

雲南

專業旅運呈獻

星級「養生之旅」

專業旅運

Travel Expert

牌照號碼 350709

「養生之旅」拍攝合作伙伴:



TVB

節目內養生大使：



早鳥報名可享高達
\$1000優惠，敬請查詢！

創新行程 親嚐養生美食
尋找隱世 絕色美景

昆明、大理、玉龍雪山、
麗江、芒市、騰衝、雲峰山

行程亮點

景點推介

【體驗白族三道茶】
【觀看演出印象麗江】 | 【白沙鄉玉湖村】
【勐煥大金塔+勐煥銀塔】 | 【雲峰山景區】
【火山公園+熱海公園】
【大地茶海基地+潞江壩咖啡莊園】

美食推介

【納西王府(三疊水)】 | 【茶馬古道雅宴】
【季盧特色西餐風味】 | 【綠葉養生水果餐】
【石斛養生宴】 | 【養生素食全菌宴】
【地熱蒸蒸養生餐】 | 【大地茶海藥膳宴】

酒店住宿

昆明【國際品牌5星標準】
空港希爾頓逸林酒店或同級
大理【國際品牌5星標準】
大理古城希爾頓花園酒店或同級
麗江【國際品牌5星標準】
麗江鉅爾曼度假酒店或同級

特別安排

國內豪華航空空椅旅遊巴士(1+2座位)

出發日期

6月9,16,23日,7月3日

團號 TKYB10

雲南【養生之旅】10天行程

- 第1日 香港 > 昆明
第2日 昆明(動車) > 大理 > 白家大院體驗白族三道茶 > 歷史名城「大理古城」> 紅龍井大街 > 五華樓 > 洋人街
TVB 養生之旅推介：嚴家大院體驗白族三道茶
第3日 大理 > 沙溪古鎮 > 寺登街 > 四方街古戲臺 > 興教寺 > 玉津橋 > 石寶山景區 > 麗江
第4日 麗江 > 玉龍雪山 > 雲杉坪 > 觀看演出【印象麗江】> 東巴聖地藍月穀 > 世界文化遺產「麗江古城」
TVB 養生之旅推介：【印象麗江】
第5日 麗江 > 黑龍潭公園 > 白沙鄉玉湖村 > 新華小鎮 > (乘內陸機) 芒市
第6日 芒市 > 勐煥大金塔 > 銀塔 > 雲峰山
第7日 雲峰山景區 > 和順僑鄉(全國最大的鄉村圖書館) > 艾思奇故居 > 元龍閣 > 文昌宮 > 騰衝
第8日 騰衝 > 火山公園遠觀大空山 > 熱海公園 > 騰衝
第9日 騰衝 > 大地茶海基地 > 龍江大橋 > 潞江壩咖啡莊園 > 保山 > (乘內陸機) 昆明
第10日 昆明 > 香港

專業旅運
Travel Expert
牌照號碼 350709

Pinpoints
YOUR
JOURNEY



旅行團熱線
3700 2662
www.texpert.com



以上價格只供參考，以報名時為準 | 價格如有更改，恕不另行通知 | 優惠受條款及細則約束 | 圖片只供參考，如對服務質素有任何意見，歡迎發電郵至suggestion@texpert.com

自由行 | 旅行團 | 郵輪 | 度新遊 | 獨立組團

10天 雲南養生之旅

昆明、大理、麗江、玉龍雪山、芒市、騰衝、雲峰山

第1日 香港>昆明

是日集合於香港國際機場，乘坐直航客機飛往昆明。



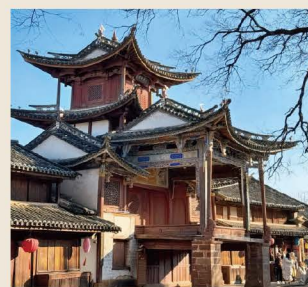
【大理古城】

第2日 昆明>(動車)大理>白家大院體驗白族三道茶>歷史名城「大理古城」>紅龍井大街>五華樓>洋人街

【大理古城】：大理古城位於風光秀麗的蒼山腳下，是古代南詔國和大理國的都城。這裡是個適合生活的地方，當地的生活節奏很慢，陽光明媚，溫度也十分適宜，在古城裡逛逛小店，看看古建築，非常地愜意。農曆三四月份是大理節日很多的時候，有名的是“三月街”，非常熱鬧。

TVB 養生之旅推介：嚴家大院體驗白族三道茶

【白家大院體驗白族三道茶】：白族是一個知禮好客的民族，以“三道茶”敬客，這是一種高尚的禮儀。“一苦、二甜、三回味”，寓意著人生的歷程和真諦，“三道茶”的工夫就是讓人體味人生的全過程，“吃得苦中苦，方為人上人。”



【沙溪古鎮】

第3日 大理>沙溪古鎮>寺登街>四方街古戲臺>興教寺>玉津橋>石寶山景區(包電瓶車來回)>麗江

【沙溪古鎮】：「茶馬古道上唯一倖存的古集市」，境內的石鐘山石窟開鑿於南詔、大理國時期，有極高的藝術、歷史價值。2001年10月，沙溪寺登街被世界紀念性建築基金會列入「值得關注的101個世界瀕危建築遺產名錄」，從2002年開始實施的「沙溪復興工程」，以「修舊如舊、最少幹預、最大保留」的理念對寺登街進行保護與開發，獲得了聯合國教科文組織等機構的肯定。



【麗江古城】

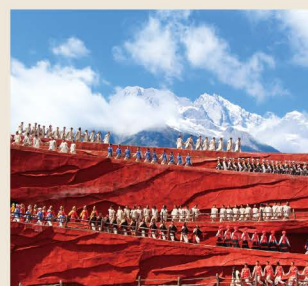
第4日 麗江>玉龍雪山>雲杉坪(包乘索道往返)>觀看張藝謀執導的原生態大型實景演出【印象麗江】>東巴聖地藍月穀(包電瓶車)>世界文化遺產「麗江古城(大研古鎮四方街)」

【麗江古城】：也叫大研古城，是世界文化遺產，茶馬古道上的重要城鎮。這裡已經有八百多年的歷史，城中都是木製古建築，青石板路，還有小橋流水，站在城中就可以遙望玉龍雪山。

【玉龍雪山】：納西族人心中的神山，由13座山峰相連，風光險峻秀美。山腳是一片牧場，山腰的雲杉坪是納西族人的愛情聖地，山頂則是常年積雪，即使在夏季也可享受冰雪之樂，一覽冰河的壯麗景象。

TVB 養生之旅推介：【印象麗江】

觀看張藝謀執導的原生態大型實景演出【印象麗江】，舞臺背景即為玉龍雪山，能看見山頂的白雪靄靄；故事以麗江的雪山茶馬古道及鎮上的四方街為舞臺，由來自10個少數民族共超過500位非專業演員演出，用最原始的動作與質樸的歌聲，展現出玉龍雪山下最震撼人心的民俗文化。



【印象麗江】

第5日 麗江>黑龍潭公園>白沙鄉玉湖村(包電瓶車來回)(遊覽:老東巴帝溢居納西家訪、玉柱擎天景區+紅鱒魚養殖園+神女湖)>新華小鎮>(乘內陸機) 芒市

TVB 養生之旅推介：白沙鄉玉湖村

【白沙鄉玉湖村】：是一個坐落於雪山腳下的寧靜古村，周圍景色非常優美，村里的民居都由石頭砌成，透著古老淳樸的氣息。這裡適合拍照，也適合喜歡安靜的遊客在此住下，享受雪山腳下的寧靜美好。玉湖村是納西木氏土司的發源地之一。



【白沙鄉玉湖村】

10天 雲南養生之旅

昆明、大理、麗江、玉龍雪山、芒市、騰衝、雲峰山

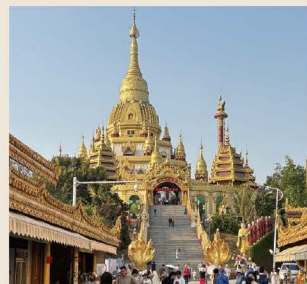
第6日

芒市 > 勐煥大金塔 > 銀塔(包單程電瓶車) > 雲峰山 > 酒店室外露天溫泉

TVB 養生之旅推介:勐煥大金塔+勐煥銀塔

【亞洲第一的空心佛塔·勐煥大金塔】:勐煥大金塔早已經成為了芒市城市標誌性的建築，也是生活在這裡的傣族人民的聖地。

【勐煥銀塔】:整體建築以純白為基調，與勐煥大金塔在色彩上形成鮮明對比，兩塔屹立在雷崖讓山之巔、孔雀湖之畔，一個雍容華麗，一個典雅素靜。



【勐煥大金塔】

第7日

雲峰山景區:玉皇閣、三清閣、呂祖殿等(包電瓶車+索道往返) > 和順僑鄉(包電瓶車往返)全國最大的鄉村圖書館 > 艾思奇故居 > 元龍閣 > 文昌宮 > 騰衝 > 酒店室外露天溫泉

【和順僑鄉】:六百多年來，中原文化、西洋文化、南詔文化、邊地文化在這裡交融碰撞，形成了獨特的僑鄉文化和馬幫文化，使和順成為雲南省四個典型的生態文化村之一。

TVB 養生之旅推介:雲峰山

【雲峰山】:一座自然形成的山脈，是國家AA級旅遊景區，主要景點有玉皇閣、三清閣、呂祖殿等，山腳村落竹樹環繞，山頂寺觀雄踞，以“三折雲梯”聞名，2700余級石蹬穿雲裂石，登頂可覽壯麗風光，感受天地遼闊，是探險與朝聖的絕佳之地。



【勐煥銀塔】

第8日

騰衝 > 火山公園(含電瓶車) > 遠觀大空山 > 熱海公園(包電瓶車返)(遊覽:蛤蟆嘴+珍珠泉+懷胎井+美女池+大滾鍋) > 酒店室外露天溫泉

TVB 養生之旅推介:火山公園(含電瓶車)+熱海公園(包電瓶車往返)

【火山公園】:騰衝擁有豐富的地熱資源，不但是中國4大火山群之一，也列入中國3大地熱風景區，火山公園內共擁有97座火山、80多個熱氣噴泉，其中有火山口與火山錐等火山型態保存完整的火山共有25座。

【熱海公園】:因騰衝地區的地質構造特殊，不斷噴出的氦和甲烷氣體，是休火山的典型標誌。熱海擁有超過80處溫泉，形成眾多澡堂與景點，其中水溫超過90℃的溫泉就有14座，享有「一泓熱海」的美譽。



【雲峰山】

第9日

騰衝 > 大地茶海基地 > 龍江大橋 > 潞江壩咖啡莊園 > 保山 > (乘內陸機)昆明

【大地茶海】:雲南省保山市騰沖市清水鄉駝峰社區虞家營新村被千畝茶山環繞，極目遠眺，所見皆是翠綠，猶如一幅美麗畫卷，令人賞心悅目，被譽為“大地茶海”。“大地茶海”地處海拔1800米的山坡上，氣候適宜，降水量豐沛，制出的成品茶清新爽口。

TVB 養生之旅推介:

大地茶海基地(雷響茶體驗)

潞江壩咖啡莊園(體驗咖啡製作,品嘗親自製作小粒咖啡一杯,品嘗咖啡煮雞蛋一只)



【熱海公園大滾鍋】

第10日

昆明 > 香港

於指定時間乘坐航機，飛返香港。旅程到此完滿結束。



【大地茶海基地】

10天 雲南養生之旅

昆明、大理、麗江、玉龍雪山、芒市、騰衝、雲峰山

日程	早餐	午餐	晚餐	酒店
第1日	-	-	-	昆明【國際品牌5星標準】呈貢萬達嘉華國際酒店或同級
第2日	酒店享用	白族風味	野生菌火鍋	大理【國際品牌5星標準】大理古城希爾頓花園酒店或同級
第3日	酒店享用	沙溪風味	納西王府 (三疊水)	麗江【國際品牌5星標準】麗江鉑爾曼度假酒店或同級
第4日	酒店享用	犛牛小火鍋 (一人一鍋)	東巴珍饈 茶馬古道雅宴	麗江【國際品牌5星標準】麗江鉑爾曼度假酒店或同級
第5日	酒店享用	季廬特色 西餐風味	小鎮風味	芒市【當地4星標準】聖水湖畔酒店或同級
第6日	酒店享用	綠葉養生水果餐	石斛養生宴	雲峰山【當地4星標準】雲峰山溫泉酒店或同級
第7日	酒店享用	養生素食全菌宴	和順人家	騰衝【當地4星標準】南甸官房伴山溫泉酒店(2期)或同級
第8日	酒店享用	地熱薰蒸養生餐	西董花園	騰衝【當地4星標準】南甸官房伴山溫泉酒店(2期)或同級
第9日	酒店享用	大地茶海藥膳宴	滇菜風味	昆明【國際品牌5星標準】空港希爾頓逸林酒店或同級
第10日	酒店享用	-	-	行程圓滿結束

團費				
出發日期	成人/小童佔床收費 (佔半房)	小童不佔床收費 (2-11歲)	忠意旅遊保險 (標準計劃)	工作人員服務費 (領隊、導遊及司機)
6月9,16,23日	HKD 15,999 起	HKD 13,999 起	HKD 248	HKD 120 /天
7月3日	HKD 15,999 起	HKD 13,999 起	HKD 248	HKD 130 /天
*60 - 69歲長者優惠，每位減 HKD100。 / *70歲以上長者優惠，每位減 HKD200。				
乘搭中國東方航空公司往返 (MU) 航班時間只供參考，一切以航空公司安排及公佈為準。				
全程機場稅：成人 HKD900 / 小童 HKD700 單人房附加費 HKD2700。				

養生花絮

