



2020年5月1日後出發適用

小國戀

9_天

「淳風樸俗民敦厚」不丹9天

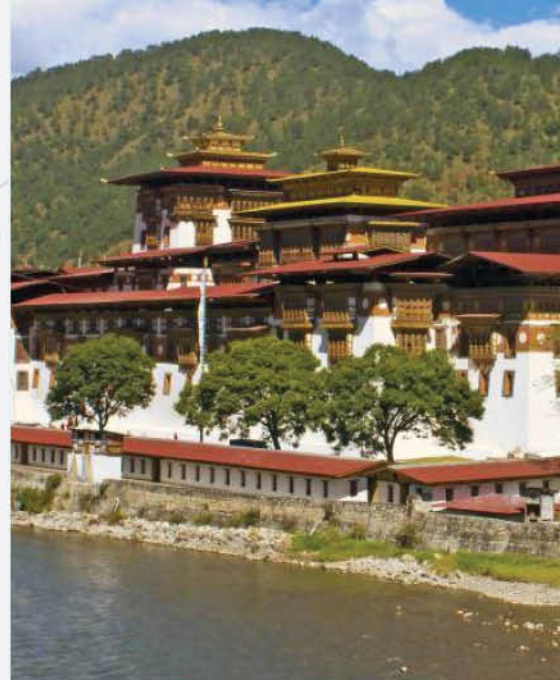
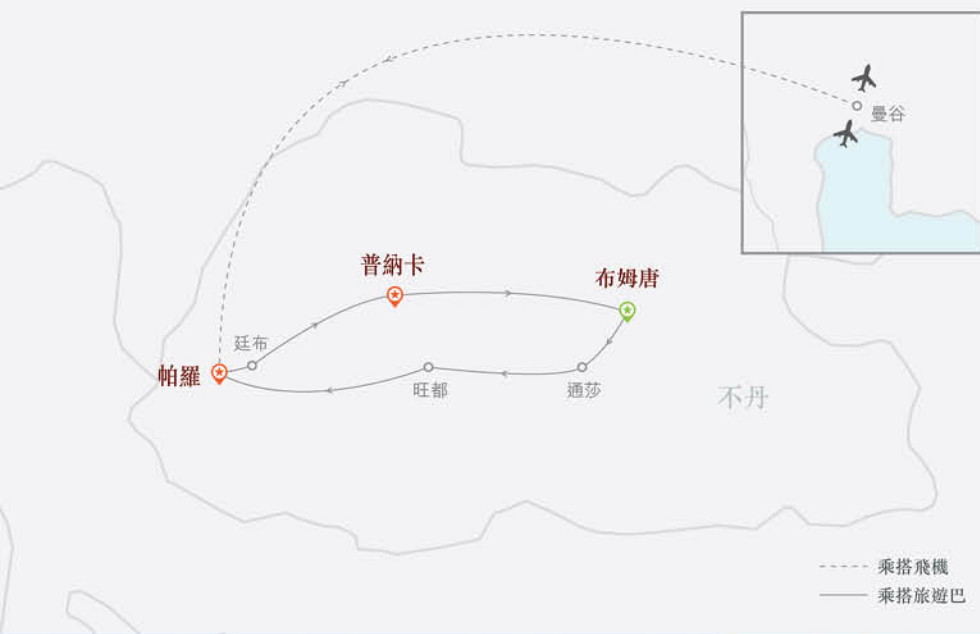
暢遊：帕羅、廷布、普納卡、通莎

感受・完美時刻

不丹這個幾乎與塵世隔絕的世外桃源，保留了淳樸無瑕的一面，是人間的淨土、世上的樂園，置身其中把煩囂心靈洗滌淨盡。

團號：SBA09(Z) - 經濟客位
SBA09-J(Z) - 商務客位

 CATHAY PACIFIC



★ 普納卡、帕羅

別樹一格

- 位於父親河及母親河交界的普納卡，曾是不丹首都將近三百年。雖然位於海拔近1,300米的高地，但屬國內地勢較低的山谷，氣候溫和，陽光充沛，是皇室避寒的勝地。每年冬天，王室人員都會遷居於此，故又有「普納卡冬宮」之稱，景致壯觀秀麗，當年第五世國王的婚禮也是在此地舉行。
- 特別安排騎馬登上虎穴修道院，這座世界十大寺廟之一的虎穴寺，懸空於帕羅峽谷700多米的懸崖峭壁之上，是不丹國內最神聖的地方之一，騎馬或步行往這座佛教名寺時，沿途可欣賞溪谷的優美景致。

優越居停

- 安排住宿2晚於帕羅，充足時間暢遊帕羅的著名寺廟，縱有山路行程也能有充足休息的時間。

★ 布姆唐

別樹一格

- 有「小瑞士」之稱的布姆唐，其名字在不丹語中代表美麗的田園，是不丹王國的宗教腹地，在這個風景如畫的山谷內，除了漂亮的房屋，還有不少的寺廟和宗教遺址，而蓮花生大師把佛教密宗傳入不丹和西藏的故事，更廣泛在這些宗教廟宇內流傳。各大寺廟為眾生祈求安康的頌歌不時在這片福地上迴蕩，襯托著布姆唐風景優美的自然山谷、農村、田野、湖泊、河流等，倍添一分出世脫俗。

優越居停

- 安排住宿兩晚於布姆唐，欣賞布姆唐獨特景致，充足時間選購當地農產品。



旅遊誌趣

- 可選乘國泰航空商務客位來回香港/曼谷(適用於SBA09-J(Z))。
- 參觀別具意義里程碑的建築不丹國家紀念碑。
- 參觀於都楚拉隘為國家祈福而建的108座佛塔群。
- 欣賞當地的民俗歌舞表演，感受不丹特有生活文化。
- 可嘗試健行前往建於懸崖上的虎穴修道院。
- 4人可組團(如3人或以下組團者，需繳附加費)，10人或以上安排香港領隊隨團出發。
- 可自由選擇出發日期。

團費已包機場稅、燃油附加費、機場建設費及免收導遊、領隊、司機服務費，詳情請參閱價目表。

旅遊日誌

DAY
01

香港 ✈ 曼谷
Hong Kong ✈ Bangkok

乘國泰客機飛往曼谷，抵達後返回酒店休息。

★下榻Novotel Suvarnabhumi Airport或同級。※(註)

DAY
02

曼谷 ✈ 不丹 — 帕羅
Bangkok ✈ Bhutan - Paro
Thimphu (National Memorial Chorten,
Tashichho Dzong)

乘不丹航空客機經巴格多格拉飛往全球最快樂國家之一的不丹，她是東部喜馬拉雅山脈的一顆寶石，在38,394平方公里的國土上，人口僅僅75萬。藝術與繪畫是不丹重要的文化元素，它們見證了不丹的精神生活。不丹最引人注目的特徵是它的統一建築結構，色彩豐富的傳統圖案繪畫於牆、樑、柱、門窗，每一座建築和房屋都精細多彩，帶有不丹的獨特風格。不丹以藏傳佛教為國教，又稱「雷龍之國」，只有約兩成的尼泊爾族居民信奉印度教。抵達帕羅後驅車向沒有紅綠燈的首都廷布進發。廷布是不丹最大城市，建築物順斜坡地勢而建。不丹有「集郵天堂」美名，售賣郵票亦成為了賺取外匯的來源，其郵票以精美的創意吸引各路收藏家，如曾經發行立體、鍍金、木製及絲質等郵票，於1973年更出版世界第一套唱片郵票，能夠在唱機上播放樂曲。前往山頂參觀大佛前，將途經一所由西藏聖者所建的達秋寺(Tachog Lhakhang)，當地人相信在寺廟外的鐵橋走一回，就能夠消除一年的業障。山頂上的大佛，為世界最大尊的佛像，內裡還有十萬尊小佛像。隨後往不丹國家紀念碑，這紀念碑是一座佛塔建築，它是據第三任國王為世界和平的設想而建，於1974年建成時國王卻已逝世，所以佛塔內除珍藏許多宗教繪畫及密宗佛像外，還擺放了國王的畫像供人民瞻仰。隨後前往廷布市最具標誌性的建築——吉祥宗教堡壘，又稱為大西丘宗，它始建於十三世紀，於二十世紀初的大火及地震中遭到破壞，於1962年重建，政府各部門亦遷移到這裡，現成為集政、教、法於一身的城堡建築，內裡除了國王辦事處外，還有國會議事廳、各省各局部門及僧院等特殊部屋超過一百間，極其雄偉壯觀。

安排：欣賞不丹民俗歌舞表演。

★下榻Bhutan Suites或Hotel Namgay Heritage或同級。※(註)

DAY
03

廷布 巴士 都楚拉隘 巴士 普納卡
Thimphu 巴士 Dochula 巴士 Punakha

早上驅車前往古都普納卡，在離開廷布23公里處，將途經海拔高達三千二百公尺的都楚拉隘，一覽連綿喜馬拉雅山脈的壯麗，該處有一組108座佛塔群「楚克旺耶紀念碑」。對佛教徒來說，108是一個吉祥數字，它代表一周所祈禱的次數，這佛塔群是不丹皇於2003年所建，是當年不丹在戰勝印度後興建，又稱為凱旋佛塔，於天氣晴朗時，更可在這裡遙望喜馬拉雅山的壯麗景致。普納卡是不丹舊都，它位處一千多米海拔，四季天氣和暖，是不丹人的避暑勝地，又被稱為不丹最美的城市，該地的普納卡宗位處波河和莫河之交匯處，是政治與宗教中心，這是不丹第二大的宗，建於1637年，不丹首任國王也在此登位，又曾見證兩代國王婚禮，故又稱為「幸福皇宮」及「最快樂的皇宮」。

★下榻Punatsangchhu Cottage或Hotel Damchen Resort或同級。※(註)



DAY
04

普納卡 巴士 伯茲卡谷地 巴士 布姆唐 (亞特拉羊毛中心)
Punakh 巴士 Phobjikha Valley
Bumthang (Yathra Weaving Center)

前往有「小瑞士」之稱的布姆唐。布姆唐的不丹語意思是「美麗的田園」，是藏傳佛教聖地、王國宗教腹地及寺廟中心。途經的伯茲卡谷地，是當地吉祥物黑頸鶴其中一個棲息地。黑頸鶴屬瀕臨絕種受保護動物，只在無光害地方棲息，每年遠從西藏飛來這裡。據說，有外國人贊助當地使用太陽能、柴油發電及鋪設地下電纜，避免電纜對候鳥造成傷害。其後往亞特拉羊毛中心，了解當地人身上所穿的外套、披肩的製造物料，它們都是用當地傳統織布機用手編織而成。布姆唐有別於其他山谷，遼闊而翠綠的山谷令人嚮往，高居海拔2600至4000公尺的山區有許多山徑讓探險員探索，更有許多充滿趣味傳奇的皇族、佛教聖人與妖魔的故事，以及寺廟聖址讓朝聖者前來瞻仰。

★下榻Gongkhar Lodge或同級。※(註)

	Day1	Day2	Day3	Day4	Day5
早	-	-	酒店	酒店	酒店
午	-	當地餐廳	當地餐廳	當地餐廳	當地餐廳
晚	-	當地餐廳	當地餐廳	當地餐廳	當地餐廳

註：以上餐廳如遇節日、裝修或特殊情況下，將安排其他替代/行程及膳食之先後次序會按當地實際情況而可能有所改動/報名前請細閱本報網站內之細則及責任條款(最新版本以本報網站為準www.tcitravel.com/)以上圖片只供參考如遇展覽會或其他特殊情況而未能提供行程表上所列的城市住宿或指定酒店，本公司將安排於鄰近或周邊城市同級酒店住宿。客人不得藉此要求退款或賠償。

DAY
05布姆唐 (固結寺、江貝拉康、檀欣拉康、火焰湖、莊園品酒)
Bumthang (Kurjey Lhakhang, Jampey Lhakhang, Thangbi Lhakhang, Wine Tasting)

布姆唐的蓮師寺院，是著名蓮花生大師修行過的洞穴，它又稱「固結寺」，建造於8世紀。傳說指，當年蓮花生大師在這裡閉關修行打坐，圓寂後把身影銘印於岩石上。其後參觀江貝拉康、檀欣拉康及火焰湖。當中的江貝拉康，傳說是藏王松贊干布為降服女妖而建的其中一座寺廟，這寺廟就用來鎮住了魔女左膝；而火焰湖，則相傳指蓮花生大師在湖底隱藏了三件珍寶，後來由另一位大師尋得。當時他手上拿著酥油燈，一躍而入湖裡取出珍寶，到浮出水面時，手上的酥油燈依然明亮完全沒有熄滅，火焰湖因此而得名。據說有關珍寶仍然存在，由國家寺廟保管。

安排：下午預留時間於布姆唐選購農產加工品如蜂蜜、乳酪品、果醬。

★下榻Gongkhar Lodge或同級。※(註)

DAY
06布姆唐 通莎 (通莎宗) 旺都
Bumthang Trongsa (Trongsa Dzong)
Wangdu

通莎是不丹王朝大本營，山崖上有不丹規模最大的宗「通莎宗」。它神聖雄偉，以前是王室家庭的傳統居住地，位處國家核心地帶以便有效控制全國。按照傳統，不丹王儲在變成國王前，要被訓練成通莎宗的總督。而2004年，現任國王基沙爾便在此受封為總督。途經原始森林河谷，前往不丹中部的旺都。旺都是典型不丹城鎮，17世紀時統合了中、西及南區。有傳說指，類似「中國濟公」的不丹修行者竹巴袞列曾在旺都展示神通，把羊頭和無頭牛屍接合起來，變出了不丹的羚牛國獸「塔金」。

★下榻Dragon Nest或同級。※(註)

DAY
07旺都 帕羅 (祈楚寺、帕羅宗、帕羅老街、木造懸臂橋)
Wangdu Paro (Kyichu Lhakhang, Paro Dzong, Cantilever Wooden Bridge)

驅車返回帕羅，該地就是劉嘉玲和梁朝偉舉行婚禮之地。當地的祈楚寺是不丹最古老的寺院，它坐落於帕羅河谷，是不丹王國建造的首批宗教堡壘之一，它屬於雙寺廟建築，由西藏王松贊干布與文成公主考量風水所建，傳說指他為了鎮壓雪域上的魔女，在喜馬拉雅各地建立108座聖地寺院，當時只有兩座在不丹，其中一座便是祈楚寺。廟內供奉有釋迦牟尼八歲的等身

像，是不丹最神聖的佛像之一。於1968年，當時的王后即現任國王的祖母，在該廟旁建造了一座風格相同的寺院，因此祈楚寺成為了一座雙寺廟建築，亦成為不丹皇室舉行慶典的重要場所，廟內更珍藏了於1992年火化的頂果欽哲仁波切大師的骨灰。隨後參觀政治、宗教中心帕羅宗，即電影《小活佛》的拍攝地，其建築設計仿如雄偉的城堡。在帕羅鄉間，不時可見民間農舍牆上彩繪了男人生殖器圖像，據說可辟邪。

安排：漫步觀賞手工木造懸臂橋、到當地的商店街自由散步或購物。

★下榻Tashi Namgay Resort或Hotel Gangtey Palace或Hotel Olathang或同級。※(註)

(若於帕羅2晚提升入住5星Naksel Resort：雙人房附加費每位港元3000或2晚提升豪華5星UMAParo：雙人房附加費每位港元5000。)

DAY
08帕羅 虎穴修道院 (健行之旅)
Paro Taktsang Monastery

位於羅溪谷900公尺高懸崖峭壁上山洞，建有一座名為塔桑寺的寺廟，它又名「虎穴寺」，建於1692年，是喜瑪拉雅山區最負盛名的朝聖地，被稱「世界十大超級寺廟」之一。「虎穴」名稱源於8世紀，傳說有魔類作怪殘害生靈，蓮花生大師以神通化身金剛多羅形象，騎在一雌虎背上降臨，並成功將其降服，自此成為佛教之地。寺廟居高在帕羅山谷上空，穿過美麗的松樹林，許多裝飾有梵文的祈福咒語，高掛在長滿青苔的樹木和風馬旗上。特別安排騎馬登上虎穴修道院，又可選擇由導遊帶領下步行穿過樹林，循著小徑前往虎穴修道院。

(步行前往虎穴修道院單程約需2小時；來回約4至5小時；健行時，可依自己身體狀況考慮是否行完全程，或行至一半再依原路返回休息。)

★下榻Tashi Namgay Resort或Hotel Gangtey Palace或Hotel Olathang或同級。※(註)

DAY
09帕羅 曼谷 香港
Paro Bangkok Hong Kong

早上前往不丹國際機場，乘不丹航空客機飛往曼谷，轉乘國泰航空客機返港，航機於是日安抵香港。

(※：酒店之詳情請參閱本公司網頁www.tcitravel.com內之酒店名單。)

	Day6	Day7	Day8	Day9
早	酒店	酒店	酒店	酒店
午	當地餐廳	當地餐廳	當地餐廳	輕膳於航機上
晚	當地餐廳	當地餐廳	當地餐廳	-

註：以上餐廳如遇節日、裝修或特殊情況下，將安排其他膳食替代/行程及膳食之先後次序會按當地實際情況而可能有所改動/報名前請細閱本社網站內之細則及責任條款/最新版本以本社網站為準/以上圖片只供參考如遇展覽會或其他特殊情況而未能提供行程表上所列的城市住宿或指定酒店，本公司將安排於鄰近或周邊城市同級酒店住宿，客人不得藉此要求退款或賠償。

