

# 東方航空便で行く 西寧・ラサ・上海の旅 7日間

期日	都市	交通機関	時間	スケジュール	食事
1日目 5/03 (月)	福岡 成都 西寧	航空機 MU532 MU5405 3U8867 バス	08:00 10:00 10:30 12:30 15:30 18:30 20:00	福岡空港国際ターミナル3F集合空港到着後、搭乗手続き。 中国東方航空便で上海経由便で成都へ移動。 上海到着後入国手続き。入国手続き後、レストランで昼食。 中国東方航空便で成都へ移動。 成都到着。到着後、レストランにて夕食。 航空便で西寧へ移動。 到着後、ホテルへ移動。  西寧 泊	朝機 昼機 夕〇
2日目 5/04 (火)	西寧	バス		ホテル内にて朝食後、専用車にて <b>青海湖</b> (中国最大の塩水湖)と <b>タール寺</b> (600年の歴史が有る)観光。観光後、市内レストランにて夕食。食後、市内散策。  西寧 泊	朝〇 昼〇 夕〇
3日目 5/05 (水)	西寧	バス 列車 K9801	14:55	ホテル内にて朝食後、市内観光( <b>北禪寺</b> (石窟寺院)・ <b>東関清真寺</b> (イスラム寺院))。観光後、市内レストランにて昼食。食後、市内散策。散策後、駅へ移動。列車を利用してラサへ移動。(軟臥利用)  列車内 泊	朝〇 昼〇 夕〇
4日目 5/06 (木)	西寧 ラサ	列車 バス	15:05	列車内にて朝食・ <b>青藏鉄道</b> (西寧～ラサ間1956キロ)にてラサへ移動。途中、崑崙山脈・長江源流のト河・タンタラ山脈・ネンチンタングラ山脈・タングラ山脈等の壮大なチベットの景色、最高地点(海拔5000M)、世界最高峰の列車の旅をお楽しみください。ラサ到着後、ホテルへ移動。  ラサ 泊	朝〇 昼〇 夕〇
5日目 5/07 (金)	ラサ	バス		朝食後、ラサ市内観光( <b>世界文化遺産「ポタラ宮」</b> 、 <b>ダライラマの夏の離宮「ノル布林カ」</b> ・ <b>河口慧海が学んだ「セラ寺」</b> ・ <b>チベット仏教総本山「大昭寺」</b> ) <b>八角街散策</b> 。  ラサ 泊	朝〇 昼〇 夕〇
6日目 5/08 (土)	ラサ 上海	バス 航空機 MU2336	15:20 20:55	朝食後、ロカへ移動。到着後、 <b>ヤムドク湖</b> 観光。散策後、空港へ移動。航空機で上海へ移動。到着後、ホテルへ移動。  上海 泊	朝〇 昼〇 夕〇
7日目 5/09 (日)	上海 福岡	バス MU531	18:00 20:40	朝食後、市内観光( <b>豫園</b> ・ <b>豫園商城散策</b> ・ <b>上海新天地散策</b> 。)市内レストランにて昼食。食後、 <b>南京路散策</b> 。散策後、 <b>森ビル展望室</b> より市内眺望。観光後、 <b>リアモーター</b> にて空港へ移動。空港到着後、搭乗手続き。中国東方航空便で福岡へ移動。福岡到着後、入国。入国後、解散。お疲れ様でした。	朝〇 昼〇 夕機

\* 現地事情・交通機関の都合により旅程の一部が変更になる場合がございます。

利用予定航空会社 : MU 中国東方航空 3U 四川航空

旅行代金に含まない物: 個人的諸費用(飲み物代金・一人部屋追加料金・超過手荷物料金・自宅からの空港迄の交通費)

食事 : 朝食6回・昼食6回・夕食6回

添乗員 : 同行します。

利用予定ホテル:

(2名様1室) 西寧 銀龍大飯店(5星)  
ラサ 雅魯藏布大酒店(5星)  
上海 中福世福匯酒店(5星)



銀龍大飯店(5星)



雅魯藏布大酒店(5星)



中福世福匯酒店(5星)  
(写真はイメージです。)

最低催行人員	旅行費用	一人部屋追加料金
10名以上		

【手配実施旅行社】

観光庁長官登録旅行業第1744号

(株)アジアネットツアー

福岡市博多区博多駅前3-6-1小森ビル2A

TEL:092-436-3678・FAX:092-436-3677

総合旅行業務取扱管理者: 西岡正登

担当者: 谷口

