



GALA HOLIDAYS

佳怡假期 · 用心策劃每一段旅程

佳怡假期 · 中國精選系列

從帝都宮闕到雪域高原

北京 · 拉薩 · 日喀則 · 成都 · 上海 | 14天13晚



14 天 13 晚

十四天，展開四種截然不同的中國風景：北京的宮闕與長城，西藏的寺院與高原湖山，成都的熊貓與千年水利，以及上海古典園林與摩登天際線交織的城市風華。這條路線將恢宏地標與細膩的人文感受相連，讓每一次轉換城市，都像翻開一本新篇章。

拉薩與日喀則之間，布達拉宮、羊卓雍措及卡若拉冰川構成鮮明的雪域記憶；回到四川，於竹影、古街與岷江水聲中感受悠然，再以黃浦江畔的都市景致收尾。行程可選中文或英文導覽，不設強制購物站。Gala Holidays 將於確認訂位前核實境內機票、旅客入藏資格及相關許可安排。

US\$2,998 起

團費為每人兩人一房計；小費及服務費另列於下

北京 · 拉薩 · 日喀則 · 成都 · 上海



每日行程 · 細品中國之美

第 1 天 | 抵達北京

抵達北京，這座城市的宮闕、城牆與悠長街巷，將成為十四天中國之旅的開篇。接機後前往酒店辦理入住，安頓行李並休息，今日以順利抵達為主，不另安排團體景點遊覽。

餘下時間按自己的節奏調整長途飛行後的步調，為明日走入故宮與胡同做好準備。從北京到雪域高原，再回到四川與上海，各地風景將逐日展開，今晚先享受一段安靜的抵達時光。今日餐食未列入安排。

餐食：未列明

住宿：北京索菲特中央酒店或同級

第 2 天 | 故宮與胡同

走進故宮，從層層宮門與遼闊庭院感受皇城的恢宏尺度。沿著參觀路線細看殿宇、屋頂與門廊的細節，讓一重又一重的空間逐漸展開；壯闊之外，也有需要放慢腳步才能發現的精巧。

其後乘人力車遊覽胡同，將視線由宮殿轉向老北京更貼近生活的街巷。窄巷、相連建築與轉角景致，構成另一種城市表情；同一天內，體會帝都與民居街區不同的節奏。今日包含早餐及午餐，晚餐自行安排，續住北京原酒店。

餐食：早餐、午餐

住宿：北京索菲特中央酒店或同級

第 3 天 | 登長城，遠眺鳥巢

今日遊覽長城，欣賞城牆順著山勢蜿蜒伸展的壯麗景象。除了遠望山脊間的線條，也值得細看牆體與周圍地形的關係，從不同角度感受長城的尺度與氣勢。實際遊覽的長城段落按已確認的當地安排進行。

返回城市後於鳥巢外觀拍照，以當代建築的鮮明形態，呼應長城古老而厚重的輪廓。歷史與現代在一天之中交會，構成北京豐富面貌的另一組對照。鳥巢為外觀停留，不包含入場遊覽；今日包含早餐及午餐，晚上續住北京。

餐食：早餐、午餐

住宿：北京索菲特中央酒店或同級



第 4 天 | 天壇 · 飛往拉薩

先遊覽天壇，欣賞建築與開闊空間相互呼應的格局，為北京的歷史篇章再添一種視角。與故宮層層院落、長城依山而建的形態不同，天壇的整體布局自有從容而莊嚴的韻律。

其後前往機場，乘機飛往拉薩，抵達後接送至酒店休息。由平原轉入較高海拔地區，當晚以安頓及休息為主，不額外安排遊覽。今日列有早餐及午餐；境內機票、旅客入藏資格與相關許可安排，均由 Gala Holidays 在確認訂位前逐一核實。

餐食：早餐、午餐

住宿：拉薩希爾頓歡朋酒店或同級



第 5 天 | 八廓街與大昭寺

從街道、寺院與庭園三種角度認識拉薩。漫步八廓街，感受這片歷史街區的環境與氣息；再參觀大昭寺，從建築細節與周邊氛圍，體會它在拉薩文化與宗教景觀中的位置。

接著前往羅布林卡，於庭園及建築之間欣賞較為舒緩的空間層次。一天的遊覽並非只追逐單一地標，而是讓拉薩多種面貌在眼前逐漸拼合。景點參觀按當地安排進行，今日包含早餐及午餐，晚上返回同一拉薩酒店休息。

餐食：早餐、午餐

住宿：拉薩希爾頓歡朋酒店或同級

第 6 天 | 布達拉宮與色拉寺

參觀布達拉宮，欣賞它層層向上展開、俯瞰城市的鮮明輪廓。依已安排的入場時段與參觀路線，細看建築的規模、層次與局部細節，感受拉薩最具代表性的景象之一如何與周邊城市相連。

其後遊覽色拉寺，從另一處重要寺院的建築環境與文化氛圍，延續對拉薩的認識。宮殿與寺院各有表情，讓今日的旅程不止於遠觀地標。特定儀式或活動並非保證安排。今日包含早餐及午餐，夜宿原拉薩酒店。

餐食：早餐、午餐

住宿：拉薩希爾頓歡朋酒店或同級



第 7 天 | 羊卓雍措 · 卡若拉冰川 · 日喀則

由拉薩驅車前往日喀則，讓道路串起今日的高原景致。途中遊覽羊卓雍措，湖水與周圍山勢構成開闊而鮮明的畫面；光線轉換之間，湖面的色澤與遠山的層次亦隨之變化，值得靜下來欣賞。

再經卡若拉冰川，將湖光轉為冰與山相映的景象，為高原旅程添上不同質感。今日兼有移動與觀景，沿途風景本身就是旅行的重要部分。抵達日喀則後入住酒店休息，今日包含早餐及午餐。

餐食：早餐、午餐

住宿：日喀則格薩爾酒店貴賓樓或同級

第 8 天 | 扎什倫布寺 · 返回拉薩

早餐後參觀日喀則扎什倫布寺，從寺院建築及整體環境延續對西藏宗教文化的認識。除了遠觀建築群，也可細看局部線條與空間安排，感受它有別於前幾日拉薩景點的面貌。

遊覽後驅車返回拉薩，沿途再一次感受連接兩城的高原景色，為這一段西藏旅程逐漸收尾。回程不另承諾增設其他景點，抵達後返回拉薩酒店，為翌日飛往成都作準備。今日包含早餐及午餐，晚餐自行安排。

餐食：早餐、午餐

住宿：拉薩希爾頓歡朋酒店或同級



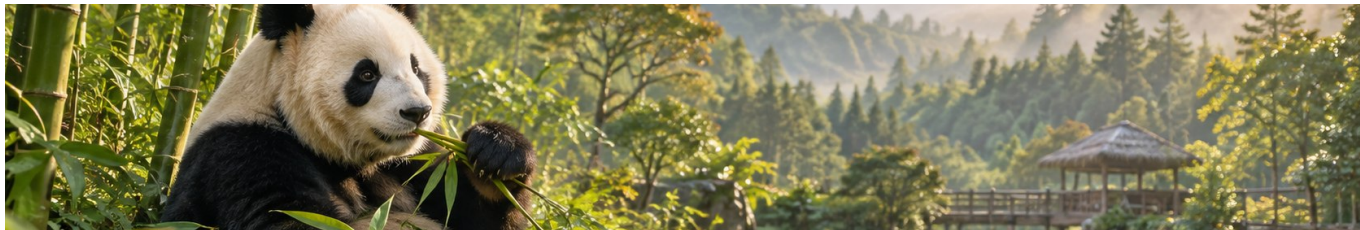
第 9 天 | 飛往成都

從拉薩乘機前往成都，告別高原，回到四川。抵達後安排接送至酒店，安頓行李並休息，讓身心從連日的高原移動轉回城市較舒緩的節奏。

今日以航班與酒店接送為主，不額外安排景點遊覽；明日才正式走入熊貓基地、武侯祠與錦里，因此晚上可以從容休息。今日列有早餐及午餐。境內航班安排與適用機票費用，均於確認訂位前核實。

餐食：早餐、午餐

住宿：成都總府皇冠假日酒店（洲際旗下）或同級



第 10 天 | 熊貓基地 · 武侯祠 · 錦里

早上探訪成都熊貓基地，觀察黑白相間的可愛身影，在綠意環繞的環境中欣賞牠們自然流露的動作與神情。這段輕鬆而生動的相遇，為成都篇章帶來親切的開端。

其後遊覽武侯祠博物館，由自然轉入蜀地人文；再漫步錦里古街，細看傳統風格的建築與街巷，感受城市更貼近生活的一面。熊貓、文化與老街在同一天相連，形成層次豐富的成都印象。今日包含早餐及午餐，返回原酒店住宿，晚餐自行安排。

餐食：早餐、午餐

住宿：成都總府皇冠假日酒店（洲際旗下）或同級

第 11 天 | 都江堰水利奇觀

今日前往都江堰風景區，讓水成為旅程的主角。古老水利工程與河流、山勢相互融合，令人看到工程並非孤立的結構，而是與自然環境共同構成的一幅景觀。

遊覽時不妨從水流走向、工程布局與周邊風景三方面細賞，感受人們因地制宜的巧思。經過北京的宮殿、西藏的寺院與高原道路，這一天以流動的江水換上一種更舒展的節奏。完成風景區遊覽後返回成都，續住原酒店；今日包含早餐及午餐。

餐食：早餐、午餐

住宿：成都總府皇冠假日酒店（洲際旗下）或同級

第 12 天 | 飛往上海

由成都乘機飛往上海，從四川轉入旅程最後一座城市。抵達後安排接送至酒店，留出時間安頓與休息，為翌日完整的上海遊覽做好準備。

今日沒有額外安排景點，重點為航班與順利入住；豫園、外灘及城市天際線將於翌日慢慢展開。今日列有早餐及午餐，晚間時間自行安排。境內航班與適用機票費用，會在訂位確認前核實。

餐食：早餐、午餐

住宿：上海海悅銘庭酒店或同級



第 13 天 | 豫園、外灘與東方明珠

以三種不同尺度細賞上海。先遊覽豫園，於古典園林的布局與移步換景之間，欣賞細膩而含蓄的景致；由局部構圖與層層空間，感受與摩登都市截然不同的美感。

再到外灘，將視線放向開闊的黃浦江與兩岸城市輪廓，並欣賞東方明珠塔外觀。此站為外觀欣賞，不包含登塔門票。從園林到江岸，再到當代天際線，上海為這趟跨越多種山水與文化的旅程寫下鮮明終章。今日包含早餐及午餐，夜宿上海。

餐食：早餐、午餐

住宿：上海海悅銘庭酒店或同級

第 14 天 | 上海送機

早餐後按已確認的航班安排前往機場送機，結束十四天旅程。今日以離境及機場接送為主，不再安排景點遊覽或酒店住宿，讓最後一段路程從容收尾。

回望旅途，北京的宮闕與長城、西藏的寺院與湖山、成都的熊貓與水利景觀，以及上海的園林與江岸，共同構成一幅層次豐富的中國畫卷。行程於機場結束，其後接續您個別預訂的下一段旅程。

餐食：早餐

住宿：不適用



出團日期 | 第一天抵達日期

請選擇抵達行程首站的日期，並非國際航班從居住地起飛的日期。名額及實際成團安排須確認。

抵達城市：北京

年／月	公布抵達日期
2026 年 10 月	8、12、15、19、22、26、29 日
2026 年 11 月	2、5、9、12、16、19、23、26、30 日
2026 年 12 月	3、7、10、14、17、21、24、28、30 日
2027 年 1 月	4、7、11、14、18、21 日
2027 年 2 月	8、11、15、18、22、25 日
2027 年 3 月	1、4、8、11、15、18、22、25、29 日
2027 年 4 月	1、5、8、12、15、19、22、26、29 日
2027 年 5 月	3、6、10、13、17、20、24、27、31 日
2027 年 6 月	3、7、10、14、17、21、24、28 日
2027 年 7 月	1、5、8、12、15、19、22、26、29 日
2027 年 8 月	2、5、9、12、16、19、23、26、30 日
2027 年 9 月	2、6、9、13、16、20、23、27、30 日
2027 年 10 月	7、11、14、18、21、25、28 日
2027 年 11 月	1、4、8、11、15、18、22、25、29 日
2027 年 12 月	2、6、9、13、16、20、23、27、30 日

以上為截至 2026 年 9 月 24 日尚未過期的公布日期；名額以 Gala Holidays 最終確認為準。



團費與預訂細節

團費為每人兩人一房計；小費及服務費另列於下

美元報價，除另註明外均按每人計	淡季 · 11月15日至3月29日	平季 · 3月30日至6月30日／9月1日至11月14日	旺季 · 7月1日至8月30日
成人團費（兩人一房，每人）	US\$2,998	US\$3,098	US\$3,248
12歲或以下兒童（佔床）	US\$2,998	US\$3,098	US\$3,248
12歲或以下兒童（不佔床、不含早餐）	US\$1,998	US\$2,098	US\$2,248
單房差	US\$720	US\$810	US\$870
小費及服務費（每人）	US\$230	US\$230	US\$230
行程前／後酒店（每房每晚）	US\$118	US\$118	US\$118
額外接送（每人每程，最少兩人）	US\$30	US\$30	US\$30

團費包含

- 行程所列酒店或同級住宿。
- 行程所列景點的大門票。
- 行程所列旅遊車及餐食。
- 行程導覽可選中文或英文；私人機場／車站接送及高鐵路段不設隨行導遊。
- 行程列有旅行社責任保險，實際承保須確認；並非個人醫療或旅程取消保障。
- 每人每日一瓶礦泉水。
- 服務包含表列有「行程所列高鐵車票」，但逐日行程沒有任何高鐵路段，須查明此項是否適用。

費用不含／另行收費

- 凡未列明包含的項目均由旅客自行負擔。
- 每人另列 USD 230 小費及服務費，未計入基礎團費。
- 川劇變臉秀為自費活動，每人人民幣280元。
- 服務包含表未說明三段境內航班或所需入藏許可是否包含；目前不能視為已含或必須另付，須先確認。



自選體驗

- 川劇變臉秀：每人人民幣280元。

取消條款

- 出發前超過30天：不收取取消費。
- 出發前20至29天（含）：收取團費總額的20%。
- 出發前8至19天（含）：收取團費總額的40%。
- 出發前1至7天（含）：收取團費總額的60%。
- 出發當日：收取團費總額的100%。

重要安排

- 逐日行程有北京至拉薩、拉薩至成都、成都至上海三段境內航班；但費用包含表只列高鐵票，並未列明機票。Gala Holidays 會在確認訂位前核實機票及完整應付金額。
- 現有行程資料未交代進藏許可、證件及相關申請安排；旅客能否入藏及所需服務須個別核實。付款前也應討論高海拔旅遊是否適合個人情況。
- 第13天東方明珠塔只安排外觀欣賞，沒有承諾登塔門票。
- 行程列明無強制購物及兩人成行；出發名額、進藏安排、機票及當地接待安排均須再次核實。
- 私人機場／車站接送及高鐵路段無導遊隨行；此團的逐日行程未列出高鐵路段。
- 旅行社有權按實際情況調整行程、酒店及餐食。
- 現有價目表沒有列出8月31日所屬季節，該日團費需另外報價。
- 現有取消條款沒有列明剛好於出發前30天取消的收費，付款前須取得確認。
- 提交網站表格僅屬諮詢或報名意向，並不代表訂位已獲確認。

網上諮詢與報名：<https://galaholiday.com/zh-hant/beijing-tibet-chengdu-shanghai-14-days/>