**【尼泊尔】9天7晚自然愉悦之旅 | 中国南航广州直飞 | 纯玩无购物无自费 | 特别安排雪山瑜伽 | 颂钵愈疗 | 雪山下千年世界文化遗产加德满都 | 世界自然遗产奇特旺 | 东方瑞士 度假胜地 博卡拉 | 特别赠送尼泊尔风情歌舞表演行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | NY1737874665ZZ | **出发地** | 广东省-广州市 | **目的地** | 尼泊尔-博卡拉-加德满都-奇旺-博卡拉老城区 |
| **行程天数** | 9 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | CZ3067 2010/2255CZ3068 2355/0700+1 |
| **产品亮点** | ☆优质航班： 南航广州起止直飞加德满都，可申请全国联运（收费）； ☆身心疗愈： 古老的颂钵疗愈+雪山瑜伽，唤醒身心内在能量☆深度景点： 穿梭中世纪古城加德满都，聆听袅袅梵音体验神比人多的国度，朝圣活女神庙里的独特信仰；吉普车深入南亚密林奇旺，独木舟近距离观赏鳄鱼；泛舟费瓦湖，看东方瑞士—博卡拉的恬淡优雅；特别安排体验博卡拉萨朗科山汽车上山观赏日出观鱼尾峰壮丽的雪山日出；赏纳加阔特壮丽的雪山日落；☆健行： 特别赠送徒步世界和平塔，亲近自然☆酒店： 网评四星+2晚丛林特色酒店+1晚悬崖雪山观景酒店☆餐食： 塔鲁族民族歌舞表演+尼式特 色风味歌舞餐，感受不一样的尼泊尔风情☆礼包： 品尝特色尼泊尔“国王酸奶”，有滋有味 满愿塔“博大哈大佛塔”点灯，祈祷和平与安宁 |

**行程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **天数** | **行程详情** | **用餐** | **住宿** |
| D1 | 广州——加德满都（参考航班CZ3067 2010/2255）早上在广州白云国际机场T2航站楼出发厅集中，飞往有山国美誉的尼泊尔王国首都加德满都。抵达后，由专业导游接机。前往酒店休息 | 早餐：自理 午餐：自理 晚餐：自理  | 加德满都Pebera Heritage或Mahabir Palace或Siddhartha Boutique Bouddha 或Surya Heritage Thamel同级网评四星酒店 |
| D2 | 加德满都-纳加阔特（车程约1.5小时）上午前往参观著名的博大哈大佛塔参观（90分钟），博达哈大佛塔(Bodhnath) 是尼泊尔著名的古迹之一。塔高38米，直径100米，是世界大圆佛塔。白色巨大的穹形，气势不凡，给人以宽大为怀的感觉。在宏大的白色覆钵上有个方形塔，四面都画有巨大的佛眼，表示佛法无边，无所不见之意。博达哈大佛塔是加德满都谷地文化的缩影与遗产之一。特别安排客人来到加德满都博大哈佛塔点灯、转塔，祈祷和平与安宁。对于多年来聚居于此的信众来说，佛塔的每一束光亮都寄托着他们的信仰。下午前往乘车前往始建于13、14世纪的【巴德岗杜巴广场】（世界文化遗产）（90分钟）她被誉为露天博物馆和活的遗址，展现出一幅中世纪尼泊尔的瑰丽图画。我们抵达后考察【55窗宫】（外观），【巴特萨拉女神庙】（外观），【尼亚塔波拉塔】（外观）等世界文化遗产建筑，这里由于离加德满都有一段距离，大部分的重要文化遗产还是得到保存。如有时间，依然可以购买木雕工艺品和陶制品，帮助当地的人们。随后安排品尝当地特色小吃：网红瓦罐酸奶。然后前往有喜马拉山观景台之称的静谧山村—纳加阔特。天气晴朗的时候，肉眼可观看到多座海拔6000-8000多米的雪峰。抵达后入住酒店，可以于酒店周周边林间小道悠闲散步，也可以在酒店露台欣赏山村风光。 晚餐后入住酒店休息。 | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：酒店自助餐  | 悬崖雪山观景酒店Shangri-La resort 或Himalayan Villa 或View Point 或Himalayan Glacier 同级 |
| D3 | 纳加阔特-奇特旺（车程约6.5小时）清晨尽情欣赏喜马拉雅雪山日出美景（视天气情况而定能否看到雪山日出）。体验雪山瑜伽（60分钟），瑜伽是一种古老的折学体系及其指导下的运动体系， 通过这个运动体系从而达到身体、心灵与精神和谐统一的运动形式，面对雪山美景，舒展身体，放松心情，让身心从内到外彻底的舒展，充满能量。早餐后,驱车前往拥有亚洲较佳观赏野生动物区域的——【皇家奇达旺国家公园】（世界自然遗产），位于南部达拉伊平原。抵达后入住酒店。傍晚欣赏原始的塔鲁族民俗歌舞表演，热情的尼泊尔小伙子邀请您一起欢快共舞。 | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：酒店自助餐  | 奇特旺 Royal tiger 或 Park Safari resort 或 Green Mansion 或Jungle resort或同等级特色酒店 |
| D4 | 奇达旺今天早起，在奇旺森林公园的动物苏醒之际，我们在拉普梯河乘独木舟（40分钟）顺流而下，沿途鳄鱼要么在岸边晒太阳，要么在水里露出半个头，近在咫尺，欣赏奇达旺奇妙的热带丛林景色，然后参观小象保育基地（15分钟），这里有尼泊尔政府从外国购买和自己培育的小象在此生活。然后返回酒店休息。 下午乘坐吉普车进入丛林（约90分钟）， 穿行在密林中寻找丛林里的犀牛，野猪，山鸡，猴子，麋鹿等，还有机会看到猎豹、老虎等猛兽。傍晚来到河滩边上，欣赏别具原始风味的长河丛林日落美景，您可在河边酒吧点上一瓶啤酒，一边品尝珠峰雪山水酿造的啤酒，一边欣赏日落，优哉游哉，不亦乐乎。（丛林活动以酒店安排为准） | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：酒店自助餐  | 奇特旺 Royal tiger 或 Park Safari resort 或 Green Mansion 或Jungle resort或同等级特色酒店 |
| D5 | 奇达旺——班迪普尔（车程约 3 小时）——博卡拉（车程约4小时）早餐后，驱车前往尼泊尔特色风情小镇【班迪普尔小镇】（60分钟）参观它被誉为尼泊尔保存完好的小镇，被称为纽瓦丽文化博物馆。它曾是中国-尼泊尔-印度重要的贸易驿站。50多年前，新建的公路从小城下方通过，将班迪普尔积累了几百年的辉煌一夜变得暗淡，但这里却留下一座活生生的尼泊尔纽瓦丽人建筑和文化博物馆、古城的建筑超过70%都是纽瓦丽建筑，当地的居民数百年来似乎一直与世隔绝午餐后乘车前往度假胜地，有东方瑞士之称的——博卡拉，它是尼泊尔盛名的风景地，位于尼泊尔中部喜马拉雅山南坡山麓博卡拉河谷上的城市，东距加德满都约200公里。海拔900米，基本地形为低山丘陵，河谷宽阔平坦。在博卡拉市区北边，地势渐高，喜马拉雅山脉犹如屏障横亘天边，连绵不断的雪峰矗立天的边缘。鱼尾峰、安娜普纳峰等数座雪山距离博卡拉市区三十多公里，天气好时，在市区每一个角落都可以看到雪山的壮美，特别是鱼尾峰，好像无处不在，随处抬头可见边缘锐利如刀锋的顶峰。抵达后可在博卡拉大街上闲逛，沿着费瓦湖漫步景色怡人，轻松有趣。 | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：当地餐厅  | 博卡拉Majheri resort & Spa 或Teeka resort & Spa或 Dahlia Boutique或Shaara Pokhara或同级网评4星 |
| D6 | 博卡拉一天游早餐后，前往秀美的【费娃湖】上泛舟（60分钟），并可前往参观湖中心的寺庙（合计约60分钟，结束时请各自给船夫100卢比小费）。费瓦湖是博卡拉度假游览的第二重要去处。它位于市区南边，周边是旅游区，酒吧街、购物街位于一体，是游人流连之处。要想体验慵懒，可以乘小船游览费瓦湖，清澈明净的湖水，淳朴憨厚的尼泊尔船夫，让小船静静滑行在梦幻般的湖面，这是每一位到过博卡拉的人极为称道的事情。前往参观大卫瀑布（30分钟），又被称作是魔鬼瀑布， 这条瀑布的奇妙之处在于它的下方是一个地下溶洞，陡然消失不见后，又从数公里外的地底下钻出来，形成一条地上河流。溶洞内常年冒着团团热气，用手可以感觉到明显的热度，水汽会在空中变换出七彩颜色。下午特别赠送：前往世界和平塔进行短程徒步（120分钟），车子开到半山，徒步约30分钟左右即可到达和平塔，沿途欣赏村落，梯田，山林自然风光，如天气晴朗， 可俯瞰一览费瓦湖风光， 还可欣赏壮美的安娜普纳雪山风光日落风光！和平塔是一个日本人为了日本在二战犯下的滔天罪过赎罪而建的，建成于2000年，塔身通体白色，四面有释加牟尼佛祖雕像，分别以立、坐、卧姿呈现。 备注：客人自主放弃或因时间、天气等原因不能前往徒步，无费用差价退回，敬请知悉 | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：当地餐厅  | 博卡拉Majheri resort & Spa 或Teeka resort & Spa或 Dahlia Boutique或Shaara Pokhara或同级网评4星 |
| D7 | 博卡拉——加德满都（车程约6-7小时）清早乘坐缆车前往萨朗科山上观看雪山日出，眼前是庄严而寂静的安娜普娜山系和鱼尾峰，当太阳升起来，耀眼的光芒照在雪峰上形成金顶，绚丽无比，深深地吸引住游客的目光。早餐后，返回加德满都。下午抵达后前往斯瓦扬布纳寺参观（45分钟），位于加德满都西部的环城公路边的一座小山上，距离泰米尔区2公里，斯瓦扬布纳特寺(Swayambhunath):又称四眼天神庙，是尼泊尔的佛教寺庙，亦称斯瓦扬布佛塔，位于首都加德满都郊外斯瓦扬布山顶上。建于公元前3世纪，是亚洲古老的佛教圣迹之一。主建筑是一座巨型的舍利塔，塔身为圆锥型，底座为四方形，底座四面绘有眼睛的图案，这是"智慧的眼睛"，能够看到世间一切，象征着佛眼法力无边，能看着加德满都的每个角落。佛塔由圆锥形13层相轮组成，表面镶镀着铜片和金箔。塔顶是结构复杂的华盖，华盖之上高竖着镏金宝瓶;塔冠嵌有一颗巨大的宝石。在主塔的四周，还分布着一些小型的舍利塔和转经筒。 | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：当地餐厅  | 加德满都Pebera Heritage或Mahabir Palace或Siddhartha Boutique Bouddha 或Surya Heritage Thamel同级网评四星酒店 |
| D8 | 加德满都-广州 CZ3068 2355/0700+1早餐后，前往参观【加德满都杜巴尔广场】（60分钟）（世界文化遗产）。加德满都杜巴广场位于旧城区，旧皇宫前面。广场是加德满都最主要的景点，这里乃囊括了尼泊尔16世纪至19世纪之间的古典建筑，广场上有50多座寺庙和宫殿，从中古世纪以来就维持原有的建筑形式与风采。广场及附近的建筑是世界文化遗产。杜巴广场是加德满都最有名的广场，也是观赏尼泊尔寺庙建筑的好地方。这里囊括了尼泊尔十六世纪至十九世纪之间的古迹建筑，广场上总共有五十座以上的寺庙和宫殿。景点主要有独木庙、阿育王比纳亚克寺、库玛丽女神庙、纳拉扬神庙、湿婆-帕尔瓦蒂庙、哈努曼多卡宫、塔莱珠女神庙、黑贝拉伯等。下午 ，特别安排古老的颂钵疗愈体验（60分钟），颂钵是一种源于古代亚洲，特别是尼泊尔、印度北部、西藏等地的传统打击乐器，其制作工艺精细，有的颂钵甚至是以喜马拉雅山的陨石烧熔提炼后，再由手工打造而成，并刻有各种符号或图腾，以增加其文化意义和美感。在藏传佛教的寺庙和修行中，颂钵被广泛使用，其声音被认为可以帮助冥想者进入深度冥想的状态，平静心灵，净化能量。颂钵的振动和声音能够与人体内的能量场产生共鸣，促进能量的流动和平衡，从而达到疗愈身心的目的。通过声音的频率和振动的频率把身体中堵塞的能量疏散开来，引起身体内的分子共振，让人在和谐稳定的颂钵频率中，体验深层放松的舒畅与宁静。前往有“洋人街”称号的泰米尔街区自由活动（120分钟），泰米尔街是加德满都著名的商业街道，这里游人如织，可以在这里选购颇具尼泊尔特色的手信。随后前往尼泊尔当地餐厅享用尼泊尔特色风味歌舞餐。 | 早餐：酒店自助餐 午餐：当地餐厅 晚餐：当地餐厅  | 自理 |
| D9 | 早晨抵达广州早晨抵达广州结束美好行程 | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** |  大交通：广州-加德满都往返机票及税（不含航司临时通知的涨幅，可申请全国联运，费用详询） 酒店：行程表上所列酒店；（以两位成人共用1 房为原则；全程不提供拼房，如需单人入住，敬请补足房差！） 餐食：行程中所示餐（游客因个人原因放弃用餐费用不退） 交通：采用专车，及行程内所列之各种交通工具。 游览项目：行程表上所列各项游览项目及第一门票。 尼泊尔当地中文男导游；每人一天一瓶矿泉水； 行程内容（景点+餐）为打包报价，所以不用不退不补！行程内容在不减少项目的基础上，导游可以调整行程顺序 |
| **费用不包含** |  境外导游及司机小费 1200 元/人（报名时与团费付清）； 单间差（如一人使用一间房间则需支付RMB1800元/人）； 尼泊尔旅游签证（现尼泊尔对中国大陆护照落地签免费，其他护照USD30/本）； 境外人身意外保险请单独购买；各类应付税款； 机票及机场费；机场候机、转机时间内用餐由客人自理；行李托运或超重费用； 因客观原因需要更换上述酒店所产生的房费差价格。 一切私人费用（例如洗衣、电话、传真、上网、收费电视节目、游戏、宵夜、酒水、邮寄、机场和酒店行李搬运服务、购物、行程列明以外的用餐或宴请等费用）； 因个人疏忽、违章或违法引起的经济损失或赔偿费用； 行程列明以外的景点或活动所引起的任何费用； 因气候或飞机、车辆、船只等交通工具发生故障导致时间延误或行程更改引起经济损失和责任；因个人原因滞留产生的一切费用； 因原报价信息与实际接待不符引起的一切额外费用（例如原报价人数与实际接待人数不符合，或原列明无夫妻但接待时发现有夫妻而要求同住产生的费用，等等）； 其他行程中以及上述“报价包含”条款中未列明的一切额外费用。 凡景区、餐厅、服务站等场所内设有购物店，不属于我社安排的购物店谨慎购买，如购买记得索要发票以免上当受骗。 旅游意外险 |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 1. 有效期6个月以上护照首页即可（按回程日期计算，并且保证护照最少有3页空白签证页）2. 护照首页必须清晰 |