

# 不丹、安縵Aman全覽9天

華航班機、曼谷文華東方、首都亭布市區全覽、甘唐谷地、賈卡爾、帕羅、探訪虎穴寺、不丹全程安縵住宿體驗



# 不丹、安縵Aman全覽9天



## 航班時間

起點	迄點	航空公司	航班編號	出發時間	抵達時間
台北	曼谷	華航	CI 833	07:00	09:50
曼谷	帕羅	不丹	B3701	06:00	09:30
帕羅	曼谷	不丹	B3700	10:10	15:40
曼谷	台北	華航	CI 836	17:50	22:25



## 航班地圖



# Day 1

台北／曼谷

中午抵達曼谷，享用泰國頂級法式餐廳後前往Siam Paragon暹羅百麗宮百貨，享受一天美食與購物的悠閒時光



## 曼谷

曼谷為泰國的首都，是一個結合過去與現在的大城市，不僅擁有現代化的高樓及都市的便利性，同時也保有歷史悠久的文化遺產，其中貫穿泰國中部的湄南河，更為曼谷帶來商機與繁榮，成為遊客前來泰國旅遊觀光的重要據點。

## Le Normandie餐廳

泰國最具公信力的餐廳年度評鑑—Thailand Tatler 屢次頒給滿分的殊榮，享譽全亞洲的泰國法式高級餐廳。坐落於湄南河畔，可透過落地玻璃窗將湄南河的壯麗景觀盡收眼底，現代法式料理和種類繁多的頂級葡萄酒收藏享負盛譽。



## Siam Paragon購物商場

擁有許多國際精品旗艦店、華麗電影院、最特別的是百貨底下是東南亞最大的水族館—暹羅海洋世界。許多知名餐廳、甜點店都在這邊進駐分店，看準交通便利與大量觀光人潮。無疑是觀光客拍照打卡、必逛、必吃的購物中心。



### 旅遊時間預計表

- 12:00 - 15:00 享用頂級法式料理
- 15:00 - 20:00 Siam Paragon商場自由活動



午餐：文華東方Le Nomandie  
晚餐：飯店主廚料理



Le Meridien Bangkok ★★★★★  
或 Divalux Resort & Spa Bangkok  
★★★★★  
或同等級

# Day 2

曼谷／帕羅→亭布

早班機抵達不丹，午餐後前往首都亭布市區導覽



機場-50KM-國家紀念碑-2KM-亭布市區



早餐：飯店內早餐  
午餐：地方特色料理  
晚餐：飯店主廚料理



Amankora Thimphu★★★★★  
或同等級



## 不丹

喜馬拉雅山腳下的「不丹」，被譽為「世界最幸福的國度」。這個座落在印度和西藏之間的，與世無爭的淨土，總有些神秘、有些遙不可及，是全世界最封閉的國度。一個抗拒文明污染的山中隱國，因此保存原使始清新的傳統面貌，故被稱為是「最後的香格里拉」。

## 亭布

不丹王國首都「亭布」，全世界唯一沒有紅綠燈的首都，保留著生活步調緩慢的節奏。崇尚與自然和諧相處，國土72%由森林覆蓋，遍布古老的修道院及寺廟，群山環繞，清新的空氣，乾淨的街道與樸實的民風，呈現給遊客的完全是一派鄉村風情。



## 國家紀念碑

國家紀念碑是第三代國王為了祈求世界和平而建的佛塔，而國王逝世後，也成為他的紀念碑，人流眾多，每天都有許多民眾前來祈福，是人民生活的一部分。國家紀念碑同時也是一座佛塔，內部珍藏許多宗教繪畫與密宗佛像，也是廷布人每日轉塔最集中的地方。



## 旅遊時間預計表

- 13:00 - 14:30 享用午餐
- 15:00 - 16:00 參觀國家紀念碑
- 16:00 - 18:00 亭布市區觀光
- 18:10 - 21:00 飯店享用晚餐

# Day 3

亭布→大西丘宗→皇家羚牛保護區→周末傳統市集



亭布-3KM-大西丘宗-7KM-皇家羚牛保護區



早餐：飯店內早餐  
午餐：地方特色料理  
晚餐：飯店主廚料理



Amankora Thimphu★★★★★  
或同等級



## 宗

「宗」是不丹的廟宇、宗教、行政中心的統稱。在不丹這個政治與宗教合一的國家，幾乎在每個地區都會設有一個宗，而宗的作用就相當於地方政府，宗的內部一部分住著僧人和喇嘛，而另一部分則是當地政府的辦公地，可見宗教在不丹這個國家的是相當重要的。

## 大西丘宗

「大西丘宗」位於首都亭布，是13世紀興建最古老的喇嘛廟，也是不丹國會，是境內最大的宗，為歷年宗教領袖的所在地，不丹國師以及重要的仁波切皆進駐於此。典雅的建物為當地國王及政府高官的辦公處，同時也是當地重要政經活動的舉辦地。



## 皇家羚牛保護區

羚牛是不丹最具代表性的動物，為不丹的國獸，又稱為塔金。最初是一個小型動物園，後來發現即使放歸自由，也無法適應山林生活，因此變成了保護區。遊客可以隔着柵欄觀賞牛頭羊身的羚牛。羚牛是瀕危保護級動物，僅有極少數分佈在不丹、尼泊爾、緬甸等國家。



## 旅遊時間預計表

- 09:30 - 11:30 參觀大西丘宗
- 12:00 - 13:30 享用午餐
- 14:00 - 16:00 探訪皇家羚牛保護區
- 16:30 - 18:00 走遊週末傳統市集
- 18:30 - 21:00 飯店享用晚餐

備註：備註:如遇傳統市集休市,將安排其他行程代替

# Day 4

亭布→大丘拉道凱旋佛塔→普那卡宗



亭布-23KM-大丘拉道凱旋佛塔-52KM-普那卡宗



早餐：飯店內早餐  
午餐：地方特色料理  
晚餐：飯店主廚料理



AMANKORA Punakha★★★★★  
或同等級

## 大丘拉道凱旋佛塔

這裡共有108座佛塔，是不丹境內觀賞喜馬拉雅山脈的最佳地點。白色佛塔群間以古樸的石梯相間，是不丹皇室及高僧的避寒勝地，這裡有層層疊疊的梯田，詩如畫的山林景色，依著山谷的地形呈現，山谷間點綴著如藍色彩帶般的清澈溪流，有如人間仙境。



## 普那卡宗

由沙布東國王於西元1637年所建，是不丹法王的冬宮，也是不丹最有名的佛教聖地，位於波河及莫河的匯合處，流水淙淙，格外寧靜。不丹人相信凡兩條河或兩條路交匯，即是聖靈集中地，院中保存重要的經文及佛教文物，充滿了隆重及莊嚴的氣氛。



### 旅遊時間預計表

- 10:00 - 12:00 參觀大丘拉道凱旋佛塔
- 12:30 - 14:00 享用午餐
- 15:30 - 17:30 走訪普那卡宗
- 18:00 - 21:00 飯店享用晚餐



### 含入門票

大丘拉道凱旋佛塔

# Day 5

普那卡→伯茲卡谷地→甘唐谷地



普那卡-85KM-伯茲卡谷地-8KM-甘唐谷地



早餐：飯店內早餐  
午餐：地方特色料理  
晚餐：飯店主廚料理



AMANKORA Gangtey★★★★★  
或同等級

## 甘唐谷地

海拔高度超過3000公尺，保留著不丹最美麗的梯田景觀，這一帶山谷也是珍貴候鳥黑頸鶴的保護地。每年冬天，黑頸鶴會從西伯利亞飛來棲息。為了保護這群嬌客，不丹禁止電線拉入這片淨土，也因如此，當地農民使用的是政府提供，最先進的太陽能發電設備。



## 伯茲卡谷地

不丹最可愛又高海拔的河谷之一，也是不丹少數冰川峽谷之一，是黑頸鶴避寒的地方。對不丹人來說，黑頸鶴的到來，代表來年會有幸福，隨著黑頸鶴的到來時，珀吉哈山谷也會舉行黑頸鶴節，據說黑頸鶴抵達漢離開山谷時，會盤旋於當地寺廟的上空，十分神奇。



### 旅遊時間預計表

- 09:00 - 12:00 普那卡出發
- 12:00 - 13:30 享用午餐
- 14:00 - 16:00 伯茲卡谷地賞景
- 16:30 - 18:00 參觀甘唐谷地
- 18:30 - 21:00 飯店享用晚餐

# Day 6

甘唐谷地→賈卡爾→古杰寺



甘唐谷地-144KM-賈卡爾-4KM-古杰寺



早餐：飯店內早餐  
午餐：地方特色料理  
晚餐：飯店主廚料理



Amankora Bumthang★★★★★  
或同等級

## 賈卡爾

不丹中東部地區的一個城鎮。它是布姆唐區的區首府，也是地區宗要塞賈卡爾宗的所在地。賈卡爾（Jakar）這個名字根據其起源神話大致翻譯為“白鳥”，根據這個神話，一隻棲息的白鳥預示著在1549年左右建立修道院的正確和吉祥的位置。



## 古杰寺

古杰寺是不丹中部最重要的佛寺，傳說蓮花生大士在洞穴中閉關修行，在石上留下了他身體的印記。古杰寺內有三座並排的廟宇，廟宇的建築跟城堡一樣宏偉。第一至三任國王的遺體都在這裡，可顯現這座廟宇在不丹的地位重要。「蓮花生大士是佛教偉大的成就者之一」



## 旅遊時間預計表

- 08:00 - 12:30 甘唐谷地出發
- 12:30 - 14:00 享用午餐
- 14:00 - 16:00 造訪賈卡爾城鎮
- 16:20 - 18:00 參觀古杰寺
- 18:30 - 21:00 飯店享用晚餐



# Day 7

賈卡爾→帕羅



賈卡爾-300KM-帕羅



早餐：飯店主廚料理

午餐：地方特色料理

晚餐：飯店主廚料理



AMANKORA Paro Lodge★★★★★

或同等級

## 帕羅宗

曾是塔西丘宗之前的舊國會所在，建在海拔2千多公尺溪谷之上，是不丹最堅固、最具戰略性的堡壘，其傳統的紅瓦白牆藏式城堡，是百羅的地標建築，完全不同於別地的建築風格。此地也是2008年影星梁朝偉與劉嘉玲「世紀婚禮」的拍攝地。



## 帕羅自由活動

傍晚漫步帕羅純樸有特色的街道和市區，有機會還能參觀不丹人最熱衷的射箭活動(其受歡迎的程度可列為不丹的國家代表運動之一)，如有興趣也可下場比試一番。晚餐過後也可自行安排傳統石浴SPA，享受舒壓按摩，暫時舒緩旅行的疲憊。



## 旅遊時間預計表

- 08:00 - 12:00 賈卡爾城鎮出發
- 12:00 - 13:00 享用午餐
- 17:00 - 18:30 參觀帕羅宗
- 19:00 - 21:30 飯店享用晚餐

# Day 8

帕羅→國家博物館→虎穴寺→帕羅



帕羅-16KM-國家博物館-14KM-虎穴寺-9KM-帕羅



早餐：飯店內早餐  
午餐：地方特色料理  
晚餐：飯店主廚料理



AMANKORA Paro Lodge★★★★★  
或同等級



## 不丹國家文物博物館

位於不丹西部帕羅境內，早先是用作帕羅宗瞭望塔的「塔宗」，牆身就有兩米半之厚，後來不丹政府於1968年改為博物館。館內珍藏包羅萬象的不丹文物，如唐卡、佛雕、古兵器、郵票及稀有動物標本，件件可見不丹文物藝匠巧奪天工的手藝。

## 虎穴寺

虎穴寺是不丹國內最神聖的佛教寺廟，又名塔桑寺，為不丹最古老寺廟之一。塔桑寺於16世紀時建造，其位置在帕羅溪谷近300米高的峭壁上，緊貼著險峻的山崖，氣勢攝人，相傳印度高僧蓮花生大師曾在此冥想修行，是全不丹信徒頂禮膜拜的聖地。



## 虎穴寺健行

想要朝聖虎穴寺欣賞它的獨特風采，唯一的方式就是步行抵達，不丹人民相信唯有歷盡艱難、徒步抵達才能顯現虔誠。您可以選擇遠眺或挑戰前往虎穴寺，建議判斷自身健康狀況，有興趣健行登高者，請跟隨導遊的腳步，穿越樹林、循著登山小徑，前往虎穴寺。



## 旅遊時間預計表

- 09:30 - 11:00 參觀國家博物館
- 11:30 - 13:00 享用午餐
- 13:00 - 18:00 探訪虎穴寺
- 18:30 - 21:00 飯店享用晚餐

# Day 9

帕羅／曼谷／台北



早餐：飯店內早餐

午餐：機上

晚餐：機上

## 記錄旅遊 · 分享感動

帶著美麗難忘的回憶，回到舒適的家。期待您休息片刻，繼續與我們分享旅行回憶，「旅行回憶換禮券」，等您回來！



# 出團注意事項

---

## 團費與訂金說明

1. 團費費用包含：全程經濟艙機票、住宿、餐食(自理餐食除外)、行程中安排入內參觀之景點門票、行李搬運費、燃油費、機場稅、團體行程天數中500萬旅遊契約責任險、20萬意外傷害醫療險(其中意外身故保險500萬，法規要求投保200萬元，誠翔旅行社貼心提高保額為500萬元)。
  2. 費用不包括：機場來回接送、護照工本費、床頭小費等禮貌性質費用、私人花費等。外站參團 (Join) 的旅客，售價不含簽證費用、機票(國際段/歐洲內陸段)亦不含機場稅及燃油附加費。
  3. 報名請三日內繳付訂金每人40,000元，寒、暑假或連假與春節團體訂金將提高。遇團體額滿或機位限期開票，請於報名隔日繳付訂金，始完成報名手續。
  4. 出發日期不同團費、行程略有差異，請與您的旅遊服務專員聯繫確認。團費將因航空公司調漲票價而更動，售價均以當期票價為依據定價，誠翔保留行程售價異動的權利。
  5. 因應航空公司機場的團體作業規定，請旅客於出發前七天繳交護照正本予旅行社。
- 

## 團體住房權益及安排注意事項

1. 團費報價以兩人一室雙人房為主，歡迎您結伴參加。若單數報名，須酌收全程單人房差價。我們會協助安排同性團友共用一室，若能順利調整，則免收單人房差額。
  2. 依照歐洲當地消防法規一般旅館只接受12歲以下加床，如需求3人一室通常為雙人房1大床加床(加床大多為摺疊床、沙發床或行軍床)，因空間有限加上3人份的行李，勢必會影響住宿品質，建議避免住宿3人房。
  3. 飯店的團體房無法指定相鄰連通房，同行親友如需指定在同樓層或鄰近房間，必須選擇同樣房型(EX.都是兩小床或一大床房型)，我們將向飯店提出您的需求，但無法保證飯店一定提供，敬請見諒。
  4. 房間安排的權責在飯店本身，團體皆預定標準房，但歐式建築房間大小規格不一、位置遠近不一、鮮少家庭房或連通房，較少提供一張大床(常以兩張小床合併)，倘若部分標準房因旅館基於善意而獲升等，將由飯店隨機安排給團員，非本公司差別待遇，敬請旅客見諒。
- 

## 簽證

1. 自2011年1月11日起持「中華民國護照」(需有身分證字號之護照，無身分證字號如僑民，則不適用)以觀光名義入境「歐洲申根公約國家」可適用六個月內停留90天免簽證優惠。入境「歐洲申根公約國家」需辦簽證者，請於報名時主動告知旅遊專員，以便提供您辦理簽證相關資料。(需辦旅遊簽證：摩洛哥、俄羅斯、土耳其、美洲線..等，請洽業務)
2. 貴賓擁有雙重國籍或持「非」中華民國國護照者，請先自行辦理並查明所持護照入境"旅遊地"及再次入境台灣之簽證及相關規定；在台屬居留身分者，務必攜帶有效居留證出、入境，如您具備前述情況者，請於報名時即告知您的服務人員前述資訊。依法律規定，旅客辦理入出、境中華民國手續，均應持相同國籍之合法有效護照(同一本護照)。
3. 為避免旅客因下列因素無法出境或入境歐洲，請旅客於行程出發七日前將護照正本交付本公司，由專人預先檢查確認並由領隊攜至機場辦理登機手續。  
(A)無護照、護照頁數不足(空白頁至少要有2頁以上)、效期不足(需六個月以上，以入境台灣之日期為基準)、過期者或護照汙損(包含髒污、封面與內頁分離、局部破裂、蓋有非出入境之印章等)、相貌變更與護照照片不符、姓名變更等，請詳閱「護照申請須知」或來電洽詢。  
(B)特殊身份如：軍警人員、役男請先申請許可或加蓋「出境許可章」、雙重國籍、無身分證字號之中華民國護照、境

外補發之中華民國護照…等。

(C)出國當天未攜帶有效護照。

4. 當地簽證之簽發與否，乃屬不可抗力之因素，不可歸責於兩地旅行社，得依契約第14條辦理及配合轉團或退訂金。

---

## 特別提醒

1. 當您繳付訂金後即表示旅遊契約產生效力，本公司將依各協力商之要求，為您預付此趟旅程的旅館、餐廳或機票…等費用。若您因故取消，本公司將依「國外旅遊定型化契約書」之相關條款或實際已支付的費用估算，向您收取超支費用或退回剩餘訂金。多數航空公司一經開立機票，旅客需付全額票款，且不接受調整名單。
2. 【取消注意事項】
  - ◆ 當團未達成團人數：須簽回團體取消同意書，則可全額退款。
  - ◆ 個人因素取消：依照國外旅遊定型化契約書規定收取相關取消費用(票務、食宿、交通、作業金…等費用)，簽回團體取消同意書，方可退款。
    - ※ 退款方式將依旅客原付款方式退費：
      - ◆ 信用卡退刷：退刷至原刷卡信用卡，各家銀行作業時間不同，約7-10個工作天。
      - ◆ 匯款退款：匯款返還至原匯款帳號，請提供帳戶資料影本，約2-3個工作天。
      - ◆ 現金退款：現金繳付團費或訂金，繳款本人須至公司辦理，因需核對帳務資料，約3個工作天。
3. 本公司行程全程使用團體經濟艙機票，根據航空公司規定團體機票無法於出發前預先選位，也無法事先確認座位相關需求(如：靠窗或走道)，且座位安排乃依英文姓名依序排列，同行者有可能無法安排在一起，敬請參團貴賓知悉。

---

## 其他說明

1. 若遇大型展覽或節慶或突發事件需依航班、飯店取得順序，因而調整行程、飯店或住宿地點安排，誠翔運通保留調整行程順序、同等級飯店安排之權利，但又不影響暨有行程內容為原則。
2. 不同國家有程度高低的旅遊風險，為考量旅客自身旅遊安全並顧及同團其它團員的旅遊權益，若有慢性疾病、懷孕、年滿70歲以上、行動不便等狀況，請主動告知，且需有家人或友人同行，方可接受報名。如未告知身體特殊狀況以致無法成行或衍生其他問題，旅客需自行負責。
3. 團體旅遊時需顧及全體旅客，並搭配全體活動時間，若有嬰幼兒同行時，可能無法妥適照顧，貴賓報名前請謹慎考量嬰幼兒同行可能產生的不便，以免造成困擾。航空公司提醒：因受飛行考量及法規限制，每架航班皆有可收受嬰兒人數上限，報名時請先行向業務詢問，並提供父母以及嬰兒姓名+出生年月日，待航空公司確認後方才報名成功。
4. 國外餐食口味偏重、葷食多肉，茹素者請於報名時告知特殊餐食需求。海外團體素食餐之安排，無法如同在台灣般豐富且多變化，請體諒當地文化飲食的不同，並建議攜帶素食罐頭或泡麵等，以備不時之需。
5. 行程中的西式午餐包含桌水，西式晚餐提供酒水，如需其他飲品可請當團領隊協助您購買。些許特約餐廳於午餐供應酒水或咖啡，由當團領隊宣布。
6. 旅遊時間預計表為參考時間，領隊將視團體行進及操作狀況調整作息安排。
7. 國外多數商店會於星期日及國定假日休息，若您有明確購物計畫，請提早告知旅遊專員或領隊，以便建議出發日期或調整購物計畫。
8. 行程景點與餐食照片，為團友、領隊或專業攝影師拍攝，景色或菜色會隨季節、拍攝角度而有所不同，敬請見諒。
9. 部分航空公司可由高雄自行飛往轉機點與團體會合，請洽詢您的旅遊專員。
10. 本公司保有隨時更換隨團領隊之權利，若有因應團體調配與其他臨時狀況之更動，敬請見諒。