

# 雲南雙飛～昆大麗風情、天龍八部、三秀奇緣八日(含稅、港轉)

## 行程特色

預計出發日期:2015.04 月中旬

安排三場大型歌舞秀，把最精彩的少數民族風情表演一次呈現給您；造訪西南少數民族，讓您深刻體會了解彝族、納西族、藏族、白族等的各類民族風情

1. [印象麗江秀](#)世界名導張藝謀耗資 2.5 億人民幣精心製作，是張藝謀繼桂林《印象劉三姐》之後再次推出的大型實景歌舞表演。
2. [雲南映象秀](#)中國著名舞蹈家楊麗萍出任藝術總監和總編導的大型原生態歌舞。在歌舞集中，原生、古樸的民族歌舞與新銳的藝術構思的碰撞，將帶給您一種特定的雲南印象。
3. 喜洲民居+三道茶歌舞表演，喜洲白族民居在這裡可參觀白族紮染的製作，品嚐白族的風味食品特色茶點—白族三道茶，並欣賞精彩的歌舞表演，它是屬於唐宋時大理國的宮廷茶，乃是用蒼山雪水以特殊製法調配而成，號稱一苦、二甜、三回味，十分獨特。

(如遇：喜洲民居+三道茶歌舞表演休息改看：天龍八部秀+三道茶 )

天龍八部秀+三道茶：情景歌舞表演，帶您走入浪漫多姿的意境裡；劇中把聞名天下大理《禮儀茶道》苦甜與回味，分別與《天龍八部》中的禪花與俠義相對應，在舞臺光與影、色與形營造出的音樂和茶香交融的淡定氛圍中，體會《禮儀茶道》的率真和氣質。

4. [麗江古城](#)：位於雲南省西北部雲貴高原與青藏高原的連接部位，海拔高度 2418 公尺，與同為歷史文化名城的四川閬中、山西平遙、安徽歙縣並稱為《保存最為完好的四大古城》。
5. [黑龍潭](#)：因山下有碧潭，潭深水碧，相傳有黑龍潛居，故名黑龍潭。
6. 天然高山牧場，納西愛情聖地：[雲杉坪](#)：欣賞玉龍雪山最佳位置+纜車上下。
7. [石林風景區](#)：天下第一奇觀喀斯特地形。
8. 大觀樓公園：前無古人，後無來者的 180 字長聯所在地。
9. 蒼山及雲杉坪均安排搭乘纜車上下；西山龍門纜車上、電瓶車下；西山滇池搭乘纜車上山。
10. 好禮相送：陶器、香包、茶葉、每人每天一瓶礦泉水。

## 航班時間

以下為本行程預定的航班時間，實際航班以團體確認的航班編號與飛行時間為準。

班機編號	起飛城市	抵達城市	起飛時間	抵達時間
去程 CX407	台北(桃園)	香港	08:25	10:20
去程 KA760	香港	昆明	11:55	14:30
回程 KA761	昆明	香港	15:30	17:40
回程 CX402	香港	台北(桃園)	18:55	20:30

## 行程安排

**第 1 天** [桃園](#)／[昆明](#)～[金馬碧雞坊](#)～[昆明](#)

今日集合於桃園國際機場，搭乘豪華客機飛往素有“春城”之稱的雲南省省會—昆明。

金碧廣場是昆明最熱鬧的地區，在此可充分感受昆明的繁榮景象，並可見到已有四百年歷史的一金馬碧雞坊，雲南自古就有「鳳凰朝於西方、麒麟駐足東山」的傳說，金碧輝煌的兩座牌坊，如今已成為昆明市的象徵。

貼心提醒雲南旅遊注意事項：

- 1.雲南屬高原型西南季風氣候，晝夜溫差很大，夜晚氣溫偏低；每日早晚溫差較大（12~15 攝氏度），請注意著裝，預防感冒；請帶足保暖防寒衣物，並備常用藥品及雨具。
- 2.麗江、香格里拉、德欽等地海拔較高，注意休息，以防出現高山反應。在海拔 2800 米以上地區不宜劇烈運動，不可急速行走，更不能跑步，不能做體力勞動，否則容易有缺氧的感覺。不要迷信和依賴氧氣，不要過分緊張，多做深呼吸。高海拔地區宜少飲酒，多食蔬菜、水果，以防發生高山反應。如有需要可自費配備「小型氧氣瓶」及相關物品。
- 3.雲南地處雲貴高原，室外紫外線照射較強，長時間在戶外活動，注意防曬，帶好防曬用品。
- 4.旅遊攝影時，請注意安全，不要到有危險的地區拍攝或攀爬。（麗江古城中的水邊、橋邊…等地）。
- 5.雲南是個多民族居住的地區，請尊重當地少數民族的生活和信仰，避免與當地居民發生衝突；購物時最好能聽從導遊人員的建議，以免發生不必要的糾紛。

餐 食： (早餐) XXX (午餐) XXX (晚餐) 大蓉和風味(RMB50/人)

住 宿： 5 星綠洲大酒店 或 5 星佳華廣場酒店 或 5 星邦克大酒店 或 5 星豪生大酒店 或 同級旅館

第 2 天 昆明~車程約 90 分鐘~九鄉(遊船+纜車)~車程約 45 分鐘~石林

九鄉被列為國家重點風景名勝區，乘坐觀光電梯下到谷底，我們來到被稱為情人谷的蔭翠峽，這是麥田河流經的第一道峽谷。峽谷碧水放舟，蕩漾河面，清幽迷人。溶洞景觀為主，洞外自然風光、人文景觀、民族風情融為一體綜合風景名勝區。

現新開發出一疊虹橋風景區，白象洞，神女宮，雌雄瀑布大型石壩群構成神田景觀，洞中瀑布落差達 30 公尺聲勢如雷貫耳，斷魂橋令人心驚動魄。

石林風景區被譽為天下第一奇觀的石林景區。石林為石灰岩地溶岩地貌，亦是喀斯特地型的一種特有形態，由巨厚的岩層構成，其岩峰猶如密佈的林木，拔地而起，直刺天際，遠望如一片莽莽森林，因而得名。園中包括大石林、小石林、外石林，無數的石徑、石廊、石門、石洞、石橋，貫串其間，將它連成一個有機的整體，數不清的崎嶇石峰和高聳峭壁，蔚成一片石峰林海，氣勢磅礴開闊。沿途石壁上更刻有「石林」、「天造奇觀」、「彩雲深處」等 31 處題刻，漫步其中，只覺得奇景迭出，險象環生，峰迴路轉，常使人心動神馳，樂而忘返。

餐 食： (早餐) 酒店內 (午餐) 宜良烤鴨風味 RMB50/人(晚餐) 撒尼風味(RMB50/人)

住 宿： 準 5★石林銀瑞林國際大酒店 Shilin Yinruilin International Hotel 或 同級旅館

第 3 天 石林~石林風景區~車程 60 分鐘~七彩雲南~車程 30 分鐘~昆明~圓通寺~雲南映象(楊麗萍孔雀舞)

石林被譽為《天下第一奇觀》，走進石林，雄偉奇麗景象，令人目不暇給，無數石峰拔地而起，千峰競秀，崔巍崢嶸，氣勢磅礴，姿態萬千，形象生動，有如筍似柱，有直刺青天，數石相對，如久別重逢，像十裏相送，似母子偕遊，有千嶂疊翠，危石險道，使人驚心動魄，更有明淨水相映，小橋流水相連，有是山窮水盡疑無路，柳暗花明又一景。

七彩雲南它建築精美富民族風情是一座集購物、觀光和餐飲於一體的商城；圓通寺是城內最大一座佛寺，前臨圓通街，後接圓通山。由圓通勝境坊、南角亭、圓通寶殿、水榭曲廊等建築組成。南角亭建於一方形大水

池中，南北有石橋相通。有一千二百年歷史，山石嶙峋，石刻頗多，千百年來騷人墨客留下的讚美。

雲南映象是著名舞蹈家楊麗萍首次出任大型歌舞集總編導及藝術總監，原汁原味的民族歌舞元素，是一既有傳統之美，又有現代之力的舞台新作。她將最原生的原創鄉土歌舞精髓和民族舞經典全新整合重構，再創雲南濃郁的民族風情。

餐 食：	(早餐) 酒店內 (午餐) 七彩雲南+過橋米線汽鍋雞(RMB50/人) (晚餐) 野生菌火鍋風味(RMB50/人)
住 宿：	5星綠洲大酒店 或 5星佳華廣場酒店 或 5星邦克大酒店 或 5星豪生大酒店 或 同級旅館
第 4 天	昆明／麗江～黑龍潭公園～麗江古城～四方街～萬古樓(贈送古城咖啡～麗江

今日搭機飛往麗江。

註 1.視中段班機時間調整行程順序敬請見諒。

註 2.為配合搭機時間，行程中如安排 09:30 以前之內陸段航班，當日早餐將以簡單餐盒替代，如有不便，懇請見諒。

黑龍潭公園俗稱龍王廟也叫玉泉公園，位於麗江古城北端象山之麓，一大股泉水從象山腳下古栗樹下汨汨而出，晝夜不停，匯成面積近 4 萬平方米的水潭，泉水清澈如玉，水面開著潔白的海菜花，水底遊魚如梭，潭畔花草樹木繁茂，樓臺亭閣點綴其間，風景秀麗。

麗江古城又名大研鎮，它位於麗江壩中部，北依象山、金虹山、西枕獅子山，東南面臨數十裡的良田闊野。麗江是第二批被批准的中國歷史文化名城之一，也是世界文化遺產的古城之一。

四方街是整座古城的中心，由此延伸出的道路鋪滿青石，藉由匠心獨具的水利系統，大研鎮古城可以隨時引水清洗所有街道，因此歷經數百年依舊一塵不染。

萬古樓樓五層，斗拱重簷，主柱 16 根，皆通天 22 米，是中國木結構建築第一樓。萬古樓飛簷翹角共有 13，比喻玉龍山雪嶽十三峰，樓體雕飾中披星戴月等吉祥圖案為 2300 個，象徵在麗江居住的 23 個民族。

以龍為裝飾雕刻形象者，共有 9999 個，合樓頂藻井一龍，則成萬龍萬古之盛。並且是觀賞麗江大研古城全景的最佳位置。註：午後古城休閒遊，贈送每人陽光咖啡吧咖啡一杯，享受在麗江古城的悠閒時光。

餐 食：	(早餐) 酒店內或簡單餐盒 (午餐) 納西農家風味(RMB50/人) (晚餐) 小南國風味(RMB60/人)
住 宿：	5星麗江實力希爾頓花園酒店 或 同級旅館
第 5 天	麗江～玉龍雪山～雲杉坪(纜車上下)～甘海子～玉水寨～東巴谷～印象麗江巨型歌舞秀～東河古鎮+咖啡一杯～麗江

玉龍雪山是北半球最近赤道的山脈，它處於青藏高原東南邊緣，橫斷山脈分佈地帶，在大地構造上屬橫斷山脈皺褶帶。位於麗江縣城北面約 15 公里處。山勢由北向南走向，南北長 35 公里，東西寬 25 公里，雪山面積 960 平方公里，高山雪域風景位於海拔 4000 米以上。終年積雪，雪山山體高聳，橫互排列的十三座山峰（卜松毛卦峰）海拔 5596 米，為諸峰之最。

雲杉坪(纜車上下)於纜車站乘坐索道吊車，登上海拔 3,380 公尺的近看青翠綠樹，遠眺長年積雪的玉龍雪山，仿如置身世外桃源，實是令人陶醉不已。註：若遇不可抗力之因素，導致雲杉坪纜車停運，則此費用現場退費，敬請見諒。



甘海子是玉龍山東麓的一個開闊的草甸，是個天然的大牧場，這裡有地毯般的草地，它從西面玉龍雪山腳一直鋪到很遠的天邊。甘海子是仰視玉龍雪山全貌最近的、也是最佳的地方。在這裡你可看到玉龍雪山的十三個高峰由北向南依次排開。巍峨壯觀，銀興閃爍，尤其是主峰扇子陡，像一把打開的扇子，切入雲天，氣勢磅礴。你還能遙看雪線 以上蜿蜒下行的呈雪綠色的冰川，借助望遠鏡領略這一"綠色奇峰"的現代冰川奇觀。

玉水寨這裏是納西族的文化發源地，是納西族人祭神的聖地及東巴文化活動的重要場所，可深入認識東巴傳人傳統的生活和學習方式。

東巴谷麗江之行有獨鐘的新亮點，地殼運動留下的「地痕」，當地人發現後稱之為「東巴谷」，位於玉龍雪山腳下，走進東巴谷，最先印入眼簾的是一條「匠人街」，幾個少數民族的院落像撒落的珍珠串連在街道兩邊，遊客可以與主人互動，盡情體驗原生態的民族民間文化。

印象麗江巨型歌舞秀，它是繼桂林「印象劉三姐」之後再次推出的大型實景歌舞表演，耗資達 2.5 億人民幣，上篇為「雪山印象」，下篇為「古城印象」，創作人員為印象劉三姐原班人馬所組成。整部作品以雪山為背景，在海拔 3100 米的世界最高演出場地，由來自 10 個少數民族的鏗鏘漢子，與來自 16 個鄉下村莊的普通農民，共 500 多位有著黝黑皮膚的非專業演員，用他們原生的動作與質樸的歌聲，帶給您心靈的絕對震撼。

註：因印象麗江為戶外表演，若遇天候狀況不佳，則改為觀賞麗江市區的「麗水金沙」歌舞秀。

束河古鎮是個古老寧靜的小鎮，位於麗江以北 8 公里處，又稱龍泉村。早在明代，這裡就已經是滇西北的重要集鎮，南來北往的商人們在此交易。束河中心的集市廣場與麗江四方街非常類似，青石鋪就的街面，周圍店鋪順次排開，門口擺放著各種手工藝品。

餐 食：	(早餐) 酒店內 (午餐) 犛牛小火鍋風味(RMB40/人) (晚餐) 三官堂風味(RMB60/人)
住 宿：	5 星麗江實力希爾頓花園酒店或 同級旅館
第 6 天	麗江～(車程約 4H)大理～蒼山(天龍纜車上下)～喜洲民居+三道茶歌舞表演～洱海+魚鷹捕魚秀～大理古城洋人街～大理

蒼山(天龍纜車上下)又名點蒼山，是雲嶺山脈南端的主峰，由十九座山峰由北而南組成，北起洱源鄧川，南至下關天生橋。蒼山既是自然保護區，又是風景名勝區。1992 年，當地政府在海拔 2600 米玉帶雲出處新辟了一條玉帶雲遊路。游路南起馬龍峰，北至應樂峰，長約 18 公里，將蒼山許多景點連接在一起，遊人至此，可盡情觀賞蒼山奇峰異石、林泉飛瀑，也可俯瞰蒼洱大地壯麗景色。

喜洲民居+三道茶歌舞表演，喜洲白族民居在這裡可參觀白族紮染的製作，品嚐白族的風味食品特色茶點——白族三道茶，並欣賞精彩的歌舞表演，它是屬於唐宋時大理國的宮廷茶，乃是用蒼山雪水以特殊製法調配而成，號稱一苦、二甜、三回味，十分獨特。

洱海+魚鷹捕魚秀，洱海宛如一輪新月，靜靜地依臥在蒼山和大理壩子之間。一望無際，煙波浩淼，碧水似鏡，與湖上的“三島”、“四洲”、“五湖”、“九曲”融為一體，加上岸邊船上白族婦女紅藍相間服飾的點綴，景色如詩如畫，令人心曠神怡。魚鷹，具有捉魚為食的習性，魚鷹捕魚時是全身潛進水中捕捉，漁夫以稻草微微繫住魚鷹的喉部。使魚鷹以喙捉魚後，無法將大魚吞食。而漁民就是利用魚鷹的食性來捕魚。洱海湖光與點蒼山積雪相映，有“青洱銀蒼”之譽。

大理古城始建於明初為歷代滇西治府和屯軍所在地,是西南絲綢之路的門戶,也是商賈雲集之處。古代城池曾於征戰中幾度興廢，太和城是南詔王統一六詔後最早建成的宮城，中心建有金剛城，是居高臨下的城中城一稱為“紫禁城”；北面建有大厘城,即今日繁華的喜洲鎮；北、南兩端扼守門戶的有龍首城和龍尾城。然而這些古城池大多僅存城基，如今尚存南北城樓、部分城牆以及杜文秀帥府。巍峨的城樓，保存完好的白族民

居建築，小巧的庭院，靜靜的街道，幽靜典雅，古色古香。

洋人街它是外國人在中國居住最密集的地區之一，街上的飯店、餐館、酒吧等等都是中西合璧的。

**餐 食：** (早餐) 酒店內 (午餐) 砂鍋魚頭風味(RMB50/人) (晚餐) 白族風味(RMB50/人)

**住 宿：** 5星風花雪月大酒店 或 同級旅館

**第 7 天** 大理／昆明～東西寺塔～大觀樓～圓通寺～官渡古鎮～昆明

今日搭機飛往昆明。

註 1.視中段班機時間調整行程順序敬請見諒。

註 2.為配合搭機時間，行程中如安排 09:30 以前之內陸段航班，當日早餐將以簡單餐盒替代，如有不便，懇請見諒。

**【大觀樓】**位於昆明市城西，南臨滇池，隔水與西山遙望，湖光山色丹霞帆影，十分優美。許多文人墨客來此吟詩作畫，至今尚保存在大觀樓內，園中最令人矚目的是懸於大觀樓上 180 字的長聯，是清朝乾隆年間寒士孫髯翁所作，有「古今第一長聯」之稱。

參觀**【東西寺塔】**，東寺塔位於昆明市書林街。西寺塔位於昆明市東寺街。兩塔均始建於唐南詔時代。巍巍雙塔，東西遙遙相望。東寺塔和西寺塔均為 13 層密磚塔乙東寺塔高 40.5 米，西寺塔高 31 米，建成後都重新修葺過。東寺塔可從里面沿木踏板攀援至頂，寶頂四角各有一只用銅皮做成的“金雞”，各高 1 米多，雞嘴含有銅管，管內有金屬簧片，金雞的頭、脖頸和胸腔是空的。據說，在從前每當疾風勁吹，通過銅管灌入，回旋的氣流使金屬簧片振蕩，金雞便會發出“喔喔喔”的鳴叫，表現了古代能工巧匠的聰明才智。後由於天長日久，灰塵積塞，金雞才不鳴了。但四只金雞仍立於塔頂，更使寶塔情趣盎然，別具特色。

圓通寺該寺始建于唐南詔，原名“觀音寺”，以後多次重修，為雲南著名的古廟之一。寺院建築奇特，背依山岩，隨坡而下，層層構築，巍峨壯觀，以其精美的雕樑畫棟和佛教造像而著稱。入寺門“圓通勝境坊”後，沿石階而下，兩旁古柏森森，環境清幽。在中軸線上有天王殿，水池中建有八角樓，內塑彌勒佛。過橋為大雄寶殿，建築雄偉，碧瓦飛鶯，雕樑畫棟，氣勢非凡，內祀三世佛及十二圓覺。最後為藏經樓及新建的五佛殿。還有咒蛟台、水榭、曲廊等建築。大雄寶殿前，有巨大水池，八角樓立于池中，南北有石橋相連，水榭烘托宇殿。殿后崖壁險奇，更顯得氣勢雄偉，富麗堂皇。

**【金殿】**其實為銅殿，傳說為吳三桂所仿建，主殿係由青銅鑄造，在陽光照耀下，耀眼奪目，因而得名「金殿」，金殿建築所用的銅約 250 多噸，是中國最大的銅鑄殿。

官渡古鎮是昆明地區著名的歷史文化古鎮之一。官渡原名“窩洞”是滇池岸邊一個螺絲殼堆積如山的漁村。這裡雲水淼靄，薰風無浪，風光如畫。早在唐代，“窩洞”便是南詔王公遊覽滇池時理想的駐足之地。宋代，大約在 1180 年至 1190 年間，駐守“鄯闡”的演習高生世，常乘舟至窩洞遊覽。高生世的船繩於岸邊，於是便把窩洞命名為“官渡”。高氏似乎對官渡情有獨鍾，乾脆把官渡劃為自己直接管轄的治所，於窩洞置官渡縣治，並修建了城池。

**餐 食：** (早餐) 酒店內或簡單餐盒 (午餐) 滇王宴(RMB50/人) (晚餐) 中式合菜(RMB50/人)

**住 宿：** 5星綠洲大酒店 或 5星佳華廣場酒店 或 5星邦克大酒店 或 5星豪生大酒店 或 同級旅館

**第 8 天** 昆明～車程約 50 分鐘～西山龍門(纜車上山+電瓶車下山)昆明／香港／桃園

早餐後遊覽巍峨挺立於滇池西岸的西山，最高峰為羅漢峰，海拔 2,500 米。西山於唐代時稱為碧雞山，元明以來稱為太華山，因山在昆明市城西，故稱西山。峰巒起伏、林木蒼翠、古徑蜿蜒。

乘搭纜車上山並拾級徒步後，經過道觀三清閣後，便通過懸崖峭壁上開鑿而成的石廊一達天閣，便登上龍門。三位修道僧人，由清朝乾隆 46 年到咸豐 3 年，經歷 72 年時間，開鑿而成。山下海拔 1886 米，面積 318 平方公里的滇池，雲南最大、全國第六大湖泊，乘電瓶車下山，欣賞滇池優美風光。

前往機場搭機返回桃園國際機場，為此次美麗之旅劃下句點。

餐 食：	(早餐) 酒店內 (晚餐) 中式合菜(RMB50/人)
住 宿：	溫暖的家