有長廊，圍有木欄，設有長凳，苗家姑娘多在此挑花刺繡，人稱長廊木凳為“美人靠”。當我們進入苗寨時，男女老少寨民身著民族服裝夾道歡迎您的到來，並熱情地端上「攔路酒」來歡迎您；我們沿著村中小路來到苗寨高處的「採歌堂」（舉行民間歌舞表演的廣場），欣賞道地的【傳統民族歌舞表演】。還可深入【訪問苗族民居】之中，深度瞭解少數民族風情。之後前往都勻。都勻位於貴州南部，與廣西壯族自治區接壤，它是黔南布依族苗族自治州的首府，也是大西南出海通道上的一個重要城市。這裏融山、水、橋、園林、文物古跡為一體。都勻市內劍江蜿蜒，沿江兩岸建有造型奇特、風格各異的橋梁近百座，是一個名副其實的“高原橋城”。晚飯後入住都勻貴苑苑商務大酒店或金鵬國際酒店或同級。

第五天: 都勻—三都(水族巴茅水寨)—肇興(肇興侗寨、鼓樓群、堂安侗族生態博物館)(早、午、晚餐 侗家風味)

早餐後乘車前往肇興。路經自治縣三都水族自治縣境內的水族村寨：“水各大寨”，親身去體會古樸神秘的水族迎賓文化，馬尾刺繡等民間傳統工藝製作。肇興侗寨，位於貴州省黔东南苗族侗族自治州黎平縣，是黔东南侗族地區最大的侗族村寨之一。占地18萬平方米，居民800餘戶，4000多人，號稱“黎平第一侗寨”。肇興侗寨四面環山，寨子建於山中盆地，一條小河穿寨而過。寨中房屋為幹欄式吊腳樓，鱗次櫛比，錯落有致，全部用杉木建造，硬山頂覆小青瓦，古樸實用。肇興不僅是鼓樓之鄉，而且是歌舞之鄉，寨上有侗歌隊、侗戲班。抵達後遊覽【肇興侗寨】是黔东南侗族地區最大的侗族村寨之一，占地18萬平方米，居民800餘戶，4000多人，號稱“黎平第一侗寨”。肇興侗寨四面環山，寨子建於山中盆地，一條小河穿寨而過，寨中房屋為幹欄式吊腳樓，鱗次櫛比，錯落有致，全部用杉木建造，硬山頂覆小青瓦，古樸實用。肇興以【鼓樓群】最為著名；其鼓樓在全國侗寨中絕無僅有，被譽為“鼓樓之鄉”。寨中五團，共建有鼓樓五座，花橋五座，戲臺五座；五座鼓樓的外觀、高低、大小、風格各異，蔚為大觀。後參觀全國最大【堂安侗族生態博物館】，據說堂安建寨已有700多年的歷史了。堂安侗寨四面青山，峰巒疊嶂，巖隙縱橫，梯田層疊。山腰間的民居依山就勢，懸空吊腳。井然有序。寨中的鼓樓是該寨的吉祥物，可以扣住侗家人的靈魂。鼓樓為九層密平簷四角攢尖頂，與戲樓、歌坪形成三位一體，顯示出侗族村寨的特徵。寨中四通八達，小徑曲曲。寨中通道均用青石板漫地。堂安是侗族文化的一個縮影，有旅遊資源開發價值和人類生態保護價值。入住肇興賓館或同級。

第六天: 肇興—黎平(侗鄉)(隆裏古屯兵城、天然石拱橋、翹街古城)—從江(岜沙苗寨)—榕江(早、午、晚餐)

早餐後。乘車前往貴州黎平。黎平是中國最典型的侗鄉。它位於貴州省東南邊緣，地處黔、湘、桂三省（區）交界處，歷史、地理上形成侗族中心地區。全縣總人口48萬人，其中侗族約占70%，被譽為“天下侗鄉第一縣”。侗鄉黎平旅遊資源極為豐富，集民族文化、自然風光、歷史文化和紅色旅遊為一體。錦屏縣位於貴州省東部，縣中有一座隆裏古城，明代「南征北調」時，曾在這裡屯軍。隆裏古城面積很小，僅僅零點五平方公里，但頗具文化內涵的。唐朝開元、天寶年間，王昌齡就曾經被貶到隆裏做龍標尉。王昌齡的邊塞詩古今聞名，而現今古城當中，人人都能吟誦「秦時明月漢時關，萬裏長征人未還」的詩句，也算是對於王昌齡的感念吧！世界上最大的天然石拱橋——黎平天生橋，被稱作“明清時期的清明上河圖”——翹街古城，黎平縣城所在的德鳳鎮始建於明洪武年間，可算是數百年的古鎮，因此縣城雖然大多已被鋼筋水泥建築物所佔領，但仍不難尋覓古鎮的蹤跡。黎平獨特的民族文化和原汁原味的民俗風情，成為“返璞歸真、回歸自然”體驗的稀缺資源，得到海內外旅遊界的高度評價。2005年被《中國國家地理》雜誌等30多家新聞媒體評為“中國最美的地方”，2007年被國家旅遊局《時尚旅遊》和美國《國家地理旅行者》推薦為2007年全球33處“最具誘惑力的旅遊目的地”之一，2007年被國家建設部評為“最具潛力的中國十大風景名勝區”，以黎平肇興為核心景點的“多情黔东南”旅遊精品線路被中央二台評選為“全國十佳旅遊精品線路”之一。之後乘車前往從江。從江縣位於貴州省東南部，東鄰湖南省，南接廣西壯族自治區，與本省榕江、黎平、荔波接壤，在3244平方公里的土地上，居住著苗、侗、瑤、壯等民族人口31萬人，少數民族人口佔全縣總人口的94%。抵達之後前往【岜沙苗寨】坐落在從江縣海拔550米的山坳上，有300餘戶。因地處偏遠，保留了古老的生活習俗。其裝束有秦漢遺風，岜沙男子在頭頂挽著髻，穿著自家紡織的無領右開襟亮布衣，直筒大褲管亮布褲。長年身佩腰刀，肩扛火藥槍，仿佛古代武士。女性則穿著自己製作的亮布衣裙，佩戴銀飾。之後搭車前往『榕江』，位於貴州省黔东南苗族侗族自治州東南部，以侗、苗、水、瑤為主的少數民族，其中侗族11.5萬人，苗族9.6萬人。入住從江澳悅酒店或從江大酒店或同級或入住榕江桐鄉酒店或同級。

第七天: 榕江(三寶千戶侗寨)－大塘(短裙苗寨)－凱里(早、午、晚餐 長桌宴)(早、午、晚餐)

早餐後，參觀【三寶千戶侗寨】位於縣城北郊，共 2400 餘戶、12500 人，其中侗族人口占 94%，號稱“天下第一侗寨”。侗寨內沿江兩岸生長著千年翠綠挺拔的古榕樹，枝繁葉茂。有世界最高的“三寶鼓樓”等侗鄉標誌性建築。大塘是榕江至雷山的公路旁邊，雷公山山脈排裏坳峰的坡腳下一個遠近聞名的村子。聚居在那裏的苗胞以其典型的幹欄吊腳樓和奇特的“超短裙”女裝吸引著中外遊客。大塘村因在山腳低谷處，地形狹窄陡峭，苗胞便依地就勢建半邊吊腳樓，房頂蓋之以小青瓦或杉木皮，從山頭往村子裏望，便可見一片青色的瓦簷，沿山疊建，自有一種天人合一的溫馨和美麗。之後乘車前往凱里。晚飯後入住四星級標準雷山雙慶國際大酒店或同級或入住凱里金凱帝豪酒店或同級。

第八天: 凱里－貴陽(黔靈公園)→深圳或廣州－香港(早/午餐 貴州滋補藥膳)

早餐後前往黔靈山黔靈公園，因素有“黔南第一山”之稱的黔靈山而得名。園內古木參天，植被茂密，集貴州高原靈氣於一身。山上生長著 1500 餘種樹木花卉和 1000 多種名貴藥材。清泉怪石，隨處可見，並有成群的羅猴和鳥類棲息於此。沿“九曲徑”登山可達弘福寺，該寺建於明末清初，是貴州著名的佛寺之一。弘福寺與山麓的麒麟洞及山上的摩崖石刻群，均為省級重點文物保護單位。登上山頂的“瞰築亭”，貴陽市全景盡收眼底。山腳下便是那碧波粼粼的黔靈湖，湖面如鏡，遊船點點。乘客機回深圳或廣州。再轉乘交通返港。行程至此完滿結束，祝君旅途歡樂無窮。

購物點: 沒有

備 註：

1. 以上行程、住宿酒店只供參考，如有變動均以當地接待單位安排為準。
2. 以上行程出入境口岸及航班時間只供參考，如有變動以茶會公佈為準。
3. 本團不包所有會出現的機場稅、行李保險、保管費、行李生小費及上落山抬轎費用等；
4. 本公司建議旅客參加旅行團時，應購買個人旅遊綜合保險，以作保障；
5. 以上行程因路況崎嶇，車程常超出預計，不一定按行程中地點住宿及只定時間參觀。
5. 領隊、導遊、司機等建議服務費 HK\$60X8 天 = HK\$480 元；
6. 此團可能合併其他團隊出發，去程或回程將沒有領隊隨行；如人數不足 10 位客人，本社不安排隨團領隊隨行，當地導遊一般只會說國語。(建議服務費給導遊 HK\$480)