



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>

尼泊爾(高山王國-藍塘谷地-冰河之谷、開安琴僧院健行) 加德滿都 十一天直航團(NLT-11-D)(RA)

成人收費：

出發日期：

藍塘，位於尼泊爾中部北方靠近西藏邊境的喜馬拉雅山區，此區高山群峰連綿不斷，舉世聞名的藍塘谷地是尼泊爾最重要的健行區域之一。距離加德滿都北方約 64 公里的藍塘谷地可謂為冰河之谷。在這裡，山巒層層聳入雲霄，山谷中有松樹林、湍急山澗、崎嶇的山岩峭壁和白雪覆頂的山峰、綠草如茵的谷地和佈滿雛菊和山櫻花 的草原。在谷地的高處可看見源自山頂積雪融化奔流而下的激流、終年雲霧繚繞的隘口、晶瑩剔透的小湖泊和各種巨大的冰蝕地形。

藍塘國家公園(Langtang National Park) 在1971年成為尼泊爾的第一個喜馬拉雅山區國家公園，Langtang & Helambu Region 不是熱門地區，但沿路設施也不遜色於Everest Region 或Annapurna Region。於此區登山，你可以發掘地道村落，更可以近距離看冰川。藍塘群峰(Langtang Himal)是最接近首都加德滿都的雪山，主峰其實是位於西藏的世界第十四高峰希夏邦馬峰(Xixiabangma / Shisapangma, 8014m)，在尼泊爾境內的最高峰則是高 7,246 米的 Langtang Lirung。其他主要山峰包括 Langtang II 或 Ghenge Liru (6,581m)、Phurbi Ghyachu (7,083m)、Pemthang Karpo Ri 或 Dome Blanc (6,830m)、Dorje Lakpa (6,966m) 以及 Gang Chhenpo (6,388m) 等。

藍塘山區 (Langtang Valley)居住著塔蒙人(Tamang)，與尼國中海拔山區的種族血統較為接近。但這裡居民無論生活習慣、宗教信仰和語言都因長期受藏族文化薰陶而呈現濃濃的西藏色彩。藍塘山谷相傳就是由一位西藏僧侶為追尋迷途的犛牛而發現的。事實上在藏語中 lang 就是指「犛牛」，tang 則是「跟隨」的意思，字面的意義不但說明此地的由來傳說，也顯示這個地區與西藏的關係十分密切！

第一天：香港→加德滿都 Kathmandu

請於指定時間於香港國際機場航班櫃檯前集合，乘直航客機往尼泊爾首都--加德滿都。(不包晚餐)晚宿於四星級 THE GRAND HOTEL 或同級。

第二天：加德滿都 Kathmandu—杜奇 Dunche—大辛安布魯貝希村 Thulo Syabru

(早：酒店 / 午：簡餐 / 晚：簡餐)

早餐後，我們將從加德滿都開車前往杜奇，沿途景緻壯麗，午餐後繼續前進，隨後正式開始藍塘健行之旅。從杜奇到大辛安布魯貝希村的道路略顯巔簸，雖然如此，沿途壯麗的景緻會讓你對未來長達二週的山中健行更充滿想像與期盼。住宿民宿。

第三天：辛安布魯貝希 Thulo Syabru 2120M—班卜 Bamboo—喇嘛民宿 Lama Hotel 2480M

(早：簡餐 / 午：簡餐 / 晚：簡餐)

早餐後，由辛安布魯貝希出發，穿過森林到辛安布魯 Syabru，沿途為不停上下起伏的路段，中午在班卜 (Bamboo，藍塘河邊的一個小巧溫馨聚落) 享用午餐。用完午餐後，繼續邁向今天的目標—喇嘛民宿。住宿民宿。

生效日期：31-AUG-2011 / NLT-11-D

DW / 25/AUG/2011

第四天：喇嘛民宿 Lama Hotel 2480M—藍塘 Langtang Village 3500M(早：簡餐 / 午：簡餐 / 晚: 簡餐)

早餐後，由民宿出發，緩坡向上攀登，穿過樹林到達哥拉塔貝拉 Ghoratabela。越過樹林，在遠遠地平線可眺望藍塘里壤峰 (Langtang Lirung, 7246m)。哥拉塔貝拉以擁有廣大且綠油油的大草原著名，路上隨處可見依季節移動的犛牛小屋。那些曾供遭驅逐的藏胞棲身的難民營，現在已被改裝成舒適的客棧；鄰近也有個皇家陸軍營區。我們必須在這裡辦申請入山登記，同時我們也在此地午餐，午餐後將繼續往藍塘前進。住宿民宿。

第五天：藍塘 Langtang Village 3500M—開安琴僧院 Kyanjin Gompa3800M

(早：簡餐 / 午：簡餐 / 晚: 簡餐)

早餐後，從這裡往前均是上坡路段，放眼所及皆為雄山峻嶺。此地相當乾燥少有降雨，僅有少許矮小杜松灌木點綴其中；只適合種植蕎麥和馬鈴薯。藍塘里壤峰位在藍塘村的右後方，途中會經過一些瑪尼堆（有刻有西藏經文的石牆 Maniwal 和石頭堆砌而成紀念前人的小石堆 Chorten），然後抵達晚上住宿地點開安琴僧院，剩餘的空閒時間，可以到不遠處眺望開安琴里 1、2 號峰 (Kyanjing Ri I and II)。住宿民宿。

第六天：開安琴僧院 Kyanjin Gompa3900M—車革里 Tsergo Ri 5033M—開安琴僧院 Kyanjin Gompa3900M(早：簡餐 / 午：打包 / 晚: 簡餐)

清早，導遊會打包好午餐。今天的健行從村子的北角開始，向上攀登 3 個小時，喜馬拉雅山的絕妙景緻將盡收眼底，包括了藍塘里壤峰 (Langtang Lirung, 7246m)、雅拉山峰 (Yala Peak, 5500m)、摩里摩多峰 (Morimoto Peak, 6750m)、邊塘卡波峰 (Bhemthang Karpo, 5691m)，由北到綿延到東邊的藍希莎里 (Langsisa Ri, 6247m) 再到南邊的那雅康 (Nayakhang, 5844m)、葛札拉 (Ganjala, 5132m) ... 等等；回到住宿地開安琴僧院。此地有時風大，可於休息時間跟導遊詢問相關訊息。住宿民宿。

第七天：開安琴僧院 Kyanjin Gompa3800M—乳酪工廠 Yala Cheese Factory—Ghora Tabala3000M

(早：簡餐 / 午：簡餐 / 晚: 簡餐)

早餐後，參觀在當地由瑞士協助創立的官方乳酪工廠。之後健行至 Ghora Tabala。住宿民宿。

第八天：Ghora Tabala3000M—辛安布魯貝希 Thulo Syabru2120M

(早：簡餐 / 午：簡餐 / 晚: 簡餐)

早餐後，健行回到辛安布魯貝希。完成這次藍塘壯麗河谷、喜馬拉雅地區、開安琴僧院探險健行之旅。住宿民宿。

第九天：辛安布魯貝希 Thulo Syabru2120M—加德滿都 Kathmandu—舊皇宮 Dubar Square

(早: 簡餐/午/晚餐)

早餐後回加德滿都，抵達加德滿都後前往舊皇宮廣場參觀及活女神廟參觀，並有機會與當地活女神(Kumari)見面。傍晚時前往別具風味的餐廳品嚐一頓地道的尼泊爾菜，旅客可在享用豐富晚餐時，同時欣賞尼泊爾民族舞表演，讓你深深體會當地風土民情。**晚宿於五星級 HYATT REGENCY or HOTEL YAK & YETI 或同級。**

第十天：加德滿都 Kathmandu—四眼神廟 Monkey Temple—巴騰 Patan(早/午/晚餐)

早餐後往遊覽有如西藏布達拉宮般宏偉的四眼神廟(Monkey Temple)，因附近有不少猴子出沒，又稱猴廟。佛塔四面都繪有釋迦牟尼佛的眼睛，象徵佛眼無邊、佛無所不在。後往尼泊爾三大古都之一：巴騰(Patan) 遊覽。巴騰屹立一百三十六座大小佛寺，及五十五座尼瓦式多重屋頂廟宇，是世界上最古老的佛教城，為尼泊爾馬拉皇廟於十六至十八世紀所興建，居民以打造金、銀、銅器著名。抵達後參觀超過二千五百年歷史的藏寺和印度廟、人獅那辛雕像等。**晚宿於五星級 HYATT REGENCY or HOTEL YAK & YETI 或同級。**

第 11 天：加德滿都 KATHMANDU→香港(早餐)

早餐後驅車往加德滿都國際機場搭乘直航客機返港。

備註：

- (01)本團不包所有會出現的機場稅、乘小型飛機費及行李生小費等;
- (02)回程機場稅當地付，費用以當地公布為準。
- (03)本公司建議貴客參團時，應購買個人旅遊綜合保險以作保障。
- (04)如團員不足十人本社有可能不派隨團領隊。
- (05)以上行程、風味及住宿酒店只供參考，如有變動均以當地接待單位安排為準，客人不得異議。
- (06)如受場坊影響需繞道前往或返回，所需支付之超公里費，由各團友分擔；
- (07)本團不包尼泊爾簽證費(落地簽證費約 USD\$40，自備相片兩張，入境時自己辦理)
- (08)若停留尼泊爾尾站，需補停留附加費\$200(回程須逢星期二、四或六)。
- (09)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。
- (10)加德滿都/香港的班機，可能會採用深夜或零晨班機抵達香港機場。(行程的第 12 天才能抵達香港機場散團)
- (11)以上行程出入境口岸及航班時間只供參考，最後確認以茶會公佈為準，敬請瞭解(可能會改其他航空公司如 KA，如改用 KA 第 11 天晚上返港，需要在機上住宿一晚，第 12 天抵香港)！

- (12)以上行程均為高原地帶，平均海拔 2500 米之上，空氣稀薄，如患高血壓、嚴重心臟病、長期咳嗽多痰及正在感冒、發燒等病者，都不宜前往。為安全起見，宜先在香港驗身檢查。
- (13)如受塌坊影響需繞道前往或返回，所額外多出之費用(包括超公里費、住宿費、餐費等)，需由各團友分擔；
- (14)以上團費只作參考，費用以報名時為準。
- (15)山區環境、氣候條件極度惡劣，請客人出發前做好充分的心理準備，務必要在香港醫院做好身體檢查，有慢性病者不宜參團；
- (16)山區為偏遠山區，手機沒有信號，無固定的道路，是對生命極限的一種挑戰，請客人做好吃苦準備；
- (17)山區極度缺水，沒有洗澡沖涼的條件，有可能數天都不洗滌；
- (18)客人報名前，請仔細了解本公司責任細則、報名須知、臨時取消細則、個人資料私隱政策聲明。亦需要將以上資料轉述給其所有同行之人士。
- (19)行程途中如遇天候等不可抗力之特殊因素影響而封山，致使無法完成行程，有權變更旅程、遊覽項目或更換食宿。
- (20)領隊、導遊、司機、地陪等建議服務費 HK\$100X11 天=HK\$1100；
- (21)我們住的民宿基本為兩人房，大部分都有電燈，黃色小燈泡，亮度很微弱，就算開燈房裡還是很昏暗，僅定時供電，廁所是設在屋外。
- (22)以上行程出入境口岸及航班時間只供參考，最後確認以茶會公佈為準，敬請瞭解(可能會改其他航空公司如 KA，如改用 KA 第 11 天晚上返港，需要在機上住宿一晚，第 12 天抵香港)！
- (23)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英語。(建議服務費給導遊HK\$1100)
- (24)因要做進山証，請客人報名時給我社護照影印本和1張證件相(近6個月)。