

TIBMU8: คนหมิง-นครลาซา-เมืองหลินจือ-หลู่หลาง-พระราชวังโปตาลา-เมืองซิกาเซ-วัดตาสึลุนโป 8 วัน 7 คืน(MU)



ทิเบต (Tibet) หนึ่งในจุดหมายปลายทางในฝันของใครหลายคน ที่ปักหมุดว่าอยากจะไป **ท่องเที่ยว**สักครั้งในชีวิต ด้วยภูมิประเทศที่เต็มไปด้วยความสวยงามของธรรมชาติ ทั้งภูเขา ที่ราบสูง ทะเลสาบ และภูมิอากาศเย็นสบายตลอดเกือบทั้งปี รวมถึงสถาปัตยกรรมแบบพุทธศาสนาต่างๆ ที่มีอยู่ทั่วไปสำหรับคนที่อยากทำความรู้จัก ทิเบตให้มากขึ้น หากมีโอกาสก็ค่อยเดินทางไปสัมผัสด้วยตาตัวเอง **เขตปกครองตนเองทิเบต** หรือที่เราเรียกกันสั้นๆ ว่า **ทิเบต** ตั้งอยู่ใจกลางทวีปเอเชีย ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ของประเทศจีน มีพื้นที่ติดต่อกับมณฑลต่างๆ ของจีน ประเทศภูฏาน และประเทศเนปาล โดยมีเมืองหลวงชื่อ **ลาซา (Lhasa)** จัดเป็นเขตปกครองตนเองที่มีพระเป็นผู้นำ ชาวทิเบตจึงนับถือศาสนาพุทธนิกายวัชรยาน **ทิเบต** มีพื้นที่ทั้งหมด 1,200,000 ตารางกิโลเมตร ประกอบไปด้วย 7 จังหวัด คือ ลาซา(เมืองหลวง), นาชูตี้ชู (Nagchu Prefecture), ชางตูตี้ชู (Chamdo Prefecture), หลินจือตี้ชู (Nyingtri Prefecture), ชานหนานตี้ชู (Shannan Prefecture), ลีอากาเสอตี้ชู (Shigatse Prefecture), อาหลี่ตี้ชู (Ngari Prefecture)

LHASA-ลาซา (ซีจ้าง) เมืองหลวงของทิเบต เป็นดินแดนสวรรค์บนฟ้าที่เรียกขานกันว่า **"หลังคาโลก"** ตั้งอยู่ สูงกว่าระดับน้ำทะเลถึง 3,656 เมตร ออกซิเจนที่จึงค่อนข้างจะบางเบา **มีแม่น้ำยาลูจ้างปูเจียงไหลผ่าน** เชื่อกันว่าบรรพบุรุษชาวทิเบตเป็นชนเผ่าเร่ร่อนในเขตเอเชียกลางที่อพยพย้ายถิ่นเข้ามา กษัตริย์ทิเบตองค์แรกมีพระนามว่า **"นยาดรีเซนโป"** ในปี ค.ศ.1720 จีนเริ่มแผ่อำนาจเข้ามาทิเบต ในปลายศตวรรษที่ 19 อังกฤษเริ่มเข้าแทรกแซงทิเบตรวมถึงรัสเซีย จนจีนมีการปฏิวัติวันวายและเมื่อจีนสามารถตั้งสาธารณรัฐประชาชนจีนได้ในปี ค.ศ.1949 และในปี ค.ศ.1951 ทางประเทศจีนได้ใช้กำลังทหารจากเมืองเฉิงตูบุกเข้ายึดครองทิเบต ทำให้องค์ดาไลลามะ ต้องอพยพออกจากทิเบตพร้อมด้วยผู้ติดตามอีกประมาณ 5 หมื่นคนและได้ไปตั้งถิ่นฐานแห่งใหม่ของตนเองในประเทศอินเดียและเนปาล **ลาซา** เป็นเมืองหลวงทางศาสนาและการปกครองของ**ทิเบต**มา



ตั้งแต่กลางศตวรรษที่ 17 มีสถานที่สำคัญทางวัฒนธรรมของ**ชาวทิเบต** อาทิเช่น**พระราชวังโปตาลา** (พระราชวังฤดูหนาว), **วัดโจคัง** (Jokhang Temple) หรือภาษาจีนเรียกว่า **"ต้าเจ้าซือ"**, **ข้อปึงถนนแปดเหลี่ยม** หรือ **ตลาดบาเคอร์**, **ทะเลสาบยัมดรอก** (Yamdruk Tso), **เมืองเจียนเซ่** (Gyantse) แวะถ่ายรูปที่ **ธารน้ำแข็งคาโรลา** (Kharola Glacier) เป็น**ธารน้ำแข็งขนาดใหญ่**, **เมืองรือคาเจ้อ** หรือ **ซิกัตเซ่** (Shigatse) เมืองใหญ่อันดับ 2 ของทิเบต, **อารามตาสึลุนโป** (Tashi Lunpho Monastery)

กำหนดเดินทาง 03-10 เมษายน 2569

รายการเดินทาง

วันแรก สนามบินสุวรรณภูมิ-นครคนหมิง-เมืองลาซา (LHASA) (-/D)

04.30 น. คณะพร้อมที่อาคารผู้โดยสารออกระหว่างประเทศ สนามบินสุวรรณภูมิชั้น 4 เคาน์เตอร์เช็คอินสายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์(MU) เจ้าหน้าที่คอยให้การต้อนรับและอำนวยความสะดวกด้านสัมภาระและเอกสารการเดินทางทำผ่านขั้นตอนการตรวจคนออกนอกประเทศ

07.50 น. ออกเดินทางสู่**นครคนหมิง** โดยสายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์ (**China Eastern Airlines**) เที่ยวบินที่ **MU9622**



11.10 น.

ถึงท่าอากาศยานฉางสูย นครคุนหมิง (เวลาท้องถิ่นเร็วกว่าประเทศไทย 1 ชั่วโมง) เมืองแห่งฤดูใบไม้ผลิ เมืองเอกของมณฑลยูนนาน ซึ่งมีชนชาติต่างๆ ดำรงชีวิตอยู่ทั้งหมด 26 ชนชาติ เป็นมณฑลที่มีชนชาติมากที่สุดในประเทศจีน เป็นหนึ่งในสี่นครปกครองโดยตรงของสาธารณรัฐประชาชนจีน หลังผ่านพิธีตรวจคนเข้าเมือง แล้วนำท่านเช็คอินอาคารผู้โดยสารภายในประเทศ

14.30 น.

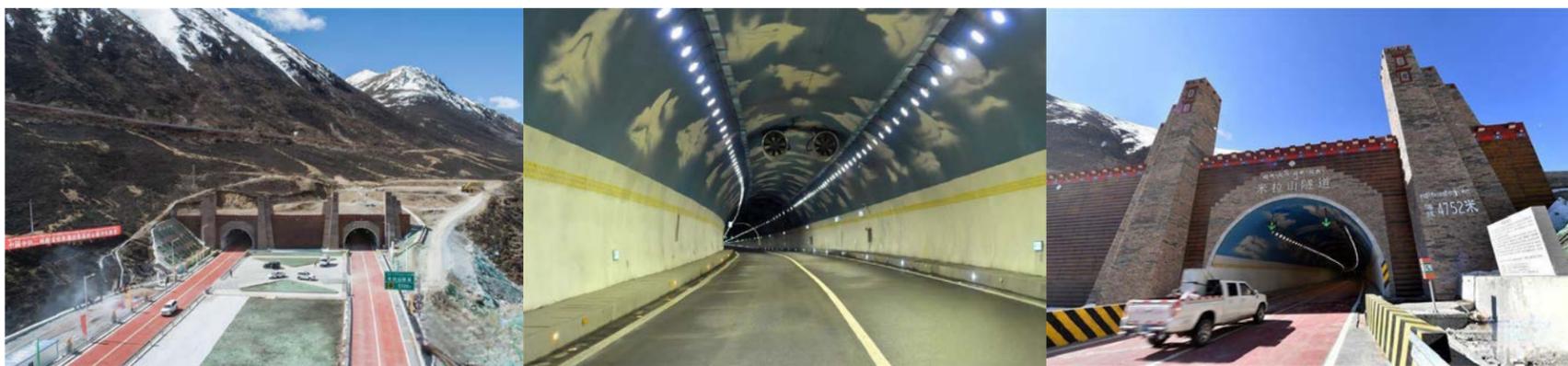
ออกเดินทางสู่**ลาซา** โดยสายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์ (China Eastern Airlines) เที่ยวบินที่ **MU9737**

17.30 น.

ถึงท่าอากาศยานนานาชาติลาซากงก้า (Lhasa Gonggar Airport) ลาซา เป็นเขตเมืองที่มีประชากรมากเป็นอันดับสองบนที่ราบสูงทิเบต รองจากเมืองซีหนิง และด้วยความสูง 3,656 เมตร(11,990 ฟุต) จึงเป็นหนึ่งในเมืองที่สูงที่สุดในโลก **ลาซา** มีชื่ออย่างเป็นทางการว่า**เขตเจียงกวน** ของเมืองลาซา เป็นเขตเมืองชั้นในของ**เมืองลาซาเขตปกครองตนเองทิเบต** ทางตะวันตกเฉียงใต้ของจีน ******ให้เวลาลูกค้าปรับสภาพร่างกายให้พร้อมท่องเที่ยวที่สูง ควรพักผ่อนให้เพียงพอ เพราะตั้งอยู่บนระดับความสูง และมีปริมาณออกซิเจนในอากาศน้อย เพื่อลดความเสี่ยงของอาการโรคแพ้ความสูง(Attitude Sickness)ควรพักผ่อนให้เพียงพอและใช้เวลาปรับตัวให้เหมาะสม******

ค่ำ

รับประทานอาหารค่ำ**ภัตตาคาร** หลังอาหารเข้าที่พักโรงแรม
- พัก Wusi Zang Hotel / De Peng Hotel / Himalaya Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า
พักผ่อนตามอัธยาศัย



วันที่สอง นครลาซา-อุโมงค์เขามิลลา-ทะเลสาบปาสงชัว-เมืองหลินจื่อ(B/L/D)

เช้า

รับประทานอาหารเช้าห้องอาหารโรงแรม หลังอาหารเช้าเดินทางสู่**เมืองหลินจื่อ (Linzhi หรือNyingchi)** ตามเส้นทางหลวงหมายเลข 318 ลอดผ่านอุโมงค์เขามิลลา (Mila Mountain Tunnel) โดยระหว่างทางสามารถชมทิวทัศน์ช่องเขามิลลา(Mila Pass) ซึ่งเดิมเป็นช่องเขาแคบที่ไถลกับลาซาที่สุดบนเส้นทางฉวนจั้ง (สายทิเบต-เสฉวน ระยะทางประมาณ 1,800 กว่า กิโลเมตร) สูงจากระดับ น้ำทะเล 5,013 เมตร เส้นทางสู่**หลินจื่อ (林芝)** เดินทางเลียบบแม่น้ำนิหยาง (Niyang River) บนทางหลวงหลินจื่อ-ลาซา (Lalin Highway) ที่ได้ชื่อว่า **"ทางหลวงที่สวยงามที่สุดในจีน"** **เมืองหลินจื่อ** ดินแดนที่ได้ชื่อว่า **"เจียงหนานแห่งทิเบต และสวิตเซอร์แลนด์น้อย"** อันอุดมด้วยป่าบุกเบิก (ป่าดงดิบ) ขนาดใหญ่เป็นอันดับ 3 ของจีน

เที่ยง

รับประทานอาหารกลางวัน**ภัตตาคาร** ระหว่างทาง หลังอาหารเดินทางต่อสู่**ทะเลสาบ Basongcuo** Scenic Area ซึ่งตั้งอยู่ในอำเภอกงบุเจียงต้า (Gongbujiangda) มีชื่อเรียกอีกว่า "ทะเลสาบชัวเกา (Chogao Lake หรือ Basum Lake)" แปลว่า "น้ำสีเขียว" เนื่องจากมีทัศนียภาพงดงามคล้ายทะเลสาบในสวิตเซอร์แลนด์ โดยทะเลสาบแห่งนี้ตั้งอยู่ที่ความสูง 3,500 เมตรจากระดับน้ำทะเล มีความยาวประมาณ 12 กิโลเมตร จุดลึกสุดกว่า 60 เมตร พื้นที่รวมกว่า 6,000 หนุม (หน่วยพื้นที่ของจีนหรือประมาณ 3000ไร่) และถูกโอบล้อมด้วยเทือกเขาหิมะตลอดทั้งปี มีทิวทัศน์ของขุนเขาอันยิ่งใหญ่ และป่าสนสีเขียวอันอุดมสมบูรณ์ ช่วงฤดูใบไม้ร่วง ป่าไม้จะปกคลุมไปด้วยใบไม้และดอกไม้หลากสีตั้งแต่ริมทะเลสาบไปจนถึงภูเขา ทะเลสาบบาชัมถือเป็นดินแดนศักดิ์สิทธิ์ตามความเชื่อของพุทธศาสนาสายทิเบต นิกายหมวกแดง ทะเลสาบแห่งนี้นอกจากมีน้ำที่สวยงามแล้วยังมีเกาะลอยน้ำเล็กๆ ที่อยู่ห่างจากชายฝั่งเพียง 100 เมตร คือ**เกาะจาชี้ (Zhaxi Island)** หรือ**เกาะหูซิง** เป็นที่ตั้งของ **"วัดชัวงกงปา"** วัดโบราณเก่าแก่ในพุทธศาสนาทิเบต นิกายหมวกแดง ซึ่งสร้างขึ้นในสมัยราชวงศ์ถัง

มีประวัติศาสตร์ยาวนานกว่า 1,500 ปี ได้รับการยกย่องให้เป็นจุดชมวิวระดับธรรมชาติ 5A แห่งแรกและแห่งเดียวในทิเบต ได้เวลาสมควรเดินทางสู่**เมืองหลินจื่อ(Nyingchi)**



ถึงเมืองหลินจื่อ ซึ่งตั้งอยู่ทางตะวันออกเฉียงใต้ของเขตปกครองตนเองทิเบตในตอนกลางและตอนล่างของ**แม่น้ำพรหมบุตร** ระหว่างละติจูดเหนือ และลองจิจูดตะวันออก พื้นที่มีความกว้าง 646.7 กิโลเมตรในแนวตะวันออกและตะวันตก กว้าง 353.2 กิโลเมตรในแนวเหนือใต้ มีเส้นแบ่งเขตยาว 1006.5 กิโลเมตร และมีพื้นที่รวม 117,000 ตารางกิโลเมตร แต่อยู่ในการควบคุมจริงๆ แค่ 76,000 ตารางกิโลเมตร ที่ทำการตั้งอยู่ใน**เขตปาลี** ซึ่งอยู่เหนือระดับน้ำทะเล 3,000 เมตร และอยู่ห่างจากลาซา ซึ่งเป็นเมืองหลวงของเขตปกครองนี้ไปมากกว่า 400 กิโลเมตร เป็นนครระดับจังหวัดแห่งหนึ่งตั้งตอนตะวันออกเฉียงใต้ของเขตปกครองตนเองทิเบตในสาธารณรัฐประชาชนจีน ทางตะวันตกและตะวันตกเฉียงใต้จรด**ลาซา** และ**ชานหนาน** ทางตะวันออกและทิศเหนือจรด**ซั่มโต**และ**นักซู** ทางตะวันออกเฉียงใต้ติดต่อกับจังหวัดปกครองตนเองชนชาติทิเบต **ตี้ซิ่ง** และจังหวัดปกครองตนเองชนชาติ**ลีซอ****นู่เจียง** ในมณฑลยูนนาน และทางใต้ติดกับประเทศอินเดียและพม่า ทางใต้มีข้อพิพาทเรื่องดินแดนกับอินเดีย โดยทางจีนถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของพื้นที่ทิเบต **หลินจื่อ** ในภาษาทิเบตหมายถึง **"บัลลังก์แห่งดวงอาทิตย์"** จากนั้นรับประทานอาหารเช้า**ภัตตาคาร** หลังอาหารเช้าที่พักริโรงแรม

- พัก Dongchen Jinghui Hotel / Wanqingtang Hotel / Tianyu Zangmi Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า)



วันที่สาม อุทยานชุ่มน้ำยานี-แม่น้ำนีหยาง-สะพานกระจกชมวิวแม่น้ำนีหยาง เมืองหลู่หลาง-หมู่บ้านหลู่หลาง-เมืองหลินจื่อ (B/L/D)

เช้า รับประทานอาหารเช้าห้องอาหารโรงแรม หลังอาหารเช้าเดินทางสู่**อุทยานชุ่มน้ำยานี (Yani Wetland Park)** ตั้งอยู่บริเวณที่แม่น้ำทั้งสองไหลมาบรรจบกัน คือ**แม่น้ำแยหลู่จ่างปู้ (Yarlung Tsangpo)** และ**แม่น้ำนีหยาง (Niyang)** คาบเกี่ยวระหว่างเขตหลินจื่อและเมืองมิลิน (Millin) มีพื้นที่เกือบ 7,000 เฮกตาร์ และอยู่ที่ความสูง 2,920 เมตร ก็เกิดเป็นภาพธรรมชาติอันตระการตา ได้เวลาสมควรเดินทางกลับเมืองหลินจื่อ

เที่ยง รับประทานอาหารกลางวัน**ภัตตาคาร** ** ลิ้มรสอาหารพิเศษท้องถิ่น ****ไก่หม้อหินหลู่หลาง (Lulang Stone Pot Chicken)****

บ่าย เดินทางสู่**หมู่บ้านหลู่หลาง (Lulang Village)** **"สวีตเซอร์แลนด์แดนหลังคาโลก"** ตั้งอยู่ในเมือง Lulang เขต Bayi เมือง Nyingchi ห่างจากเมือง Bayi ไปทางทิศตะวันออกของเมืองหลินจื่อ 70 กิโลเมตร ที่ระดับความสูง 3,300 เมตรเหนือระดับน้ำทะเล ครอบคลุม**ทางหลวงเสฉวน-ทิเบต (G318)** และทำหน้าที่เป็นประตูสู่**แกรนด์แคนยอนยาร์ลงซาง หลู่หลาง** แปลว่า **"หุบเขาราชามังกร"** และ "สถานที่ที่เหล่าเทพเจ้าอาศัยอยู่" รู้จักกันในชื่อ "แห่งออกซิเจนธรรมชาติ" และ "ธนาคารยีนชีวภาพ" ยังคงมีคำพูดในหมู่คนว่า "เมื่อคุณมาถึงกบู่หลู่หลาง คุณจะลืมบ้านเกิดของคุณ" เมืองเล็กๆ ชื่อ Lulang หมู่บ้านเล็กๆ กลางหุบเขาหิมะ ที่โอบล้อมด้วยทุ่งหญ้า ป่าสน และวิว Namjagbarwa หนึ่งในภูเขาที่สวยงามที่สุดในโลก เส้นแห่งทิเบต หมู่บ้านเล็กๆ ท่ามกลางทุ่งหญ้าและขุนเขา สัมผัสวิถีชีวิตท้องถิ่นแบบดั้งเดิม บ้านไม้และวัฒนธรรมทิเบตแท้ๆ ภูเขาหิมาล้อมเป็นฉากหลังทุกมุมคือภาพสวยที่ไม่ควรพลาด อีสระให้ท่านเก็บภาพประทับใจตามอัธยาศัย พื้นที่นี้มีความสำคัญเชิงยุทธศาสตร์มากขึ้นหลังจากการปลดปล่อยทิเบตในปี พ.ศ. 2493 โดยกองทัพปลดปล่อยประชาชนจีน (PLA) ได้สร้างถนน



สายแรกที่ยิงได้ทุกสภาพอากาศผ่านหุบเขานี้ในปี พ.ศ.2497 กิจกรรมทางวัฒนธรรมที่สำคัญ ได้แก่ **เทศกาลม้า Lulang** ประจำปี ในเดือนกรกฎาคม ซึ่งจัดแสดงทักษะการขี่ม้า ของ Monpa และการเต้นรำเก็บเกี่ยว **Zhoqin** การเชื่อมต่อการขนส่งได้ขยายตัวด้วยการเปิดตัว **เส้นทางรถไฟลาซา-หลินจือ** ในปี 2021 ซึ่งช่วยลดเวลาเดินทางจากลาซาเหลือ 3.5 ชั่วโมง

- ชม **ภูเขาศักดิ์สิทธิ์เซอะจี้ลา** (Sacred Sejila Mountain) ภูเขาศักดิ์สิทธิ์ที่ตั้งอยู่ที่ระดับความสูงประมาณ 4,700 เมตร เป็นศูนย์กลางการจาริกแสวงบุญที่สำคัญ ตั้งอยู่ในฝั่งตะวันออกของเมืองหลินจือ มีวิวกว้าง มองเห็นทะเลสาบและยอดเขานาคาวาที่อยู่ด้านหลัง ทางเขามีพระคัมภีร์หลากสี โบสถ์วันนา ทศนิยมภาพอันงดงาม ยังสามารถมองเห็นวิวไกลๆ **ของภูเขานัมจาบาร์ว** ภูเขาแห่งนี้เป็นส่วนหนึ่งของเทือกเขาหิมาลัยฝั่งทิเบต ที่ตั้งอยู่เหนือโค้งใหญ่ของแม่น้ำยาร์ลุงซังโป ระหว่างเดินทางอยู่ในเขตหลินจือ เราจะได้เห็นยอดเขาสูง 7,700 เมตร ที่ถูกปกคลุมด้วยหิมะตลอดปีนี้จากจุดชมวิวหลายแห่ง
- เยี่ยมชม **สวนกษัตริย์ต้นสนโลก** เรียกต้นสนที่นี่ด้วย **"ราชาแห่งโลก"** สวนกษัตริย์ต้นสนเป็นที่รู้จักกันทั่วไปของการท่องเที่ยวและซื้ออย่างเป็นทางการว่า เขตอนุรักษ์ธรรมชาติยักษ์ไบเมืองบาเจ ที่นี่มีต้นไม้อายุกระจายอยู่ทั่วไป เป็นเบอร์ลินยักษ์ที่สมบูรณ์ ต้นสนโบราณในสวนมีรูปร่างแตกต่างกัน และต้นไม้อายุที่ปรากฏบนท้องฟ้าหายากในที่อื่น แต่ที่นี่เป็นป่าเป็นชั้นๆ และมีคุณค่ามาก ต้นที่ใหญ่ที่สุดมีความสูงมากกว่า 50 เมตร เส้นเอ็นเกือบ 15 เมตร และต้นไม้อายุมากกว่า 3200 ปี ผู้ใหญ่ 12 คน มารวมตัวกันเพื่ออุ้ม ขึ้นชื่อว่า **"พระธาตุมีชีวิต"** สมควรแก่ **"ราชาแห่งต้นสนโลก"**



- ชม **จุดชมวิวของทะเลป่าหลู่หลาง** เป็นป่าในภูเขาเมฆและทะเลหมอก ภาษาทิเบต Lulang แปลว่า **"หุบเขามังกรกษัตริย์"** สถานที่ท่องเที่ยวทั้งหมดงดงามราวกับภาพวาด มีภูเขาหิมะอยู่รอบๆ ดอกไม้อายุขัยในคูน้า และยังมีทุ่งหญ้าที่เรียบร้อยเหมือนการตัดแต่งด้วยมือ บ้านเรือนหลายหลังถูกสร้างขึ้นในป่าบนภูเขาที่ล้อมรอบด้วยน้ำและลำธารรอบๆ คดเคี้ยว และนับพันของดอกไม้ป่าที่เปิดเป็นสวรรค์บนดิน (Lulang Forest Sea Observation Deck) พื้นที่นี้รายล้อมด้วยป่าทึบและเทือกเขาสูง โดยด้านข้างสองฝั่งเป็นป่าสนและต้นสนเขียวขจีที่เรียงตัวลดหลั่นกัน ใจกลางเป็นทุ่งหญ้าเขียวขุ่มตัดเป็นระเบียบราวกับมนุษย์สร้างขึ้น ท่ามกลางทุ่งหญ้ามียาลาธารเล็กๆ ไหลผ่าน และดอกไม้ป่านานาพรรณ เช่น ดอกขุนสวา (Spring Flower), ดอกจือเวียน (Aster), ดอกเหมยสวา (Prunus mume) และดอกหมาจิ้งจอก (Pedicularis) บานสะพรั่ง เต็มไปด้วยเสน่ห์ของชุมชนชนบท



- เยี่ยมชม **หมู่บ้านหลู่หลาง** (Lulang International Tourism Town) เมืองนี้สร้างอยู่ใกล้น้ำ มีป่า ทุ่งหญ้า และหมู่บ้านที่เชื่อมถึงกัน อาคารศิลปะต่างๆ ผสานเข้ากับธรรมชาติอันมหัศจรรย์ได้อย่างสมบูรณ์แบบ ราวกับปราสาทในฝัน มีภูเขาและดอกไม้ผลิบานในฤดูใบไม้

ผลิ, ต้นไม้เขียวขจีในฤดูร้อน, ใบไม้เปลี่ยนสีในฤดูใบไม้ร่วง, น้ำใสและท้องฟ้าสีครามในฤดูหนาว เต็มไปด้วยเสน่ห์ของชุมชนชนบทที่มีไร่ไม้ บ้านไม้ สะพานไม้ และหมู่บ้านเกษตรกรรมที่กระจายตัวอย่างเป็นธรรมชาติ ทุกๆ ช่วงเวลาราวกับภาพวาดที่สวยงาม ได้เวลาสมควรเดินทางกลับเมืองหลินจือ

ค่า

รับประทานอาหารค่ำ **ภัตตาคาร** หลังอาหารเข้าที่พักโรงแรม

- พัก Dongchen Jinghui Hotel / Wanqingtang Hotel / Tianyu Zangmi Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า)

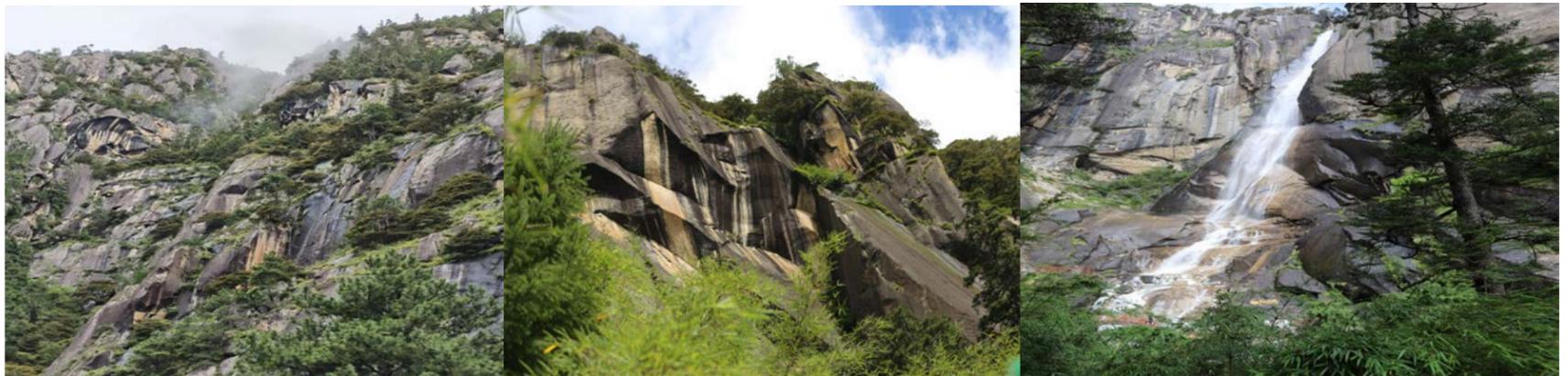


วันที่สี่

เมืองหลินจือ-คาคังโกว-นครลาซา-พระราชวังโปตาลา (B/L/D)

เช้า

รับประทานอาหารเช้าห้องอาหารโรงแรม หลังอาหารเดินทางสู่เขตท่องเที่ยว **อุทยานพุทธคาคังโกวดินแดนศักดิ์สิทธิ์** ตั้งอยู่ในเมืองบายี เขตบายี เมืองหลินจือ ทิเบต (ห่างจากเมือง Bayi ต้นไม้โบราณในคุน้ำสูงตระหง่าน น้ำไหลเอื่อย หน้าผาทั้งสองด้านมีรูปร่างแปลกตา มีพระพุทธรูปองค์ใหญ่ สัตว์ และอื่นๆ อีกมากมาย ภูมิทัศน์ทางพุทธศาสนาที่ สร้างขึ้นตามธรรมชาติ " **คาร์ดิ่ง** " ในภาษาทิเบตหมายถึง " **สวรรค์บนดิน** " สัมผัสความสงบแห่งศรัทธา พระพุทธรูปองค์ใหญ่ตั้งตระหง่านกลางขุนเขาและสายหมอก ทิวทัศน์รอบด้านที่มอง เห็นความงดงามเหนือคานบรรยายของธรรมชาติหลินจือได้แบบพาโนรามา สวรรค์บนดินที่ต้องมาสัมผัสด้วยตัวเอง บรรยากาศแบบหุบเขาสูงชันเสียดฟ้า ประกอบด้วย



- แ่งหินรูปทรงประหลาด ต้นไม้โบราณสูงตระหง่าน
- น้ำตกสูงเกือบ 200 เมตร ที่ตกลงมาเป็นสายดจ่ม่านเงิน
- ภาพสลักธรรมชาติคล้ายพระพุทธรูป(พระโพธิสัตว์กวนอิม เทพธิดา พระศากยมุนีพุทธเจ้า)
- สัญลักษณ์ทางพุทธศาสนาเช่น ****ธงมนต์*** ข้อความศักดิ์สิทธิ์ " **โอม มะณี เปะหมี่ ฮง** " ได้เวลาสมควรเดินทางกลับเมืองลาซา

เที่ยง

รับประทานอาหารกลางวัน **ภัตตาคาร** ระหว่างทาง หลังอาหารเดินทางต่อ

ถึงเมืองลาซา

- **ถ่ายภาพพระราชวังโปตาลา ยามค่ำคืน** เมื่อเมืองลาซาเริ่มสว่างไสวด้วยแสงไฟ เมืองโบราณอายุ 1,300 ปีแห่งนี้ผสมผสานความดั้งเดิมและความทันสมัยได้อย่างลงตัว กลายเป็นเมืองที่ไม่เคยหลับไหลบนหลังคาโลก



- **จุดเด่นของพระราชวังโปตาลาเวลากลางคืน** ความลึกลับอันน่าหลงใหล พระราชวังโปตาลาในยามค่ำคืนดูขรึมและศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่าตอนกลางวัน **น้ำพุเต็นระบา** ที่จัดสรรหน้าพระราชวังมีน้ำพุที่พวยพุ่งตามจังหวะเพลง สร้างบรรยากาศสนุกสนานท่ามกลางความขรึมของสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ **แสงสีตระการตา** ไฟประดับที่ส่องสว่างพระราชวังและอาคารโดยรอบ

ทำให้ดูเหมือน ภาพในเทพนิยาย **ณ จุดชมวิวยาหยาหวังชาน** ซึ่งเป็น**มุมมองรูปพระราชวังโปตาลาที่สวยงามที่สุด** ทำเลทองของนักถ่ายภาพ **เขาหยาหวังวาน** ตั้งอยู่ตรงข้ามพระราชวังโปตาลา ห่างเพียงไม่กี่ก้าว ทำให้เป็นจุดชมวิวยุคใหม่และถ่ายภาพที่สมบูรณ์แบบ โดยเฉพาะบริเวณกลางเขา ในยามเช้า คุณจะพบนักถ่ายภาพมากมายรวมตัวกันที่นี่ เพื่อรอจังหวะที่แสงแรกของวันสาดส่องกระทบพระราชวังโปตาลา เป็นภาพที่งดงามจนต้องหยิบกล้องมาบันทึกไว้



ค่า รับประทานอาหารค่ำ**ภัตตาคาร** หลังอาหารเข้าที่พักโรงแรม
- พัก Wusi Zang Hotel / De Peng Hotel / Himalaya Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า
พักผ่อนตามอัธยาศัย)

วันที่ห้า **พระราชวังโปตาลา-จุดชมวิวยาหยาหวังชาน-วัดโจคัง-ข้อปั้งสินค้ำ**
พื้นเมืองที่ถนนแปดเหลี่ยม (B/L/D)

เช้า รับประทานอาหารเช้าที่โรงแรม หลังอาหารออกเดินทางสู่วัดโปตาลา หรือพระราชวังโปตาลา - **พระราชวังโปตาลา(Potala Palace)** ตั้งอยู่ที่กรุงลาซา เขตปกครองตนเองทิเบต ประเทศจีนปราสาทนี้ถูกสร้างในลักษณะของวังซ้อนวัง พระราชวังวงนอกเรียกว่า วังขาว เพราะทาสีขาว สร้างเสร็จปี ค.ศ.1648 พระราชวังชั้นในเรียกว่าวังแดง ได้ชื่อตามผนังที่ทาสีแดง สร้างที่หลังวังขาวเกือบ 50 ปี ปัจจุบันพระราชวังโปตาลากลายเป็นพิพิธภัณฑ์และสถานสักการะ ภายในวังขาวมีสำนักงานโรงเรียนศาสนา ส่วนวังแดงเป็นส่วนที่ยังใช้ประกอบพิธีกรรมอยู่ เป็นศูนย์รวมใจของโปตาลา **พระราชวังโปตาลา** ตั้งอยู่บนยอดเขาแดงความสูงประมาณ 300 เมตร มีประวัติอันยาวนานกว่า 1,300 ปี ที่มีความสวยงามและอลังการมาก มีห้องมากกว่า 1,000 ห้อง ซึ่งนับว่าเป็นศิลปะสุด ยอดฝีมือที่สวยงามที่สุดของทิเบต ภายในพระราชวังโปตาลานี้จะมีอาคาร 13 ชั้น สูงประมาณ 400 เมตร สร้างขึ้นมาในคริสต์วรรษที่ 7 โดยกษัตริย์ ชงจ้าน กัมโป กษัตริย์ผู้ยิ่งใหญ่ของทิเบต ที่รวบรวมชาวทิเบตให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้สำเร็จ ซึ่งแรกเริ่มก็เพียงแต่จะสร้างขึ้นเพื่อให้เป็นป้อม และด่านเล็กๆ ให้แก่พระมเหสีเจ้าหญิงเหวินเฉิง (ประเทศจีน) และเจ้าหญิงภริคุดิ (ประเทศเนปาล) ของพระองค์เท่านั้น แต่ต่อมาทรงใช้ป้อมแห่งนี้เป็นการศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า หลังจากที่พระองค์ได้เปลี่ยนความเชื่อถือจากการนับถือลัทธิบอน อันเป็นความเชื่อถือเก่าแก่แต่โบราณกาลของชาวทิเบตในสมัยนั้นเปลี่ยนมานับถือศาสนาพุทธ และทำให้พระพุทธศาสนาเริ่มวางหลักปักฐานในทิเบต และเจริญรุ่งเรืองขึ้นมาตามลำดับ จนกระทั่งมีพระเป็นผู้ปกครอง ปัจจุบันนี้รูปทรงเดิมของป้อมและพระตำหนักดังกล่าวสองหลังนี้ก็ยังคงหลงเหลือให้เห็นอยู่บ้างท่ามกลางสิ่งก่อสร้างที่ตบแต่งเพิ่มเติมใหม่ ที่ต่อเติมเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน สำหรับสิ่งที่บูรณะซ่อมแซมเพิ่มเติม ในช่วงหลังๆ มานี้ส่วนใหญ่จะซ่อมแซมบูรณะในสมัยขององค์ดาไลลามะที่ 5 ประมาณปี พ.ศ.2188 ถึง 2236(องค์ดาไลลามะองค์ปัจจุบันนี้คือองค์ที่ 14) เพื่อให้เป็นพระราชวังฤดูหนาว พระราชวังโปตาลาแห่งนี้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน



คือ ส่วนของ**พระราชวังสีขาว สีแดง และสีเหลือง** สำหรับพระราชวังสีขาวนั้น เป็นส่วนของสังฆวาสน สำหรับเป็นที่อยู่อาศัยของพระสงฆ์ โรงเรียน และโรงพิมพ์ ส่วนที่เป็น**สีแดง**นั้นจะเป็นส่วนของพุทธาวาส สำหรับปฏิบัติกิจของสงฆ์ ประกอบไปด้วยสถูปทองซึ่งภายในบรรจุพระศพขององค์ดาไลลามะทั้ง 8 องค์เอาไว้ และส่วนที่เป็น**สีเหลือง**ที่ถูกเชื่อมโยงอาคาร เป็นที่ที่ประชุมสงฆ์ พระวิหาร โบสถ์ และห้องสมุดที่ใช้เก็บพระไตรปิฎก

ส่วนประกอบหลักของพระราชวังโปตาลา

- **ในปัจจุบัน** วังโปตาลาประกอบด้วยสิ่งปลูกสร้างหลายส่วนบนเนินเขาแดง โดยส่วนที่เด่นเป็นสง่า ที่สุด คือหอสีแดงตรงกลางสูง 13 ชั้น เรียกว่า "หงกง" แปลว่า "วังแดง" มีความสูงถึง 117 เมตร นับเป็นส่วนที่สูงที่สุดของวังแห่งนี้ โดยเมื่อรวมความสูงของเมืองลาซาที่วัดจากระดับน้ำทะเล ซึ่ง อยู่ที่ 3,650 เมตรแล้ว ยอดสูงสุดของวังโปตาลาจึงอยู่ที่ 3,770 เมตรจากระดับน้ำทะเล



- **วังแดง** หรือ หงกง ใช้เป็นที่ประดิษฐานสถูปที่เก็บพระศพขององค์ทะไลลามะหลายพระองค์อีก ทั้งยังเป็นที่ตั้งของหอพระพุทธและพระโพธิสัตว์จำนวนมาก

- **วังขาว** หรือ ไปกง แปลว่า ใช้เป็นที่ประกอบพิธีศาสนา และบริหารราชการแผ่นดินของทิเบต ทั้ง ยังใช้เป็นที่ประทับในฤดูหนาว ขององค์ทะไลลามะตั้งแต่องค์ที่ 5 เป็นต้นมา

- วังโปตาลาที่ตั้งบนเขาเนินแดงนั้น ด้านหลังพิงทิศเหนือ หันด้านหน้าไปทางทิศใต้ จากด้านตะวันตกจรดด้านตะวันออก มีความยาวถึง 360 เมตร เฉพาะพื้นที่ใช้สอยของสิ่งปลูกสร้าง มีมากกว่า 130,000 ตารางเมตร หอสีแดงหรือ "วังแดง" ที่อยู่ใจกลางนั้น ขนาบด้วยอาคารสีขาวทั้งซ้ายและขวา ส่วนอาคารสีขาวทางด้านทิศตะวันตก ไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของวังขาว เป็นแต่เพียงอาคารที่พักของพระสงฆ์ ที่มีหน้าที่ดูแลและประกอบพิธีทางศาสนาในวังโปตาลา นอกจากนี้ยังมีกำแพงสีขาวขนาดใหญ่ อีกส่วนหนึ่งอยู่ด้านหน้าของ "วังแดง" กำแพงแห่งนี้ใช้เป็นที่ยางหรือชิงช้า "ทังก้า" ขนาดใหญ่ ในช่วงที่มีเทศกาล "ไชไฟ" หรือเทศกาลกางผ้าพระกบณ กำแพงสีขาวนี้ต่อเชื่อมกับบันไดหินที่เอียงยักเฉียงไปเฉียงมา ซึ่งเป็นทางเดินขึ้นสู่วังโปตาลา



- **วังโปตาลา** นี้ยังมีสถานที่อีกหลายแห่งที่รวมกันเป็นส่วนหนึ่งของวังโปตาลา **อาคารสี่เหลี่ยม** ขนาดย่อมที่อยู่ระหว่างวังแดงและวังขาว เป็นที่เก็บผ้าทอทั้งก้านขนาดยักษ์ เพื่อใช้ในเทศกาลไชไฟ มีโรงพิมพ์พระคัมภีร์ โรงเรียนพุทธศาสนาอย่างทิเบต สวนและสนามมีที่คุมขัง โดยทั้งหมดนี้ถูกล้อมรอบด้วยกำแพงลักษณะแบบกำแพงเมืองอีกชั้นหนึ่ง มีป้อมและประตูทางเข้าเป็นจุดๆ รวมทั้งมีทาง ไหลรถยนต์วิ่งขึ้นไปถึงด้านหลังของเนินเขาแดงวังโปตาลา เพื่อสำหรับอนุเคราะห์พระสงฆ์ผู้สูงอายุ

เที่ยง

รับประทานอาหารกลางวัน **ภัตตาคาร** หลังอาหารชม

- **วัดโจคัง (Jokhang Temple)** หรือภาษาจีนเรียกว่า "**ต้าเจ้าซือ**" วัดสำคัญของชาวทิเบตสร้างขึ้นประมาณคริสต์ศตวรรษที่ 7 เป็นวัดหลังคาทองที่มีอายุมากกว่า 1,400 ปี บนหลังคาวัดมีรูปธรรมจักรและกวาง 2 ตัวนอนหมอบขนาบข้างหันหน้าเข้าหาธรรมจักรหุ้มด้วยทองคำแท้ เป็นดั่งสัญลักษณ์แห่งพระธรรมจักรกัปป์วัตนสูตร เพื่อใช้เป็นที่ยประดิษฐานพระพุทธรูปองค์พระประธานขนาดใหญ่ สูงประมาณ 3 เมตร มีนามว่า **พระศากยมุนีโจโว** ที่เจ้าหญิงคิดซัน จากเนปาล และเจ้าหญิงเหวินเจิง จากราชวงศ์ถัง นำมาเป็นของขวัญ เพื่อถวายแด่กษัตริย์ ของตัน กัมโป ของทิเบต ซึ่งภายหลังได้แต่งงานกับกษัตริย์ของตัน ทั้งสองพระองค์ ภายในวัดยังเป็นที่ยประดิษฐานรูปปั้นของทั้งสามพระองค์ **พระโจโวศากยมุนี** เป็น



ประพุทธรูปที่ชาวทิเบตให้ความเคารพนับถือสูงสุด เป็นวัดที่โดดเด่นไปด้วยงานทางสถาปัตยกรรมที่ผสมผสานศิลปะจากอินเดีย ทิเบต จีน และเนปาล ไว้อย่างลงตัว รวมทั้งยังมีสิ่งก่อสร้างที่เป็นโครงสร้างไม้และดินที่เก่าแก่ที่สุดในทิเบต เป็นสถานที่จัดเก็บสิ่งของล้ำค่าทางวัฒนธรรมไว้มากมาย วัดแห่งนี้ถือเป็นศูนย์รวมจิตใจและศักดิ์สิทธิ์ที่สุดของชาวทิเบต อีสระให้ท่านสักการะขอพรตามอัธยาศัย **วัดโจดง** ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นแหล่งมรดกโลก ของยูเนสโก ปี พ.ศ.2543 (ค.ศ.2000) ในฐานะสวนขยายกลุ่มอาคารประวัติศาสตร์ของพระราชวังโปตาลาในลาซา ซึ่งเป็นมรดกโลกตั้งแต่ปี พ.ศ.2537(ค.ศ.1994) เพื่ออำนวยความสะดวกในการอนุรักษ์

- **ข้อปั้งถนนแปดเหลี่ยม** หรือ **ตลาดบาเคอร์** เป็นถนนรอบ**วัดโจดง** เป็นทั้งเส้นทางจราจร (การเดินวนรอบสถานที่ศักดิ์สิทธิ์) เป็นการเชื่อมโยงจากชาตินี้สู่ชาติหน้า ที่ชาวทิเบตนับถือ และเป็นแหล่งข้อปั้งสินค้าพื้นเมือง ของที่ระลึกที่ใหญ่ที่สุดใน**นครลาซา** มีความยาว 800 เมตร เลือกซื้อสินค้าที่ระลึกต่างๆ ซึ่งจะมีพ่อค้า แม่ค้า ตั้งแผงวางขายสินค้าสารพัดมากมายตลอด 2 ข้างทาง และมีพระพุทธรูปที่นั่งสมาธิอยู่ริมทาง ซึ่งจะสวดมนต์ให้พรหากได้รับการบริจาคจากผู้มีจิตศรัทธา เชิญท่านเลือกชมและเลือกซื้อสินค้าพื้นเมืองอีสระ



ค่ำ รับประทานอาหารค่ำ**ภัตตาคาร** หลังอาหารเข้าที่พักโรงแรม
- พัก Wusi Zang Hotel / De Peng Hotel / Himalaya Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า
พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่หก	นครลาซา-ทะเลสาบยัมดรอก-ธารน้ำแข็งคาโลรา(ทะเลสาบศักดิ์สิทธิ์แห่งทิเบต)-เมืองซิกาเซ (B/L/D)
-----------------	--

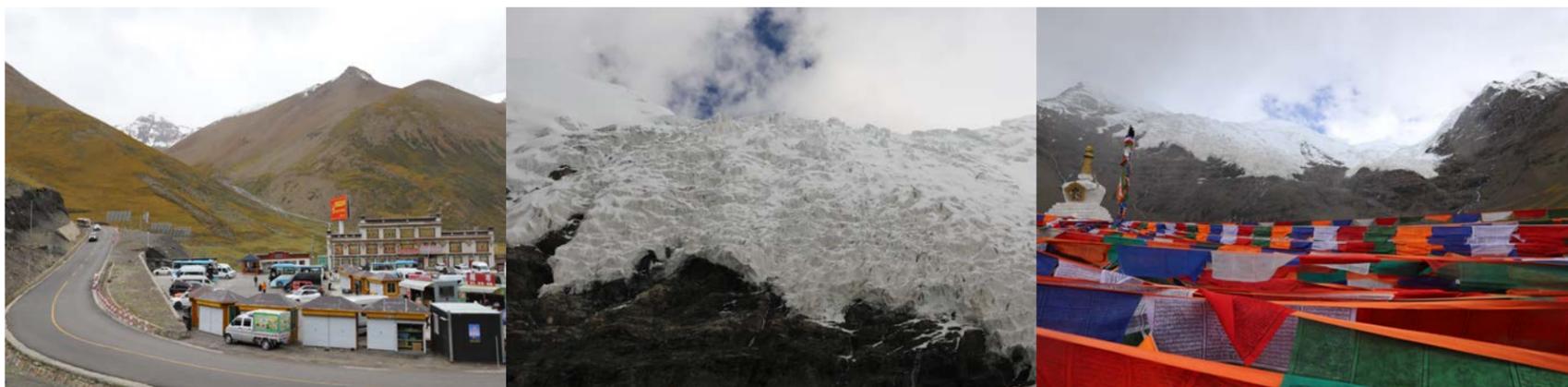
เช้า รับประทานอาหารเช้าที่ห้องอาหารเช้าโรงแรม หลังอาหารเดินทางสู่**เมืองซิกาเซ** ระหว่างทางชม
- **ทะเลสาบยัมดรอก (Yamdruk Tso)** หรือ **ทะเลสาบหยางจ้วงซั่ว** ได้สมญานามว่า **"คลังแห่งมัจฉาของทิเบต"** ทะเลสาบ แห่งนี้ตั้งอยู่บนความสูงกว่า 4,400 เมตรจากระดับน้ำทะเล และเป็นหนึ่งในทะเลสาบศักดิ์สิทธิ์สี่ แห่งของทิเบต (อีก 3 แห่ง คือ Lhama Latso, Manasarovar และ Man-tso) เป็นแหล่งรวมน้ำจาก Yarlung Tsangpo หรือแม่น้ำพรหมบุตร ตามความเชื่อของชาวทิเบต โดยทะเลสาบแห่งนี้มีน้ำไหลลงสู่ทะเลสาบที่ใหญ่ที่สุดในทิเบต ตั้งอยู่บนความสูงกว่า 4,411 เมตร จากระดับน้ำทะเล ทอดยาวกว่า 62 กิโลเมตร กว้าง 32 กิโลเมตร มีขนาดกว้างใหญ่กว่า 658 ตารางกิโลเมตร คดเคี้ยวเป็นรูปคล้ายแมงป่อง เวลามองจากด้านบนไกลๆ จะเห็นน้ำในทะเลสาบนี้มีสีฟ้าเป็นสีเทอควอยซ์และเปลี่ยนสีตามสภาพอากาศ และยอดเขาหิมะที่ปกคลุมด้วยหิมะขาวโพลน สะท้อนภาพทิวทัศน์อันงดงามราวกับภาพวาด อีสระให้ท่านถ่ายภาพชมทัศนียภาพแสนงามตามอัธยาศัย

นำทุกท่านแวะทั้งหมด 3 จุด



เที่ยง

- **จุดชมวิวแรก** อีสระถ่ายให้ถ่ายรูปคู่กับจามรี แพะ และสุนัข Tibetan Mastiff (ไม่รวมค่าถ่ายรูป)
- **จุดชมวิวที่สอง** อีสระให้ท่านได้ถ่ายกับป้ายสัญลักษณ์ที่ระบุความสูง 4,998 เมตร
- **จุดชมวิวที่สาม** อีสระให้ท่านได้ชมความสวยงาม และถ่ายรูปกับวิวทะเลสาบอย่างเต็มอิ่ม รับประทานอาหารกลางวัน **ภัตตาคาร** หลังอาหารเดินทางสู่ **ธารน้ำแข็งคาโรลา** (Kharola Glacier) ธารน้ำแข็งขนาดใหญ่ที่ระดับความสูง 5,560 เมตร เป็นสถานที่ถ่ายทำภาพยนตร์หลายเรื่อง เช่น Red River Valley, Battle of Gyantse และ The Ballad of Clouds and Waters ชม
- **ธารน้ำแข็งคาโรลา** เป็นจุดพักระหว่างทางบนทางหลวง ธารน้ำแข็งมีต้นกำเนิดจากภูเขา Noijin Kangsang (7,191 เมตร) ซึ่งเป็นหนึ่งในสี่ภูเขาศักดิ์สิทธิ์ของทิเบต จุดชมทิวทัศน์อยู่ติดกับถนนหลวง จึงสามารถชมธารน้ำแข็งอันงดงามและภูเขาศักดิ์สิทธิ์ที่ปกคลุมไปด้วยหิมะในระยะใกล้ได้อย่างง่ายดาย จากนั้นเดินทางต่อสู่ **เมืองชิกาเซ่** รถวิ่งผ่าน **เมืองเกียนเซ่ (Gyantse)** ตั้งอยู่สูงจากระดับน้ำทะเล 4,025 เมตร (13,210 ฟุต)



ค่ำ

- **ถึงเมืองชีกัดเซ่ (Shigatse)** เป็นเมืองใหญ่อันดับ 2 ของทิเบต และเป็นเมืองหลวงของเขต **Tsang** ศูนย์กลางการปกครองของเมืองระดับจังหวัดคือเขตซัมจูเจ้อซึ่งเทียบเท่ากับศูนย์กลาง เมืองประวัติศาสตร์ชีกัดเซ่ ซึ่งเป็นเมืองใหญ่อันดับสองของทิเบต ตั้งอยู่ห่างจากลาซาไปทางตะวันตกเฉียงใต้ประมาณ 280 กิโลเมตร (170 ไมล์) และเป็นที่ตั้งของวัดทาลึลซุนโปซึ่งแต่เดิมเป็นที่ประทับของปัญเชนลามะ **ชีกัดเซ่** เมืองใหญ่อันดับสองในเขตปกครองตนเองทิเบต แปลว่า **"ดินแดนอันอุดมสมบูรณ์"** ในภาษาทิเบต สำหรับนักเดินทางหลายคน ชีกัดเซ่เป็นศูนย์กลางการคมนาคมขนส่ง เนื่องจากเชื่อมต่อกับเนปาล ภูฏาน และอินเดีย ทางตอนใต้การทางตะวันตก อนาคตทางตอนเหนือลาซา และชานหนานทางตะวันออก นอกจากนี้ ชีกัดเซ่ยังเป็นหนึ่งในภูมิภาคที่สูงที่สุดในโลก ด้วยความสูง 3,845 เมตร จากทางตะวันออกของชีกัดเซ่ไปจนถึงทางตะวันตกของฐานทัพเอเวอเรสต์ ระดับความสูงก็เพิ่มขึ้นเป็น 5,200 เมตรเช่นกัน ระดับความสูงที่แตกต่างกันทำให้ชีกัดเซ่มีทิวทัศน์อันงดงามตระการตา ภูเขาศักดิ์สิทธิ์ แม่น้ำคดเคี้ยว และอารามศักดิ์สิทธิ์โบราณ ทั้งหมดนี้ล้วนคุ้มค่าแก่การมาเยือน ดังนั้นการเดินทางมายังชีกัดเซ่ จึงไม่เคยทำให้คุณผิดหวัง รับประทานอาหารค่ำ **ภัตตาคาร** หลังอาหารเข้าที่พักโรงแรม
- **พัก Gesaer Hotel / Wanxin Zhige Hotel / Sheli Bieyuan Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า**



วันที่เจ็ด เมืองชิกาเซ่-วัดตาลีซุนโป-นครลาซา-ค่าเฟ็ดทิเบต (B/L/D)

เช้า รับประทานอาหารเช้าที่ห้องอาหารโรงแรม

- **ชมอารามทาชิลุนโป** (Tashilunpho Monastery) สูงจากระดับน้ำทะเล 3,950 เมตร ถือเป็นศูนย์กลางพุทธศาสนาแบบทิเบตของ **Tsang** เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญและได้รับความนิยมมากที่สุดใน Shigatse ตั้งอยู่ที่เชิงเขา Tara ของ Shigatse วัดแห่งนี้ก่อตั้งโดยองค์ทะไลลามะองค์แรกในปี 1447 และขยายโดย Panchen Lamas องค์ที่สี่และต่อเนื่องกัน ดังนั้น Tashilhunpo จึงเป็นที่ตั้งของ Panchen Lamas ซึ่งเป็นบุคคลสำคัญอันดับสองในลำดับชั้นทางพุทธศาสนาแบบทิเบต Gelugpa รองจากองค์ทะไลลามะ วัดแห่งนี้เป็นที่ฝังศพของ Panchen Lamas และรูปปั้นพระศรีอริยเมตไตรย สักการะขอพรพระพุทธรูปพระศรีอริยเมตไตรย หรือพระพุทธเจ้าองค์สุดท้าย ที่สูงที่สุดในโลกด้วยความสูงถึง 26 เมตร พระพักตร์ของพระพุทธรูปดูสงบนิ่ง เบี่ยมด้วยเมตตา ให้ความรู้สึกสงบในจิตใจ และรับความโชคดีความสุขทั้งหมดรวมกันมาสู่ตัวเรา จากนั้นเดินชม**นาฬิกาแดด** เป็นส่วนเสาดตรงกลาง อันใหญ่ที่หุ้มด้วยขนหางจามรี โดยเงาของเสาจะเป็นตัวบอกเวลา ชมจิตรกรรมฝาผนังภาพ **"วงล้อชีวิต"** (wheel of life) ภาพวาดนี้เป็นสัญลักษณ์ของสังสารวัฏในพระพุทธศาสนา แสดงถึงการเวียนว่ายตายเกิด นรกและสวรรค์ โดยตรงกลางมีสัตว์ 3 ชนิด ได้แก่ หมู กูพิษ และไก่ กำลังไล่กัดกัน เป็นวงกลม ซึ่งสัตว์ทั้ง 3 ชนิดนี้เป็นสัญลักษณ์ของ อกุศลมูล 3 หรือ ยาพิษทั้ง 3 (Three poisons) ดังนี้



- **หมู** เป็นตัวแทนของความโลภ หรือโลภะ เนื่องจากหมูตะกละ
- **กูพิษ** เป็นตัวแทนของความโกรธ หรือโทสะ เนื่องจากงูมีความร้ายและมีพิษสง
- **ไก่** เป็นตัวแทนของความหลง หรือโมหะ เนื่องจากไก่มีขนสวยงาม และชอบขันเพื่ออวดตนเอง อีสระให้ถ่ายภาพพระอารามสวยๆ เมฆลอยเคลื่อนไหวหลังเนินเขา ทำให้ดูเหมือนมีชีวิตรุ่งงาม เป็นอย่างยิ่ง

- **อารามจาซือหลุนปูชือ** (TASHILHUNPO MONASTERY) ที่ประทับขององค์ปานเซนลามะ ผู้นำทางจิตวิญญาณอันดับ 2 ของทิเบต สร้างขึ้นปี ค.ศ.1447 ในรัชสมัยขององค์ดาไลลามะองค์แรก (ZGYALWA GENDUNDRUP) มีส่วนสำคัญ 4 ส่วน คือ **วิหารพระศรีเมตไตรย** ประดิษฐานพระศรีอริยเมตไตรยองค์ใหญ่ที่สุดในโลก สูง 26.2 เมตร สร้างขึ้นในปี ค.ศ.1914 โดยช่างศิลป์กว่า 900 คน ใช้เวลาสร้าง 4 ปี ควบคุมงานโดยปานเซนลามะองค์ที่ 9 องค์พระพุทธรูปสร้างด้วยทองแดงหนักและห่อหุ้มด้วยทองคำหนักกว่า 300 กก. พระพักตร์กระจ่างใส แกะสลักอย่างสวยงาม นิ้วพระหัตถ์แต่ละนิ้วยาวมากกว่า 1 เมตร ผ่านชมที่ประทับขององค์ปานเซนลามะ **ส่วนที่สอง** ที่บรรจุพระศพของปานเซนลามะองค์ที่ 4 สร้างเป็นสถูปสูง 11 เมตร นับเป็นสถูปเก่าเพียงสถูปเดียวที่รอดพ้นจากการทำลายในยุคปฏิวัติวัฒนธรรม ห่องบรรจุพระศพของปานเซนลามะองค์ที่ 10 (มรณภาพเมื่อปี ค.ศ.1989) ด้านหน้าสถูปจะแสดงภาพเมื่อครั้งท่านยังมีชีวิตอยู่ ล้อมรอบด้วยสายรุ้งที่สร้างจากกล่องคาไลโดสโคป เพดานห่องพระศพตกแต่งด้วยภาพกาลจักรมานดารา ฝาผนังเป็นภาพพระพุทธรูทจากทองคำแท้ **ส่วนที่สาม วัดเกลซัง** ชมโถงขุมนุหรืออุโบสถกลาง ซึ่งเป็นหนึ่งในอาคาร เก้าแก่ของอารามจาซือหลุนปูชือ **ส่วนที่สี่** **स्ताชิลุนโปโกธา** เป็นเส้นทางแสวงบุญรอบอารามมีระยะทาง 3 กิโลเมตร



เที่ยง
16.00 น.

รับประทานอาหารกลางวัน**ภัตตาคาร** หลังอาหารเดินทางกลับเมืองลาซา **ถึงลาซา คาเฟ่เชิงวัฒนธรรม (คาเฟ่ทิเบต)** บรรยากาศที่ผสมผสานวัฒนธรรมท้องถิ่นกับไลฟ์สไตล์สมัยใหม่ ณ เชิงพระราชวังโปตาลา คุณจะพบกับร้านคาเฟ่สุดพิเศษที่ผสมผสานเอกลักษณ์ทิเบต เข้ากับ วัฒนธรรมการดื่มกาแฟสมัยใหม่ กลายเป็นจุดแวะพักยอดนิยมทั้งสำหรับนักท่องเที่ยวและชาว ท้องถิ่น จิบกาแฟร้อนๆ ในมือ พร้อมรับลมเย็นๆ ที่พัดผ่านรู้สึกได้ถึงอารมณ์ผ่อนคลายอย่างลงตัว ระหว่างจิตวิญญาณทิเบตดั้งเดิมกับความทันสมัย เสี่ยง

สวมนต์ของพระทิเบตที่ลอยมาเบาๆ จากวัดไกลเคียงทำให้เหมือนได้ย่อนเวลาไปสัมผัสชีวิตชาวทิเบตในอดีต

ค่า

รับประทานอาหารค่ำ **ภัตตาคาร** หลังอาหารเข้าที่พักโรงแรม

- พัก Wusi Zang Hotel / De Peng Hotel / Himalaya Hotel (4 ดาว) หรือเทียบเท่า
พักผ่อนตามอัธยาศัย



วันที่แปด นครลาซา-สนามบินลาซากงก้า-สนามบินสุวรรณภูมิ (B/-)

เช้า

รับประทานอาหารเช้าที่ห้องอาหารโรงแรม

12.00 น.

ตามเวลาเที่ยวบินเดินทางสู่คุนหมิงต่อไฟลท์กลับกรุงเทพ ท่าอากาศยานนานาชาติลาซากงก้า
ออกเดินทางสู่ **นครคุนหมิง** โดยสายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์ **(China Eastern Airlines)**

เที่ยวบินที่ **MU9696**

14.25 น.

ถึงท่าอากาศยานนานาชาติฉางสู่ย **นครคุนหมิง** เป็นหนึ่งในท่าอากาศยานที่พลุกพล่าน 50 อันดับแรกของโลก ณ ปี 2024 เป็นศูนย์กลางเศรษฐกิจที่สำคัญในภูมิภาคจีนตะวันตก ความสำคัญทางเศรษฐกิจของเมืองได้รับอิทธิพลจากตำแหน่งที่ตั้งทางภูมิศาสตร์ เนื่องจากมีพรมแดนติดกับประเทศต่างๆ ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ จึงเป็นศูนย์กลางการขนส่งในจีนตะวันตกเฉียงใต้ โดยเชื่อมโยงทางรถไฟไปยังเวียดนามและลาว และทางถนนไปยังเมียนมาร์และไทย เมืองนี้ยังทำหน้าที่เป็นประตูสู่เอเชียตะวันออกเฉียงใต้และเอเชียใต้ด้วย และเมืองนี้ยังเป็นที่ตั้งของสถานกงสุลของประเทศในอาเซียนอีก 6 แห่ง



18.15 น.

ออกเดินทางกลับสู่ **กรุงเทพฯ** โดยสายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์ **(China Eastern Airlines)** เที่ยวบินที่ **MU9613**

19.50 น.

ถึง **สนามบินสุวรรณภูมิ** สมุทราคารา โดยสวัสดิภาพ พร้อมความประทับใจ

อัตราค่าบริการ สำหรับกรุ๊ป 16-20 ท่าน (กรุ๊ปไพรเวท กำหนดวันเดินทางได้)

กำหนดการเดินทาง	ผู้ใหญ่ พักห้องละ 2-3 ท่าน	ไม่มีราคาเด็ก	พักเดี่ยว เพิ่มท่านละ
03-10 เม.ย.69	59,900.-	-	6,900.-

หนังสือเดินทางไทยต้องมีอายุการเดินทางเหลือไม่น้อยกว่า 6 เดือน

มิฉะนั้น บริษัทฯ จะไม่รับผิดชอบใดๆ ทั้งสิ้น กรณีด้านตรวจคนเข้าเมืองปฏิเสธการเดินทางของท่าน

อัตรานี้รวม

- ตัวเครื่องบิน กรุงเทพฯ-คุนหมิง-ลาซา-คุนหมิง-กรุงเทพฯ และภาษีสนามบิน (รวมน้ำหนักกระเป๋า 20 กิโลกรัม สายการบินกำหนดให้ท่านละ 1 ใบ)
- รถโค้ชปรับอากาศห้องถิ่นจีน รับ-ส่ง และท่องเที่ยวตามรายการ
- ที่พักโรงแรม 7 คืน พักห้องละ 2-3 ท่าน ตามโรงแรมที่ระบุไว้ในรายการหรือระดับเทียบเท่า(มาตรฐานโรงแรมจีน

- กรณีห้อง TWIN BED (เตียงเดี่ยว 2 เตียง) ซึ่งโรงแรมไม่มีหรือเต็ม บริษัทขอปรับเป็นห้อง DOUBLE แทน โดยมีต้องแจ้งล่วงหน้า
- หากต้องการพักแบบ DOUBLE BED ซึ่งโรงแรมไม่มีหรือเต็ม ทางบริษัทขอปรับเป็นห้อง TWIN แทน โดยมีต้องแจ้งล่วงหน้า
- กรณีพักแบบ TRIPLE ROOM 3 ท่าน 1 ห้อง ท่านที่ 3 อาจเป็นเสริมเตียง หรือ SOFA BED หรือ เสริมฟูกที่นอน
- บัตรเข้าชมสถานที่ท่องเที่ยวตามรายการ
- อาหารตามระบุในรายการ
- ฟรีวีซ่าจีน (สำหรับชาวไทย)
- วีซ่าทิเบต
- ไกด์ท้องถิ่นจีน (พูดไทย)
- ประกันการเดินทางและรักษาพยาบาลท่านละ 1,000,000/500,000 บาท(เฉพาะอุบัติเหตุเท่านั้น)
- ไม่เข้าร้าน
- น้ำดื่ม
- ทิปไกด์ท้องถิ่น และพนักงานขับรถจีน

อัตรานี้ไม่รวม

- ทิปไกด์หัวหน้าทัวร์ไทย แล้วแต่ความพึงพอใจ
- อาหารและเครื่องดื่มนอกเหนือรายการ
- ค่าใช้จ่ายส่วนตัวทุกชนิด
- ค่าธรรมเนียมวีซ่าสำหรับผู้เดินทางชาวต่างชาติและผู้ถือเอกสารต่างด้าว
- ภาษีมูลค่าเพิ่ม 7% และหัก ณ ที่จ่าย 3%
- และอื่นๆ ที่มีได้ระบุในรายการ

เอกสารที่ใช้

- หนังสือเดินทาง(PASSPORT) ที่มีอายุใช้งานเหลือมากกว่า 6 เดือน มีหน้าว่างอย่างน้อย 2 หน้า พร้อมถ่ายหน้าพาสปอร์ตทุกท่าน แล้วส่งทางไลน์

เงื่อนไขการจอง ใช้สำเนาหน้าพาสปอร์ตมาที่ **Line..** พร้อมชำระมัดจำ ท่านละ **20,000** บาท หลังจากสำรองที่นั่ง ส่วนที่เหลือชำระก่อนเดินทาง 30 วัน

เงื่อนไขการยกเลิก

- ในกรณีเลื่อนวันเดินทาง จะต้องแจ้งให้ทราบภายใน 45 วัน ก่อนวันเดินทาง
- ยกเลิกการเดินทางก่อน 45 วัน คืนเงินมัดจำทั้งหมด
- ยกเลิกการเดินทางน้อยกว่า 45 วัน แต่ไม่ถึง 30 วัน เก็บค่าใช้จ่าย 50% ของราคาทัวร์เต็ม
- ยกเลิกการเดินทางต่ำกว่า 30 วัน หรือหลังจากที่การันตีกันไว้ หรือหลังจากส่งเอกสาร ซึ่งทางบริษัทฯ ได้เตรียมงานไปแล้วนั้น บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการคืนเงิน และไม่สามารถเรียกร้องค่าบริการคืนได้
- เมื่อทำการตกลงชำระค่าบริการแล้ว ไม่ว่าจะทั้งหมดหรือบางส่วนกับทางบริษัทฯ จะถือว่าท่านได้ยอมรับในเงื่อนไขและข้อตกลงต่างๆ ที่ได้ระบุไว้ทั้งหมดแล้ว

หมายเหตุ :

- ก่อนตัดสินใจจองทัวร์ ควรอ่านเงื่อนไขการเดินทางอย่างครบถ้วน แล้วจึงชำระมัดจำ เพื่อประโยชน์ของท่านเอง
- โปรแกรมการเดินทางข้างต้น อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม ทั้งนี้บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการแจ้งให้ทราบล่วงหน้า โดยยึดถือและคำนึงถึงประโยชน์ท่านเป็นสำคัญ
- บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ที่จะปฏิเสธความรับผิดชอบค่าเสียหายต่อชีวิตและทรัพย์สินที่เกิดขึ้นเนื่องจากเหตุการณ์ที่เกิดจาก ภัยธรรมชาติ การปฏิวัติ การจลาจลทางการเมือง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ และอื่นๆ ที่อยู่นอกเหนือการควบคุมของทางบริษัทฯ หรือ ค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมที่เกิดขึ้นทั้งทางตรงและหรือทางอ้อม เช่น การเจ็บป่วย การถูกทำร้าย การสูญหาย ความล่าช้า หรือ จากอุบัติเหตุต่างๆ ในระหว่างการเดินทาง หากท่านงดใช้บริการรายการหนึ่งรายการใด ถือว่าท่านสละสิทธิ์ ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการคืนเงินทุกกรณี

****เมื่อจองทัวร์และชำระเงินมัดจำแล้ว หมายถึงท่านยอมรับในข้อความและเงื่อนไขที่บริษัทฯ แจ้งไว้แล้ว****