

LIFE IS TRAVEL

1299/168 CASA VILLE RAMKHAMHENG-WONGWEAN 2,
KEHAROMKLAO ROAD, KLONGSONGTONNOON, BANGKOK 10520

1299/168 หมู่บ้านคชาวิลล์ รามคำแหง-วงแหวน 2 ถนนเคหะร่มเกล้า คลองสองต้นนุ่น กรุงเทพฯ 10520

 LIFEISTRAVELTOUR

 WWW.LIFEISTRAVEL.CO.TH.

 LIFEISTVL@GMAIL.COM

 @LIFEISTRAVEL

 092-141-6162

LIFE IS
TRAVEL



LIMITED PARTNERSHIP

ใบอนุญาตเลขที่ 11/05913



@LIFEISTRAVEL

ทแพต ลาซา หลนจย

นั่งรถไฟสายหลังคาโลก



มีนาคม - ตุลาคม 69



VZ3690 BKK-XNN 17:40-22:40

VZ3691 XNN-BKK 23:40-02:45+1

เริ่มต้น
62,888.-

ชมพระราชวังโปตาลา วัดด้าเจาซือ พิพิธภัณฑ์ทิเบต
ชมต้นสนยักษ์ที่เก่าแก่ที่สุดในโลก ทะเลสาบปาซงหู
มีบินภายในซีหนิง-ลาซา และนั่งรถไฟความเร็วสูง

กำหนดการเดินทาง

วันที่ 23 - 30 มีนาคม , 06 - 13 , 20 - 27 เมษายน 2569

วันที่ 11 - 18 , 25 - 31 พฤษภาคม 2569

วันที่ 01 - 08 , 22 - 29 มิถุนายน 2569

วันที่ 06 - 13 กรกฎาคม , 27 กรกฎาคม - 03 สิงหาคม 2569

วันที่ 10 - 17 , 24 - 31 สิงหาคม 2569

วันที่ 07 - 14 , 21 - 28 กันยายน 2569

วันที่ 05 - 12 , 19 - 26 ตุลาคม 2569

วันที่หนึ่ง	กรุงเทพ – ชีหนิง
-------------	------------------

- | | |
|----------|---|
| 14.30 น. | คณะพร้อมกันที่สนามบินสุวรรณภูมิ อาคารผู้โดยสารระหว่างประเทศขาออกชั้น 4 เคาน์เตอร์สายการบินเวียดนามเจท (VZ) โดยมีเจ้าหน้าที่ ๗ คอยอำนวยความสะดวก |
| 17.40 น. | ออกเดินทางสู่เมืองซีหนิง โดยสายการบินเวียดนามเจท เที่ยวบินที่ VZ 3690
(ใช้เวลาบินประมาณ 4 ชั่วโมง) |
| 22.40 น. | เดินทางถึง เมืองซีหนิง เป็นเมืองหลวงของมณฑลชิงไห่ ทางตะวันตกของประเทศจีน และเป็นเมืองที่มีขนาดใหญ่ที่สุดบนที่ราบสูงทิเบต นอกจากนี้ยังเป็นเมืองสำคัญทางประวัติศาสตร์ในฐานะศูนย์กลางการค้าบนเส้นทางสายไหมเหนือมานานกว่า 2,000 ปี ปัจจุบันยังทำหน้าที่เป็นชุมทางรถไฟสายชิงไห่ – ทิเบตด้วย หลังจากผ่านการตรวจคนเข้าเมืองแล้ว นำท่านกลับสู่ที่พัก
ที่พัก ➡ TIEDAO HOTEL หรือเทียบเท่า 4 * |

วันที่สอง	ซีหนิง – ลาซา (บินภายใน) – ชมวิวตอนกลางคืนพระราชวังโปตาลา
-----------	---

- | | |
|----------|---|
| เช้า | บริการอาหารเช้า ณ ที่พัก หลังอาหารเช้า นำท่านเดินทางสู่สนามบิน |
| 09.25 น. | เหินฟ้าสู่ เมืองลาซา โดยสายการบินลักกี้แอร์ (Lucky Air) เที่ยวบินที่ 8L 9517 |
| 11.50 น. | ถึงสนามบินเมืองลาซา เป็นเมืองเอกของเขตปกครองตนเองทิเบต เป็นเมืองที่มีชื่อเสียงในด้านประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของจีน คำว่า “ลาซา” ในภาษาทิเบตหมายความว่า “สถานที่ศักดิ์สิทธิ์” หรือ “พุทธสถาน” เมืองลาซามีแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมและธรรมชาติที่มีความสวยงามและเป็นเอกลักษณ์ หลังผ่านพิธีการตรวจคนเข้าเมืองแล้ว |

หมายเหตุ สายการบินอาจมีการเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการบินปรับเปลี่ยนของสายการบิน

- | | |
|---------|--|
| กลางวัน | บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร
นำท่านเดินทางสู่ที่พัก ให้ท่านได้พักผ่อนตามอัธยาศัย จนถึงเวลานัดหมาย

*** คำแนะนำในวันแรกของการเดินทาง หลีกเลี่ยงการสระผม อาบน้ำ หรือใช้แรงงานหนัก ควรรับประทานอาหารและเครื่องดื่มอย่างเพียงพอ เพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อนและปรับตัวให้เข้ากับสภาพอากาศและระดับความสูง***

ให้ท่านชมวิว พระราชวังโปตาลา ในยามค่ำคืน ถือเป็นประสบการณ์ที่น่าประทับใจมาก เนื่องจากตัวพระราชวังจะเปิดไฟสว่างไสว สร้างความงดงามและขลังยิ่งขึ้นในความมืด จุดชมวิวที่ได้รับความนิยม คือ บริเวณจัตุรัสโปตาลา ซึ่งจะเห็นภาพสะท้อนของพระราชวังในสระน้ำเทียม และอีกจุด คือ เนินชาชกโปริ (CHAKPORI HILL) ที่อยู่ด้านหน้าซึ่งสามารถมองเห็นพระราชวังได้จากมุมสูง |
|---------|--|



- | | |
|-----|---|
| ค่ำ | บริการอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร
จากนั้นนำท่านเข้าสู่ ที่พัก ➡ LA WEL INT HOTEL หรือเทียบเท่า 4 * |
|-----|---|

วันที่สาม

ลาซา - ดำหนักนอร์บูหลิงมา(รวมรถกอล์ฟ) - พิพิธภัณฑ์ทิเบต

เช้า

บริการอาหารเช้า ณ ที่พัก หลังอาหาร นำท่านชมพระราชวังฤดูร้อนดำหนักนอร์บูหลิงมา อันเป็นพระราชวังฤดูร้อนคู่กันกับพระราชวังฤดูหนาวโปตาลา ความหมายเดิมของชื่อ นอร์บูหลิงมาแปลว่า “สวนอัญมณี” สร้างขึ้นในช่วงหลังศตวรรษที่ 18 ปี พ.ศ. 2298 ก่อนกรุงศรีอยุธยาจะแตก 12 ปี โดยดาไลลามะที่ 7 สมัยต่อๆ มา ดาไลลามะองค์อื่น ๆ ได้สร้างต่อเติมส่วนของตนเองขึ้นมาเรื่อย ๆ แม้แต่ดาไลลามะองค์สุดท้ายก็ยังได้ต่อเติมพระราชวังของตนเองก่อนที่จะหนีออกจากทิเบต ในบริเวณโถงรับรองมีบัลลังก์เทวราช และงานจิตรกรรมฝาผนังเกี่ยวกับประสบการณ์ชีวิตในแง่มุมต่าง ๆ โดยมีกรอบเป็นภาพเขียนพุทธชาดก



นอร์บูหลิงมา ได้รับการขนานนามว่าเป็น “สวนพฤกษศาสตร์ที่ราบสูง” เนื่องจากมีพันธุ์ไม้และดอกไม้หายากมากกว่า 100 ชนิด ทั้งจากทิเบตและจากแผ่นดินใหญ่ของจีน การเดินเล่นภายใต้ร่มเงาของต้นไม้ที่หนาแน่นช่วยให้รู้สึกสดชื่นและแตกต่างจากสภาพแวดล้อมแห้งแล้งอื่นๆ บนพื้นที่ประมาณ **360,000 ตารางเมตร** ซึ่งถือว่าเป็นสวนที่มนุษย์สร้างขึ้นขนาดใหญ่ ที่สุดแห่งหนึ่งในทิเบต ด้านในแบ่งออกเป็น **3 ส่วนหลัก** ได้แก่

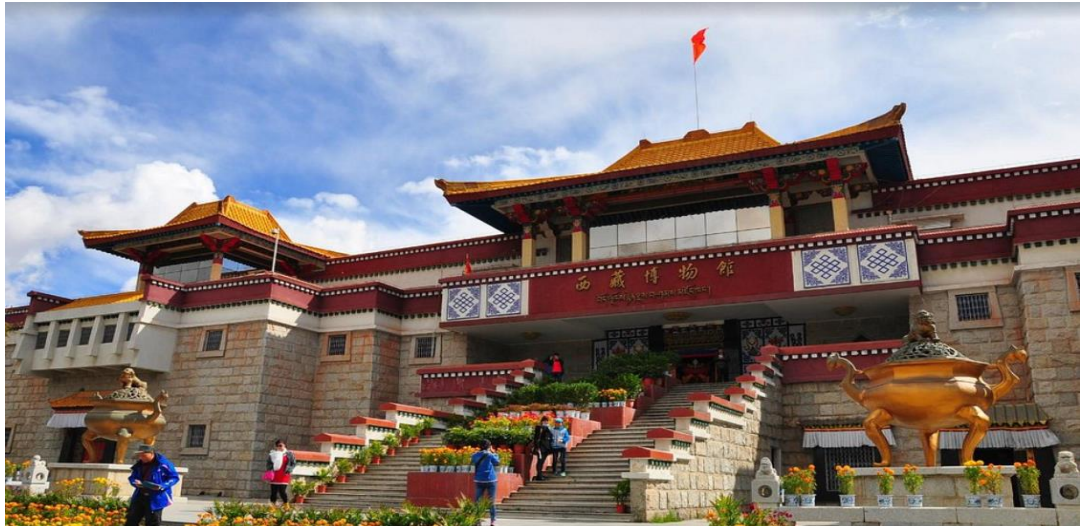
- **ดำหนักเคิลซัง (Kelsang Phodrang)** - พระราชวังดั้งเดิม ที่สร้างโดยดาไลลามะองค์ที่ 7 สถาปัตยกรรมประติมากรรมแบบทิเบตดั้งเดิมสถาปัตยกรรมงดงาม มีห้องทรงงานและห้องสวดมนต์ (ห้ามถ่ายภาพภายใน)
- **ดำหนักกลางน้ำ (Tsokyl Phodrang)** - ดำหนักที่ตั้งอยู่กลางบึงน้ำขนาดใหญ่ สร้างโดยดาไลลามะองค์ที่ 8 เป็นภาพที่งดงามและสงบเงียบที่สุดของนอร์บูหลิงมา
- **พระราชวังใหม่ (Takten Migyur Phodrang)** - สร้างโดยองค์ทะไลลามะที่ 14 (องค์ปัจจุบัน) เป็นอาคารที่เพื่อง สร้างขึ้นในช่วงทศวรรษ 1950 แม้จะใหม่กว่าแต่ก็ยังคงความสง่างามตามสถาปัตยกรรมทิเบต ชมจิตรกรรมฝาผนังภายในพระราชวังใหม่ มีภาพวาดฝาผนังที่มีชื่อเสียง ซึ่งบอกเล่าเรื่องราวของพุทธประวัติและประวัติศาสตร์ ทิเบต สวนสัตว์ขนาดเล็ก ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของพระราชวังเป็นพื้นที่เหมาะสำหรับพักผ่อนและชมสัตว์บางชนิด ที่อยู่ในสวน



กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร หลังอาหาร นำท่านชม พิพิธภัณฑ์ทิเบต (Tibet Museum)
สถานที่ที่สมบูรณ์แบบที่สุดในการทำความเข้าใจประวัติศาสตร์อันยาวนาน วัฒนธรรมอันลึกซึ้งและเอกลักษณ์ทางชาติพันธุ์ของดินแดน “หลังคาโลก” พิพิธภัณฑ์แห่งนี้สร้างขึ้นในวาระครบรอบ 40 ปี การสถาปนาเขตปกครองตนเองทิเบตโดยมีสถาปัตยกรรมที่โดดเด่น เป็นการผสมผสานระหว่างสถาปัตยกรรมแบบทิเบตดั้งเดิม (เช่น เสา, ซื่อ, ประตูที่มีสีสันสดใส) เข้ากับความทันสมัย แบบจีนได้อย่างลงตัว พิพิธภัณฑ์ทิเบตแบ่งพื้นที่จัดแสดงออกเป็นหลายส่วน ซึ่งครอบคลุมประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมทิเบตอย่างครอบคลุม จัดแสดงเป็น “4 ส่วนหลัก” ได้แก่

1. สมัยก่อนประวัติศาสตร์(Pre-history)—เครื่องมือหิน เครื่องใช้โบราณจากพื้นที่ทิเบตเหนือ / อารยธรรม ยุคหินใหม่
2. ความสัมพันธ์ระหว่างทิเบตกับจีนในอดีต และการเปลี่ยนแปลงทางการเมือง (History of Tibet as inalienable history)
3. วัฒนธรรมและศิลปะ (Culture & Art)—รวมถึง Thangka (ภาพจิตรกรรมบนผืนผ้า), ศิลปะทางศาสนา, ดุ๊กตา, เครื่องประดับ
4. วัฒนธรรมพื้นบ้าน (Folk Culture)—เครื่องแต่งกายทิเบต, ชุดประจำภูมิภาค, เครื่องมือชีวิตประจำวัน , ของใช้ท้องถิ่น



ค่ำ

บริการอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร

จากนั้นนำท่านเข้าสู่ ที่พัก  LA WEL INT HOTEL หรือเทียบเท่า 4 *

วันที่สี่

ลาซา – หลินจื่อ (โดยรถไฟ ที่นั่งชั้น2) – ต้นไม้โบราณจู๋ว๋หลิน (ต้นสนยักษ์)
หุบเขาคาตังโกว

เช้า

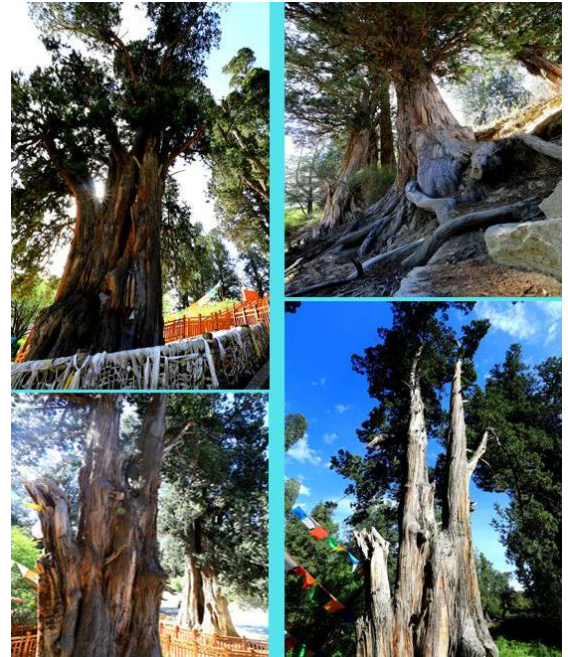
บริการอาหารเช้า ณ ที่พัก หลังอาหาร นำท่านออกเดินทางสู่**สถานีรถไฟ** เพื่อขึ้นรถไฟความเร็วสูง **ที่นั่งชั้น 2 ไปยังเมืองหลินจื่อ** ท่านจะได้สัมผัสประสบการณ์การนั่งรถไฟใต้หลังคาโลก (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 4 ชั่วโมง) บนรถไฟได้มีการติดตั้งระบบจ่ายออกซิเจนอย่างต่อเนื่อง รวมถึงระบบจ่ายออกซิเจนแบบกระจายในรถและช่องจ่ายออกซิเจนแยกจางหากใต้ที่นั่ง ระหว่างทางท่านสามารถชมทิวทัศน์และธรรมชาติที่งดงามได้



กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร หลังอาหารนำท่านสู่ **เขตนุรักษ์ธรรมชาติต้นไซเปรสยักษ์** ในตำบลบาเจีย **ป่าสนยักษ์ หรือที่รู้จักกันในชื่อ ราชาแห่งสนยักษ์ของโลก** มีป่าไซเปรสที่หนาแน่น และพัฒนาอย่างดี เป็นกลุ่มต้นไซเปรสโบราณที่ค่อนข้างสมบูรณ์ ต้นไซเปรสโบราณเหล่านี้มีความสูง เฉลี่ยประมาณ 44 เซนติเมตร และมีเส้นผ่านศูนย์กลางที่ระดับอกประมาณ 158 เซนติเมตร ใจกลาง ป่าไซเปรสมีต้นไซเปรสยักษ์ต้นหนึ่ง ขนาดมหึมาจนต้องใช้คนมากกว่าสิบคนโอบล้อม มันสูงกว่า 50 เมตร มีเส้นผ่านศูนย์กลางเกือบ 6 เมตร และเรือนยอดของมันปกคลุมพื้นที่กว่าหนึ่งเฮกเตอร์ จากการ คำนวณบ่งชี้ว่าต้นไซเปรสยักษ์ต้นนี้มีอายุ 2,000-2,500 ปี และได้รับการเคารพนับถือในฐานะ “ต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์” โดยคนในท้องถิ่น ป่าไซเปรสโบราณในอำเภอหลินจื่อถือเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ของ ชาวทิเบตในท้องถิ่น ตำนานเล่าว่าต้นไม้แห่งชีวิตของเลิรราบมิโป ผู้ก่อตั้งศาสนาบอน คือต้นไซเปรส โบราณต้นหนึ่ง ดังนั้น ต้นไม้ที่ใหญ่ที่สุดและเก่าแก่ที่สุดในป่าจึงมักประดับประดาด้วยธงภาวนา และมีหินมาหินวางกระจัดกระจายอยู่ทั่วป่า ดึงดูดผู้แสวงบุญ จากแดนไกล

นำท่านชม “**ต้นสนยักษ์ที่เก่าแก่ที่สุดในโลก**” มี อายุประมาณ **3,200** ปี คาดการณ์ได้ว่าต้นไม้ต้นนี้ เติบโตในช่วงราชวงศ์ซางและโจว ต้นสนยักษ์นี้มีชื่อว่า ต้นไซเปรสยักษ์ หรือ “ลักชินชีบา” ได้รับการรับรอง จากสำนักงานรับรองสถิติโลก (WRCA) ว่าเป็น **ต้นไซเปรสยักษ์ที่เก่าแก่ที่สุดในโลก** เป็นหนึ่งในสายพันธุ์ ไม้หายากและเป็นไม้เฉพาะถิ่นของประเทศ ต้นไม้ต้นนี้ มีเส้นรอบวง **14.8** เมตร สูง **57** เมตร และทรงพุ่มปกคลุมพื้นที่มากกว่าหนึ่งเฮกเตอร์



จากนั้นนำท่านสู่ **คางโดโกว** เป็นภูมิประเทศหุบเขาแบบทั่วไป มียอดเขาที่มีรูปร่างแปลกตา หิน ประหลาด และต้นไม้โบราณที่สูงตระหง่านเสียดฟ้า น้ำตกทั้งดงามตระการตาซึ่งมีความสูงเกือบ 200 เมตร ไหลลงมา และหน้าผาที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติได้ก่อตัวเป็นรูปทรงต่างๆ เช่น พระพุทธรูป เทพธิดา เจ้าแม่กวนอิม ผู้พิทักษ์ธรรม พระลามะกำลังสวดมนต์ เค้าศักดิ์สิทธิ์กำลังร้องเรียกสวรรค์ นกอินทรีศักดิ์สิทธิ์กำลังถวายเป็นพุทธบูชา และตะเกียงเนย การได้เห็นน้ำตกขนาดใหญ่เช่นนี้ในทิเบต ทำให้การเดินทางคุ้มค่า



ค่ำ

บริการอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร

จากนั้นนำท่านเข้าสู่ **ที่พัก** ➡ **YUNXI HOTEL** หรือเทียบเท่า 4 *

วันที่ห้า

หลินจือ – ทะเลสาบปาซงหุ (เกาะหูซิง) – ลาซา

เช้า

บริการอาหารเช้า ณ ที่พัก หลังอาหารเช้าท่านเดินทางสู่ **เกาะหูซิง** ชมความสวยงามของ **ทะเลสาบปาซงหุ** และวัดกลางน้ำหูซิง วัดที่เบตของลัทธิหมวกแดง ปาซงหุ เป็นพื้นที่ท่องเที่ยวระดับชาติ 5A อันดับแรกในทิเบต ที่มีชื่อเสียงที่สุดคือ เกาะหัวใจของทะเลสาบ ซึ่งอยู่ห่างจากชายฝั่งประมาณ 100 เมตร สถานที่ท่องเที่ยวนี้มีชื่อเสียงที่เรียกว่าเกาะกังซินหรือเกาะหูซิน ตำนานเล่าว่าเกาะว่างเปล่าและลอยอยู่ในทะเลสาบ แนนอนว่านี่เป็นเพียงตำนาน แต่เกาะเล็กๆ แห่งนี้ก็มีชื่อเสียงมากเช่นกัน แม้ว่าเกาะจะไม่ใหญ่ แต่ทิวทัศน์ก็ดีมาก ต้นไม้เขียวชีย ต้นไม้โบราณปกคลุมท้องฟ้า น้ำทะเลสีฟ้าและท้องฟ้าสีครามโดยรอบ ภูเขาที่ปกคลุมด้วยหิมะตั้งตระหง่านอยู่ไกลๆ แต่ที่โด่งดังที่สุด คือ “วัดจุยจกงบา” บนถนน เป็นวัดสีแดงในศาสนาพุทธทิเบต ประดิษฐานอาจารย์ถั่วลิสง ที่มีอายุกว่า 1,500 ปี แค่นานในวัดก็นับไม่ถ้วน ไปเกาะตามเข็มนาฬิกา คุณยังสามารถเห็นรอยเท้าที่ทิ้งไว้โดยม้ารบของกษัตริย์กัลซาร์ รอยดาบที่ทิ้งระหว่างทางผ่านหุบเหวหนีเสียงกู่ หมู่บ้านชนบท บ่อมเพลิงพันปีชมวิวยุคที่ทันสมัยที่สวยงามยิ่ง เข้าสู่เมืองลาซา



กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร หลังอาหารเช้า ท่านเดินทางสู่ **นครลาซา** เมืองลาซา เป็นเมืองเอกของเขตปกครองตนเองทิเบต เป็นเมืองที่มีชื่อเสียงในด้านประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของจีน คำว่า “ลาซา” ในภาษาทิเบตหมายความว่า “สถานที่ศักดิ์สิทธิ์” หรือ “พุทธสถาน” เมืองลาซามีแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมและธรรมชาติที่มีความสวยงามและเป็นเอกลักษณ์

*** ชมดอกท้อที่หมู่บ้านดอกท้อหมู่บ้านก่าลา จัดเฉพาะช่วงปลายเดือนมีนาคม – กลางเดือนเมษายน เท่านั้น ***

** จากนั้นนำท่านสู่ **Gala Village** ตั้งอยู่ห่างจากเมือง Bayi เมือง Linzhi ไปทางตะวันออกเฉียงใต้ประมาณ 5-6 กม. โดยมีระดับความสูงเฉลี่ย 3,000 เมตร ที่นี่เป็นสถานที่ชมดอกท้อ Linzhi และเป็นสถานที่ที่ดีที่สุดในการชมดอกท้อในแม่น้ำ Niyang หมู่บ้านดอกท้อ Linzhi Gala เปิดตลอดทั้งวัน **ทุกปีประมาณปลายเดือนมีนาคม** หมู่บ้านดอกท้อกำลังจะจัด พิธีเปิด เทศกาลดอกท้อ Linzhi อย่าง ยิ่งใหญ่ **



ค่ำ

บริการอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร หลังอาหาร

นำท่านเข้าที่พัก  **LA WEL INT HOTEL** หรือเทียบเท่า 4 *

วันที่หก

พระราชวังโปตาลา – วัดต้าเจาซือ – ถนนแปดเหลี่ยม

เช้า

บริการอาหารเช้า ณ ที่พัก หลังอาหารเช้า นำท่านเดินทางเข้าสู่ **พระราชวังโปตาลา** ตั้งอยู่บนยอดเขาแดง ความสูงประมาณ 117 เมตร พระราชวังโปตาลา เป็นอาคารสูง 13 ชั้น ยาว 400 เมตร กว้าง 350 เมตร มีห้องต่าง ๆ เกือบ 1,000 ห้อง เริ่มสร้างเมื่อคริสต์ศตวรรษที่ 7 โดยกษัตริย์ผู้ยิ่งใหญ่ที่ได้รวบรวมทิเบตให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้สำเร็จ คือกษัตริย์ซงเชิน กัมโป (Songtsen Gampo) แรกเริ่มเพียงจะสร้างเป็นตำหนักให้แก่มเหสีชาวจีนและชาวเนปาลของพระองค์เอง ต่อมาทรงใช้ป้อมแห่งนี้เป็นที่ในการศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้า อาคารที่ต่อเติมในช่วงหลังนี้ ส่วนหลัก ๆ สร้างในสมัยของดาไลลามะที่ 5 ประมาณปี พ.ศ.2188-2236 (องค์ดาไลลามะ องค์ปัจจุบันคือองค์ที่ 14) เพื่อให้เป็นพระราชวังฤดูหนาว พระราชวังโปตาลา แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนของพระราชวังสีขาว สีแดง และส่วนที่เชื่อมที่เป็นสีเหลือง พระราชวังสีขาวเป็นส่วนของสังฆาวาส พระราชวังสีแดงเป็นส่วนพุทธาวาสสำหรับใช้ทำกิจของสงฆ์ และบรรจุพระศพขององค์ดาไลลามะ (ดาไลลามะองค์ที่ 5,7,8, 9,10,11,12 และ 13)



กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร หลังอาหาร นำท่านชม **วัดต้าเจาซือ หรือ Jokhang** เป็นวัดซึ่งมีอายุกว่า 1400 ปี เป็นแหล่งรวมศรัทธาของพุทธศาสนิกชนชาวทิเบต เป็นสถาปัตยกรรมที่ผ่านการผสมผสานอย่างลงตัวของศิลปะสมัยถังของจีนและศิลปะทิเบตโดยตัวอาคารสร้างแบบจีน และหลังคาตกแต่งประดับประดาแบบศิลปะทิเบต มีหลังคาทองคำ โดยพระวิหารหลวงมี 4 ชั้น ชั้นล่างของพระวิหารประดิษฐานพระพุทธรูปทองคำองค์โจโวริมโปเซ ซึ่งเป็นพระพุทธรูปที่พระมเหสีของพระเจ้าซงเชิน สันกัมโป พระนาง เหวินเฉิง แห่งราชวงศ์ถัง ได้นำติดตัวมาจากเมืองจีน นำท่านชมองค์พระพุทธรูปต่างๆ ซึ่งมีต้นกำเนิดจากอินเดียซึ่งวัดนี้จะมีคนท้องถิ่น เข้ามาเพื่อทำบุญจำนวนมาก นำท่านขึ้นสู่ชั้นสองชมรูปปั้นของ มเหสี พระนางเหวินเฉิง จากจีน และ เจ้าหญิงกริซติ จากเนปาล ซึ่งพระเจ้าซงเชิน สันกัมโป เป็นผู้ดำริให้มีการสร้างขึ้น จากนั้นนำท่านขึ้นสู่ชั้นสามซึ่งเป็นลานกว้างท่านจะได้ชม สัญลักษณ์ กวางหมอบ และ หลังคาทองคำ พร้อมเก็บภาพพระราชวังโปตาลาอย่างชัดเจน จากนั้นนำท่านชมการกราบแบบอังกาบประดิษฐ์ และการเดินเวียนเทียนรอบวัด ซึ่งเป็นการปฏิบัติอย่างเคร่งครัดของชาวทิเบต



จากนั้นให้ท่านได้อิสระเดินชมวิถีชีวิตหรือเลือกซื้อของฝากที่ **ถนนบาร์คอร์ (Bakhor Street)** หรือ**ถนนแปดเหลี่ยม** ซึ่งเป็นตลาดเก่าแก่ดั้งเดิมของชาวทิเบต นอกจากจะเป็นเส้นทางแสวงบุญแล้ว บาร์คอร์ยังเป็นตลาดโบราณที่มีชีวิตชีวาและเป็นแหล่งช้อปปิ้งของที่ระลึกที่สำคัญที่สุดของทิเบต



ค่ำ บริการอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร

นำท่านเข้าพักที่ **LA WEL INT HOTEL** หรือเทียบเท่า 4 *

(วันรุ่งขึ้นจะขึ้นรถไฟ กรุณาเตรียมของใช้ที่จำเป็นใช้บ่อยใส่ในกระเป๋าเล็ก เพื่อสะดวกในการหยิบใช้รถไฟไม่อนุญาตให้นำมีดพกผลไม้ ของมีคม เช่น มีด กรรไกร ขึ้นรถไฟ)

วันที่เจ็ด นักรถไฟสายหลังคาโลก ลาซา - ซีหนิง

เช้า บริการอาหารเช้า ณ ที่พัก หลังอาหารเช้าท่านเดินทางสู่สถานีรถไฟเพื่อเดินทางสู่ **เมืองซีหนิง**
 09.00 น. นำท่านขึ้นรถไฟขบวนท่องเที่ยวสุดหรูสายหลังคาโลก (เมืองจีน) สู่เมืองซีหนิง ขบวนที่ **Z9818** พักผ่อนบนรถไฟ (พักตูนอน ห้องละ 4 คน 4 เตียง ไม่มีห้องพักเดี่ยว) บนรถไฟมีการควบคุมระดับออกซิเจนให้เหมือนกับอากาศปกติทั่วไป (**ตารางเวลาเดินรถไฟ อาจมีการเปลี่ยนแปลง**) สํารวจขบวนรถไฟ ซึ่งเป็นรถไฟขบวนที่มีลักษณะพิเศษ คือ ปรับอุณหภูมิและความกดอากาศ เริ่มเปิดบริการเมื่อ 1 กรกฎาคม 2006 ผ่านเส้นทางอันงดงาม ผ่านสถาน

YANNGBAJIN.DAMXO.NAGQU.AMDO ,TANGGULA MOUNTAIN BANK OF TUOTUO RIVER , WUDAOLIANG , BUDONG SPRING,KUNLUN MOUNTAIN , GOLMUD ,XINING

อิสระพักผ่อนตามอัธยาศัย เก็บแรงไว้สำหรับวันต่อไป...ระหว่างทางท่านจะได้สัมผัสกับสภาพภูเขาหิมะสลับซับซ้อนและทุ่งหญ้ากว้าง ที่มีฝูง แพะ แกะ จามรี เล็มหญ้าอยู่เป็นระยะ ๆ ท่านจะได้สัมผัสกับท้องฟ้าสีคราม และแสงแดดอ่อน ๆ กระแทกกับภูเขาหิมะ

กลางวัน บริการอาหารกลางวัน **บนรถไฟ** หลังอาหาร อิสระพักผ่อน ตามอัธยาศัย

ค่ำ บริการอาหารค่ำ **บนรถไฟ** หลังจากนั้น ท่านสามารถพักผ่อนได้ตามอิสระ

ที่พัก **นอนบนรถไฟ (พักตูนอน ห้องละ 4 คน 4 เตียง ไม่มีห้องพักเดี่ยว)**



วันที่แปด	ซีหนิง – พิพิธภัณฑ์ชิงไห่ – สตรีทฟู้ดส่ายจิ้ง – ถนนคนเดินลี่เหมิง
------------------	--

- 06.40 น. ถึงสถานี**รถไฟซีหนิง** เมืองเอกของมณฑลชิงไห่ มณฑลขนาดใหญ่ซึ่งตั้งอยู่บนที่ราบสูง ทิเบต-ชิงไห่ ที่มีความสูงเฉลี่ยกว่า 3,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล มีประชากรเบาบางเพียงประมาณ 5 ล้านคน ภูมิภาคนี้เป็นภูเขาและที่ราบสูง เส้นหมี่ของชิงไห่ คือความรกร้างห่างไกลแล้วความเป็นอยู่ของชนเผ่าเร่ร่อน เมืองนี้เป็นศูนย์กลางการค้าตามเส้นทางสายไหมเหนือทางเหนือซีมานานกว่า 2,000 ปีและเป็นที่มั่นของราชวงศ์ฮั่น สุย ถัง และซ่ง เพื่อต่อต้านการโจมตีของชนเผ่าเร่ร่อนจากตะวันตก แม้ว่าจะเป็นส่วนหนึ่งของมณฑลมานาน
- เช้า บริการอาหารเช้า หลังอาหารนำท่านเดินทางสู่ **พิพิธภัณฑ์วัฒนธรรมทิเบตชิงไห่ (QINGHAI PROVINCE MUSEUM)** ตั้งอยู่ในเขตเฉิงเป่ย์ นครซีหนิง เมืองเอกมณฑลชิงไห่ ทางด้านตะวันตกเฉียงเหนือของจีน เป็นพิพิธภัณฑ์แห่งชาติชั้นนำแห่งเดียวที่ครอบคลุมทุกด้านและเปิดกว้าง ซึ่งอุทิศตนเพื่อการรวบรวม การอนุรักษ์ การจัดแสดง การวิจัย การศึกษา และการอนุรักษ์วัฒนธรรมทิเบต พิพิธภัณฑ์วัฒนธรรมทิเบตชิงไห่ สร้างขึ้นในปี พ.ศ. 2549 (ค.ศ. 2006) ด้วยพื้นที่ก่อสร้างรวม 12,000 ตารางเมตร เป็นพิพิธภัณฑ์ครบวงจรแห่งเดียวในโลกที่รวบรวม อนุรักษ์ จัดแสดง และศึกษาวัฒนธรรมทิเบตอย่างครอบคลุม นอกจากนี้ยังเป็นตัวอย่างที่ดีที่สุดของการเปิดประเทศสู่โลกภายนอก ความสามัคคี และความก้าวหน้าทางชาติพันธุ์ของมณฑลชิงไห่
- กลางวัน บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร หลังอาหารให้ท่านได้อิสระช้อปปิ้ง ณ **สตรีทฟู้ดส่ายจิ้ง (SUIJING ALLEY)** เป็นหนึ่งในถนนอาหาร 3 สายหลักของเมืองซีหนิง ขึ้นชื่อเรื่องอาหารท้องถิ่น และบรรยากาศที่คึกคัก นอกจากอาหารแล้วยังมีร้านค้าขายเสื้อผ้าและของใช้ต่างๆ ให้เลือกเดินชม โดยชื่อของตลาดมาจากบ่อน้ำจัดโบราณที่เคยตั้งอยู่บริเวณนี้
- จากนั้นนำท่านเดินทางสู่ **ถนนคนเดินลี่เหมิง (Limeng Commercial Pedestrian Street)** ตั้งอยู่ในใจกลางเมืองซีหนิง มณฑลชิงไห่ เป็นแหล่งรวมความทันสมัย วัฒนธรรมท้องถิ่น และอาหารเลิศรส ที่สำคัญ คือ ได้รับการจัดอันดับให้เป็น เขตท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมระดับ AAAA ของประเทศจีนและเป็น “ถนนการค้า ที่มีชื่อเสียงของจีน” ที่นี่เป็นศูนย์กลางรวมการท่องเที่ยวที่ครบวงจร ที่เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสกับวัฒนธรรมของ ชาวซีหนิงและชิงไห่ได้อย่างแท้จริงถนนคนเดินลี่เหมิงเป็นสถานที่ที่ยอดนิยมที่สุดในการลิ้มลองรสชาติอาหารประจำภูมิภาคชิงไห่และอาหารพื้นเมืองของชาวมุสลิม (Hui Nationality) ที่อาศัยอยู่ในซีหนิง สองชิม อาหารพื้นเมืองชิงไห่ หมิวโร่วเมี่ยน (Niu Rou Mian) หรือบะหมี่เนื้อวัวรสเผ็ดสไตล์ชิงไห่แท้ๆ , ปานฝ่าน (Banfan) ข้าวผัดสไตล์ท้องถิ่น , และอาหารประเภทแป้งสาลี (Noodle & Wheat-based foods) ต่างๆ ร้านกาแฟและบาร์ : มีคาเฟ่ทันสมัยและบาร์เล็กๆ ให้คุณได้นั่งพักผ่อนหลังจากการเดินทางที่ยาวนานจากทิเบต ช้อปปิ้งสินค้าทางวัฒนธรรม ช้อปปิ้งร้านค้าสมัยใหม่และร้านขายของพื้นเมือง ห้างสรรพสินค้าและร้านค้าใหญ่ สินค้าที่ระลึกที่สะท้อนถึงวัฒนธรรมของชิงไห่และทิเบต เช่น เครื่องประดับที่ทำจากหินเทอร์ควอยซ์ หินซี (Dzi Beads), ผลิตภัณฑ์จาก จามรี (Yak), สินค้าที่เกี่ยวข้องกับยาแผนโบราณทิเบต และ ซิงเคอจิ้ง (Qingke Wine) ซึ่งเป็นไวน์ที่ทำจากข้าวบาร์เลย์ ที่ราบสูง
- ค่ำ บริการอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร
- สมควรแก่เวลานำท่านเดินทางสู่ **สนามบินเมืองซีหนิง**
- 23.40 น. เห็นฟ้ากลับ**สนามบินสุวรรณภูมิ** โดยสายการบินเวียดเจต เที่ยวบินที่ **VZ 3691**
- 02:45น.+1 เดินทางถึง**สนามบินสุวรรณภูมิ** โดยสวัสดิภาพและความ

อัตราค่าบริการ

ซีหนิง ลาซา หลินจื่อ ได้หลังคาโลก 8 วัน 7 คืน สายการบินไทยเวียดเจ็ท

กำหนดเดินทาง	ราคาผู้ใหญ่ท่านละ (พักห้องคู่)	พักเดี่ยว ไม่รวมบนรถไฟ
วันที่ 23 – 30 มีนาคม 2569 วันที่ 06 – 13 , 20 – 27 เมษายน 2569 วันที่ 11 – 18 , 25 – 31 พฤษภาคม 2569 วันที่ 01 – 08 , 22 – 29 มิถุนายน 2569	62,888.-	9,000.-
วันที่ 06 – 13 กรกฎาคม 2569 วันที่ 27 กรกฎาคม – 03 สิงหาคม 2569 วันที่ 10 – 17 , 24 – 31 สิงหาคม 2569	68,888.-	11,000.-
วันที่ 07 – 14 , 21 – 28 กันยายน 2569 วันที่ 05 – 12 , 19 – 26 ตุลาคม 2569	64,888.-	10,000.-
***หมายเหตุ ราคาดังกล่าวอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสมของช่วงเวลา เทศกาล และตัวเครื่องบิน ในกรณีที่ไม่ถึง 15 ท่าน บริษัทขอสงวนสิทธิ์โดยไม่มีหัวหน้าทัวร์		

อัตราค่าบริการนี้รวม

- ค่าตัวเครื่องบินชั้นทัศนอาจร ไป-กลับ (ตามกรุ๊ป) น้ำหนักกระเป๋า 20 กิโลกรัม 1 ใบ / ภาษีสนามบินไทย-จีน
- ค่าตัวเครื่องบินภายใน ซีหนิง - ลาซา น้ำหนักกระเป๋า 20 กิโลกรัม 1 ใบ
- ค่าตัวรถไฟความเร็วสูง ลาซา - หลินจื่อ
- ค่าตัวรถไฟตู้นอน ลาซา - ซีหนิง
- ค่าที่พัก 2 ท่าน ต่อ 1 ห้องคู่ / ห้องละ 4 ท่าน บนรถไฟ
- ค่าประกันอุบัติเหตุระหว่างการเดินทาง 1,000,000 บาท (ตามข้อตกลงระหว่างบริษัทฯ กับบริษัทประกัน)

อัตราค่าบริการนี้ไม่รวม

- ค่าวีซ่าจีน (กรณียกเลิกฟรีวีซ่า)
- ค่าหนังสือเดินทาง และเอกสารต่าง ๆ / ค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม 7 % ภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3 %
- ค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่นอกเหนือจากรายการระบุ เช่น เครื่องดื่ม, ค่าอาหาร, ค่าโทรศัพท์, วัสดุ
- ค่าทิปไกด์ท้องถิ่น คนขับรถ และหัวหน้าทัวร์ 60 หยวน/วัน (รวมเป็นเงิน 480 หยวน/ท่าน)

เงื่อนไขการให้บริการ

กรุณาจองพร้อมชำระมัดจำท่านละ 25,000 ส่วนที่เหลือชำระก่อนการเดินทาง 15 วัน

กรุณาส่งหน้าพาสปอร์ตที่ชัดเจนก่อนเดินทางอย่างน้อย 25 วัน

เงื่อนไขสุขภาพ

สำหรับท่านที่สูงอายุและมีโรคประจำตัว ความดัน เบาหวาน โรคหัวใจ กรุณาตรวจสอบสุขภาพของท่านสำหรับการเดินทาง
เนื่องจากเส้นทางนี้เป็นเส้นทางที่ราบสูง มีความกดอากาศเบาบาง มีความเสี่ยงสูง

บริษัทมีวงเงินประกันอุบัติเหตุ ในการเดินทางประมาณ 1,000,000 บาท



เงื่อนไขการยกเลิก

1. ยกเลิกก่อนการเดินทาง 30 วัน เก็บค่าบริการทั้งหมด 100% ทุกกรณี (หากการันตีมัดจำกับสายการบิน ไม่สามารถคืนเงินได้ทุกกรณี)
2. ยกเว้นกรณีที่เดินทางช่วงวันหยุด หรือเทศกาลที่ต้องการันตีมัดจำกับสายการบิน หรือกรณีที่มีการการันตีมัดจำที่ปักโดยตรงหรือโดยการผ่านตัวแทนในประเทศหรือต่างประเทศและไม่อาจขอคืนเงินได้ รวมถึงเที่ยวบินพิเศษ เช่น EXTRA FLIGHT และ CHARTER FLIGHT จะไม่มีการคืนเงินมัดจำหรือค่าทัวร์ทั้งหมด เนื่องจากค่าตัวเป็นการเหมาจ่ายในเที่ยวบินนั้นๆ เมื่อมัดจำแล้วท่านสามารถหาผู้เดินทางมาเปลี่ยนแทนในช่วงเวลาที่กำหนดสายการบินออกตัว



บริษัทมีประกันอุบัติเหตุในวงเงินจำนวนประมาณ
1,000,000 บาท

ผู้ได้รับสิทธิ์ประกันอุบัติเหตุมีอายุไม่เกิน 80 ปีบริบูรณ์

**กรณี เกิดอุบัติเหตุบริษัทรับผิดชอบและคุ้มครองตาม
เงื่อนไขของประกันเท่านั้น !!**



หมายเหตุ

1. บริษัทฯ มีสิทธิ์ที่จะเปลี่ยนแปลงรายละเอียดบางประการในทัวร์นี้ เมื่อเกิดเหตุสุดวิสัยจนไม่อาจแก้ไขได้
2. บริษัทฯ ไม่รับผิดชอบค่าเสียหายในเหตุการณ์ที่เกิดจากสายการบิน ภัยธรรมชาติ ปฏิวัติและอื่นๆ ที่อยู่นอกเหนือการควบคุมของทางบริษัทฯ หรือค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมที่เกิดขึ้นทางตรงหรือทางอ้อม เช่น การเจ็บป่วย, การถูกทำร้าย, การสูญหาย, ความล่าช้า หรือจากอุบัติเหตุต่างๆ
3. หากท่านถอนตัวก่อนรายการท่องเที่ยวจะสิ้นสุดลง ทางบริษัทฯ จะถือว่าท่านสละสิทธิ์และจะไม่รับผิดชอบค่าบริการที่ท่านได้ชำระไว้แล้ว ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น
4. บริษัทฯ จะไม่รับผิดชอบต่อการห้ามออกนอกประเทศ หรือห้ามเข้าประเทศ อันเนื่องมาจากมีสิ่งผิดกฎหมาย หรือเอกสารเดินทางไม่ถูกต้อง หรือการถูกปฏิเสธในกรณีอื่นๆ
5. รายการนี้เป็นเพียงข้อเสนอที่ต้องได้รับการยืนยันจากบริษัทฯ อีกครั้งหนึ่ง หลังจากได้สำรองที่นั่งบนเครื่องบิน และโรงแรมที่พักในต่างประเทศเป็นที่เรียบร้อยแล้ว แต่อย่างไรก็ตาม รายการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
6. ราคานี้คิดตามราคาตั๋วเครื่องบินในปัจจุบัน หากราคาตั๋วเครื่องบินปรับสูงขึ้น บริษัทฯ สงวนสิทธิ์ที่จะปรับราคาตั๋วเครื่องบินตามสถานการณ์ดังกล่าว
7. กรณีเกิดความผิดพลาดจากตัวแทน หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จนมีการยกเลิก ล่าช้า เปลี่ยนแปลง การบริการจากสายการบินบริษัทฯ ขนส่ง หรือหน่วยงานที่ให้บริการ บริษัทฯ จะดำเนินการโดยสุดความสามารถที่จะจัดบริการทัวร์อื่นทดแทนให้ แต่จะไม่คืนเงินให้สำหรับค่าบริการนั้นๆ
8. มัคคุเทศก์ พนักงาน และตัวแทนของบริษัทฯ ไม่มีสิทธิ์ในการให้คำสัญญาใดๆ ทั้งสิ้นแทนบริษัทฯ นอกจากนี้เอกสารลงนามโดยผู้มีอำนาจของบริษัทฯ กำกับเท่านั้น
9. หากไม่สามารถไปเที่ยวในสถานที่ที่ระบุในโปรแกรมได้ อันเนื่องมาจากธรรมชาติ ความล่าช้า และความผิดพลาดจากทางสายการบินจะไม่มีการคืนเงินใดๆ ทั้งสิ้น แต่ทั้งนี้ทางบริษัทฯ จะจัดหารายการเที่ยวสถานที่อื่นๆ มาให้ โดยขอสงวนสิทธิ์การจัดหาโดยไม่แจ้งให้ทราบล่วงหน้า
10. ในกรณีลูกค้าชำระเงินด้วยบัตรเครดิต หากกรณียกเลิกไม่สามารถออกได้ ในการคืนเงินลูกค้าจะถูกหัก 3% จากยอดจำนวนเต็ม

*****บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์เปลี่ยนแปลงรายการตามความเหมาะสม แต่คงรักษามาตรฐานการบริการและผลประโยชน์**

ผู้เดินทางเป็นสำคัญ (ราคาดังกล่าวอาจเปลี่ยนแปลงได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับค่าเงินบาทและค่าน้ำมันเพิ่มเติมที่สายการบินเรียกเก็บ)

