5วัน 4คืน
คุนหมิง ต้าหลี่
ลี่เจียง แชงกรีล่า
เสน่ห์ยูนนานบนเส้นทางค้าชาสู่ขุนเขาหิมะสือข่า
2U CENTER
No.11/13488
ฟรี
ประกันสุขภาพ
3ล้านบาท
เดินทาง
03 - 07 ธ.ค. 69 19,900
11 - 15 ธ.ค. 69 19,900
18 - 22 ธ.ค. 69 19,900
23 - 27 ธ.ค. 69 20,900
ไฮไลท์
พิชิตภูเขาหิมะศักดิ์สิทธิ์สือข่า รวมกระเช้าไป-กลับ • เช็คอินร้านกาแฟ Moye Cliff Coffee คาเฟ่ริมหน้าผาวิวสุดปัง • ชมวัดลามะชงจ้านหลิน อลังการสถาปัตยกรรมทิเบตคู่เมืองแชงกรีล่า • นั่งรถไฟความเร็วสูงจากลี่เจียงสู่คุนหมิง • เต็มอิ่มช้อปปิ้ง 2 ย่านดัง หนานผิงเจีย & Park 1903
สระมังกรดำ
MOYE CLIFF COFFEE
เมืองโบราณลี่เจียง
ราคาเริ่มต้น
19,900
2UKMG-MU009
中國東方航空 CHINA EASTERN
ระดับโรงแรม พัก 4 ดาว
เมนูพิเศษ สุกี้แซลมอน อาหารหูหนาน ขนมจีนข้ามสะพาน
ไม่ลงร้าน

5วัน 4 คืน
โดยสายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์ (MU)

中國東方航空
CHINA EASTERN

BKK		KMG	KMG		BKK
เที่ยวบิน	เวลาออก	เวลาถึง	เที่ยวบิน	เวลาออก	เวลาถึง
MU9622	07.50	11.15	MU9621	20.40	22.15

กำหนดวันเดินทาง	ผู้ใหญ่/เด็ก พัก 2-3 ท่าน ท่านละ	พักเดี่ยวเพิ่ม ราคาท่านละ
03-07 ธันวาคม 69	19,900.-	4,000.-
11-15 ธันวาคม 69	19,900.-	4,000.-
18-22 ธันวาคม 69	19,900.-	4,000.-
23-27 ธันวาคม 69	20,900.-	4,000.-

ราคาทัวร์ข้างต้นยังไม่รวมค่าทิปมัคคุเทศก์ท้องถิ่นและคนขับรถ 2,000 บาท/ท่าน/ทริป
หัวหน้าทัวร์ที่ดูแลคณะจากเมืองไทยตามความพึงพอใจในการบริการ
** ราคานี้เป็นราคาพิเศษ ไม่มีราคาเด็กและไม่รับจอยแลนด์ **

	(ท่าอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสุ่ย) (MU9622: 07:50 - 11:25) - คุนหมิง-ต้าหลี่-เมืองโบราณต้าหลี่	✈	🍽	🍽	หรือเทียบเท่า 4 ดาว ** มาตรฐานประเทศจีน **
2	ต้าหลี่-วัดเจ้าแม่กวนอิม-ผ่านชมเจดีย์ 3 องค์-เมืองแชงกรีล่า-เมืองโบราณแชงกรีล่า	🍽	🍽	🍽	SILK CIRRUS HOTEL หรือเทียบเท่า 4 ดาว ** มาตรฐานประเทศจีน **
3	ภูเขาหิมะสือข่ารวมกระเช้า ไป-กลับ – วัดลามะซงจ้านหลิน-ร้านกาแฟริมหน้าผา Moye Cliff Coffee (ไม่รวมค่าเครื่องดื่ม)-เมืองลี่เจียง-เมืองโบราณลี่เจียง	🍽	🍽	🍽	MAN BO HAO TING HOTEL หรือเทียบเท่า 4 ดาว ** มาตรฐานประเทศจีน **
4	ลี่เจียง-รถไฟความเร็วสูงกลับสู่คุนหมิง+รวมรถขนกระเป๋า-ถนนโบราณคุนหมิง-อิสระช้อปปิ้งถนนหนานผิงเจีย+MINISO LAND	🍽	🍽	✕	METROPOLO JINJIANG HOTEL หรือเทียบเท่า 4 ดาว ** มาตรฐานประเทศจีน **
5	ตำหนักทอง จินเตี๋ยน-สวนน้ำตกคุนหมิง-วัดหยวนทง-อิสระช้อปปิ้ง PARK 1903 - คุนหมิง (ท่าอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสุ่ย)-กรุงเทพ (สนามบินสุวรรณภูมิ) (MU9621: 20.40 - 22.15)	🍽	🍽	✈	

วันแรก	กรุงเทพฯ (สนามบินสุวรรณภูมิ) – คุนหมิง (ท่าอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสุ่ย) (MU9622: 07:50 - 11:25) - คุนหมิง-ต้าหลี่-เมืองโบราณต้าหลี่
04.30 น.	พร้อมกันที่ **ท่าอากาศยานสุวรรณภูมิ** อาคารผู้โดยสารระหว่างประเทศ เคาน์เตอร์สายการบินไชน่าอีสเทิร์นแอร์ไลน์ (MU) *รวมน้ำหนักกระเป๋า 23 กิโลกรัม/ ท่านละ 1 ใบ* โดยมีเจ้าหน้าที่คอยให้การต้อนรับและอำนวยความสะดวกตรวจเช็คสัมภาระและเอกสารการเดินทางให้กับทุกท่าน
07.50 น.	ออกเดินทางสู่ สนามบินฉางสุ่ย **เมืองคุนหมิง** โดยเที่ยวบินที่ **MU9622** ** น้ำหนักกระเป๋า 23 กิโลกรัม/ท่าน * มีบริการเครื่องบนเครื่อง (หรือ Snack box โดยขึ้นอยู่กับการจัดการของสายการบิน)

ใบไม้ผลิเพราะมีภูมิอากาศที่เย็นสบายตลอดทั้งปี ไม่ร้อนหรือหนาวจนเกินไปแล้ว สิ่งที่มีเสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยวก็คือธรรมชาติที่สวยงาม ผ่านพิธีการตรวจคนเข้าเมือง

กลางวัน **รับประทานอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 1)**

บ่าย จากนั้นนำท่านเดินทางสู่ **เมืองต้าหลี่ (ระยะทางประมาณ 348 ก.ม. ใช้เวลาเดินทางประมาณ 4 ชั่วโมง 30 นาที)** เขตปกครองตนเองของชนเผ่าไป๋ ทางตะวันตกเฉียงใต้ของจีนในมณฑลยูนนาน ตั้งอยู่ระหว่างทะเลสาบเอ๋อไห่กับภูเขาฉางซานที่ระดับ 1,975 เมตรเหนือระดับน้ำทะเล โดยมีชนกลุ่มน้อยอาศัยอยู่ร่วมกันกว่า 20 เชื้อชาติ เดิมมีชื่อว่า “หนันเจา” หรืออาณาจักรน่านเจ้า (ค.ศ. 738 – 903) จนกระทั่งชาวไป๋ได้เข้ามาสถาปนาอาณาจักรต้าหลี่ (ค.ศ. 937) และต่อมาในค.ศ. 1253 อาณาจักรต้าหลี่ก็ถูก กุบไลข่าน ผู้เป็นจักรพรรดิชาวมองโกลพิชิตลง แต่ก็ยังคงเหลือร่องรอยอารยธรรมเก่าให้พบเห็นได้บนเส้นทางจากต้าหลี่ถึงลี่เจียง

ค่ำ รับประทานอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร **(มื้อที่ 2)**

ที่พัก **MEI RUI HOTEL หรือเทียบเท่าระดับ 4 ดาว (มาตรฐานประเทศจีน)**

วันที่สอง ต้าหลี่-วัดเจ้าแม่กวนอิม-ผ่านชมเจดีย์ 3 องค์-เมืองแชงกรีล่า-เมืองโบราณแชงกรีล่า

เช้า รับประทานอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม **(มื้อที่ 3)**

จากนั้นนำท่านสู่ **วัดเจ้าแม่กวนอิม** ตามตำนานเล่าว่าเจ้าแม่กวนอิมได้แปลงกายเป็นหญิงชราแบกก้อนหินใหญ่ไว้บนหลังเพื่อให้ทหารของฝ่ายตรงข้ามได้เห็น เมื่อทหารของฝ่ายศัตรูได้เห็นว่าแม้แต่หญิงชรายังแข็งแรงถึงเพียงนี้ ถ้าเป็นคนวัยหนุ่มสาวจะต้องมีพละกำลังมากมายยากจะต่อสู้ จึงไม่ได้ทำการเข้าโจมตีเมืองและถอยทัพกลับไปชาวเมืองจึงสร้างวัดแห่งนี้ขึ้นในสมัยราชวงศ์ถัง เป็นวัดที่มีประติมากรรมเยี่ยมยอดแห่งหนึ่งในต้าหลี่

กลางวัน รับประทานอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร **(มื้อที่ 4)**

กิโลเมตร ตามรอยเส้นทางชาม้าโบราณ (Ancient Tea Horse Road / 茶马古道)" ซึ่งเป็นเส้นทางการค้าสำคัญที่เชื่อมยูนนานกับทิเบต และอุดมไปด้วยธรรมชาติที่งดงามของป่าไม้ทุ่งหญ้าภูเขาทะเลสาบและสัตว์นานาชนิด ด้วยภูมิประเทศรวมกับทัศนียภาพที่งดงาม สถานที่แห่งนี้จึงได้ชื่อว่า "ดินแดนแห่งความฝัน"

นำท่านชมความงามของ **เมืองโบราณแชงกรีล่า** เป็นศูนย์รวมของวัฒนธรรมชาวทิเบตลักษณะคล้ายชุมชนเมืองโบราณทิเบตซึ่งเต็มไปด้วยร้านค้าของคนพื้นเมืองและร้านขายสินค้าที่ระลึกมากมาย และที่นี่ยังเป็นที่ตั้งของ **วัดต้าฝอ** ซึ่งเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์เป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของชาวทิเบตท้องถิ่นอีกวัดหนึ่ง ผู้คนนิยมมา **หมุนกงล้อมนต์ตราสีทอง** ที่มีความกว่าสูง 23 เมตร หมุนวนพร้อมกับสวดมนต์เพื่อให้บทสวดดังก้องไปถึงสรวงสวรรค์ มีความเชื่อว่าถ้าหมุนครบ 3 รอบ จะขอพรได้สำเร็จเหมือนสวดมนต์ 30,000 จบ

Coffee (ไม่รวมค่าเครื่องดื่ม)-เมืองลี่เจียง-เมืองโบราณลี่เจียง

เช้า **รับประทานอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม (มื้อที่ 6)**

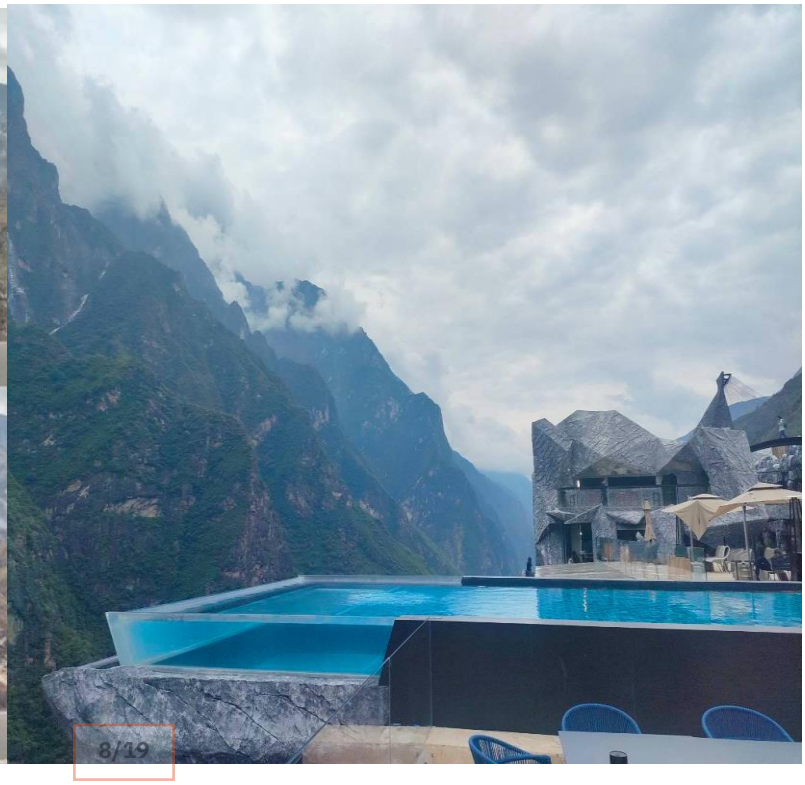
นำท่านเดินทางสู่ **ภูเขาหิมะสือข่า รวมนั่งกระเช้าไป-กลับ** ตั้งอยู่ทางตะวันตกเฉียงใต้ของเมืองแชงกรีล่า มณฑลยูนนาน ประเทศจีน ห่างจากตัวเมืองประมาณ 7 กิโลเมตร จึงถือเป็นแหล่งท่องเที่ยวภูเขาสูงที่เดินทางได้ค่อนข้างสะดวกจากตัวเมืองแชงกรีล่า โดยยอดเขาหลักมีความสูงประมาณ 4,449 เมตรเหนือระดับน้ำทะเล สือข่าไม่ได้มีเพียง “หิมะ” เท่านั้น แต่เป็นพื้นที่ที่มีภูมิประเทศเปลี่ยนแปลงตามระดับความสูง ตั้งแต่ ทุ่งหญ้า ป่าไม้ ทะเลสาบ ไปจนถึงเขตหิมะบนยอดเขา ทำให้สามารถเห็นธรรมชาติหลายรูปแบบภายในสถานที่เดียวพื้นที่ท่องเที่ยวครอบคลุมตั้งแต่บริเวณทุ่งหญ้า ไปจนถึงยอดเขาสือข่า และมีจุดธรรมชาติสำคัญ เช่น ทุ่งหญ้าอาหยานาชิงโป (亚拉青波牧场) และทะเลสาบหลิงซี (灵犀湖) นั่งกระเช้าขึ้นสู่ภูเขาหิมะจากระดับประมาณ 3,270 เมตรขึ้นไปจนถึงบริเวณยอดเขาราว 4,449 เมตร

หมายเหตุ : หากกระเช้าปิดทำการเนื่องจากสภาพอากาศหรือเหตุฉุกเฉิน ขอนำท่านชมวิวจากจุดชมวิวทุ่งหญ้าทดแทน โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้าและไม่มีการคืนค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น

เดินทางสู่ **วัดลามะซงจ้านหลิน** ตั้งอยู่บริเวณตีนเขาฝอปิงห่างจากเมืองจงเตี๋ยนไปทาง เหนือ 4 กิโลเมตรสร้างขึ้นในปีค.ศ. 1679 เป็นวัดลามะที่มีอายุเก่าแก่กว่า 300 ปีมีพระลามะจำพรรษาอยู่กว่า 700 รูปสร้างขึ้นในสมัยการปกครองของดะไลลามะองค์ที่ 5 ซึ่งใกล้เคียงกับสมัยอยุธยาตอนต้นในช่วงศตวรรษที่ 17 สมัยจักรพรรดิคังซีแห่งราชวงศ์ชิงได้มีการซ่อมแซมต่อเติมอีกหลายครั้ง

กลางวัน **รับประทานอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 7)**

นำท่านแวะเก็บภาพประทับใจ ณ **ร้านกาแฟ Moye Cliff Coffee** ร้านกาแฟที่ตั้งอยู่บนยอดหุบเขาที่ไม่ไกลจากช่องแคบเสือกระโจน ที่มองข้ามผ่านหุบเขาสีดำตระหง่าน ** ไม่รวมค่าเครื่องดื่ม **



ภาษาภาพที่เป็นเอกลักษณ์อีก

นำท่านชม **เมืองโบราณลี่เจียง** หรือเมืองโบราณต้าเหยียนเจิ้งซึ่งเป็นเมืองที่สร้างขึ้นมาในสมัยต้นราชวงศ์ถังมีประวัติยาวนานกว่า 1,300 ปีตัวเมืองตั้งอยู่ท่ามกลางการโอบล้อมด้วยสายน้ำน้อยใหญ่ที่ไหลมาจากสระมังกรดำพื้นที่ตั้งของเมืองโบราณแห่งนี้มีรูปร่างลักษณะคล้ายหินฝนหมึกจีนในเขตเมืองโบราณยังคงความงามในอดีตไว้อย่างสมบูรณ์เช่นอาคารไม้แบบจีนโบราณต้นหลิวริมธารที่ยังคงปลิวไปมาตามสายลมลำธารน้ำที่ไหลผ่านเมืองแห่งนี้ด้วยความสวยงามเหล่านี้ทำให้เมืองโบราณลี่เจียงได้ถูกบันทึกเป็นมรดกทางวัฒนธรรมของโลกโดยองค์การยูเนสโก้นอกจากนี้ยามค่ำคืนก็มีการประดับไฟแสงสีงดงามอีกด้วย

ค่ำ **รับประทานอาหารค่ำ ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 8) เมนูพิเศษสุกี้ปลาแซลมอน**

ที่พัก **MAN BO HAO TING HOTEL หรือเทียบเท่าระดับ 4 ดาว (มาตรฐานประเทศจีน)**

วันที่สี่ **ลี่เจียง-รถไฟความเร็วสูงกลับสู่คุนหมิง+รวมรถขนกระเป๋า-ถนนโบราณคุนหมิง-อิสระช้อปปิ้งถนนหนานผิงเจีย+MINISO LAND**

เช้า **รับประทานอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม (มื้อที่ 9)**

นำท่านชม **สระน้ำมังกรดำ** หรือที่รู้จักกันว่า สวนยู้วฉวน (Yuquan) ตั้งอยู่ในตัวเมืองลี่เจียง ห่างจากตัวเมืองเก่าลี่เจียงไปทางทิศเหนือประมาณ 1 กิโลเมตร มีพื้นที่ประมาณ 11,390 ตารางเมตร สระน้ำมังกรดำมีจุดเด่นที่ความใสของน้ำที่ใสราวกับมรกต นอกจากนี้ ภายในสวนยังมีการสถาปัตยกรรมต่าง ๆ ที่ผสมผสานวัฒนธรรมของชาวฮั่น ทิเบต และน่าซี ไว้ด้วยกัน

กลางวัน **รับประทานอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 10)**

นำคณะเดินทางสู่สถานีรถไฟ เพื่อนำท่านเดินทางกลับสู่ **เมืองคุนหมิง** (ใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง) เมืองเอกและเป็นเมืองที่ใหญ่ที่สุดในมณฑลยูนนานมีประชากร 33 ล้านคน โดยเป็นชนกลุ่มน้อยถึง 24 เผ่าครอบคลุมพื้นที่ถึง 15,561 ตารางกิโลเมตร อยู่สูงเหนือระดับน้ำทะเลประมาณ 2,000 เมตร คุนหมิงได้ชื่อว่าเป็นเมืองแห่งฤดูใบไม้ผลิเพราะมีภูมิอากาศที่เย็นสบายตลอดทั้งปี ไม่ร้อนหรือหนาวจนเกินไปแล้ว สิ่งที่มีเสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยวก็คือธรรมชาติที่สวยงาม

หมายเหตุ

- รถไฟอาจจะมีการเปลี่ยนขบวนเวลา ขอสงวนสิทธิ์จัดขบวนและเวลาตามความเหมาะสม

พิเศษสำหรับคณะ รวมรถขนกระเป๋าสัมภาระจากลี่เจียงสู่คุนหมิง โดยท่านจะได้รับสัมภาระอีกครั้งตอนเช็คอินเข้าพักที่โรงแรม

จากนั้น **อิสระช้อปปิ้งหนานผิงเจีย** หรือที่รู้จักกันในอีกชื่อเรียก **ถนนคนเดินจินปี๋ลู่** ถือว่าเป็นถนนที่เก่าแก่ที่สุดในคุนหมิง ถนนจินปี๋ลู่ ตั้งอยู่ใจกลางเมืองคุนหมิง ความพิเศษของสถานที่แห่งนี้คือ

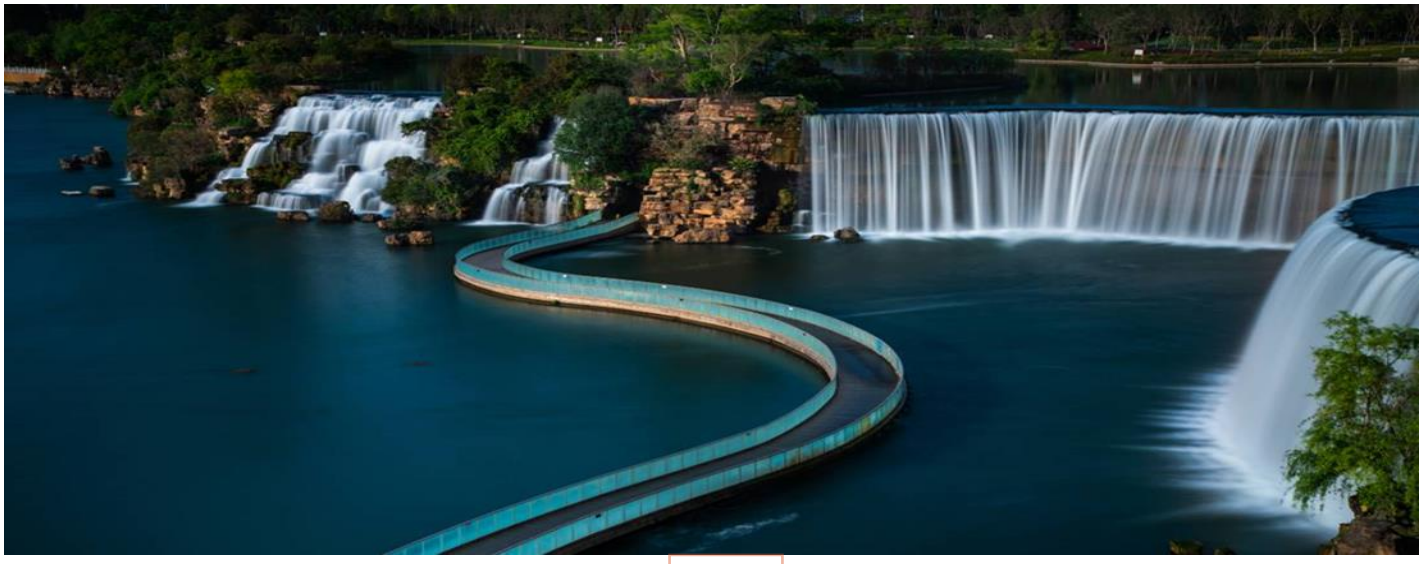
นำท่านช้อปปิ้ง **MINISO LAND** ซึ่งเป็น MINISO LAND สาขาแรกของมณฑลยูนนาน ตั้งอยู่ในถนนคนเดินหนานผิงเจี่ย เช็กอินแลนด์มาร์กใหม่ใจกลางคุนหมิง สัมผัสโลกแห่งสินค้า IP สุดน่ารักจาก Disney, Sanrio, Harry Potter, Doraemon และ Minecraft พร้อมช้อปของสะสม ของฝาก และไอเทมสุดคิวต์ ท่ามกลางบรรยากาศร้านสุดอลังการที่ผสมผสานเอกลักษณ์ของเมืองคุนหมิง

ค่ำ เพื่อความสะดวกต่อการช้อปปิ้งอิสระอาหารมื้อค่ำ

ที่พัก **METROPOLO JINJIANG HOTEL หรือเทียบเท่าระดับ 4 ดาว (มาตรฐานประเทศจีน)**

นำท่านชม **ตำหนักทองจินเตียน** ในอดีตเคยเป็นที่พักของอู๋ซันกุ้ย "ขุนศึกผู้ขายชาติ" และนางงามเฉินหยวนหยวน เป็นตำหนักที่มีฝาผนังและหลังคาสร้างด้วยทองเหลืองถึง 380 ตัน จึงทำให้ตำหนักมีความสวยเด่น แลดูเสมือนทอง จึงได้ชื่อว่า "ตำหนักทอง" นับได้ว่าเป็นตำหนักที่ใหญ่ที่สุดของจีน

นำท่านชม **สวนน้ำตกคุนหมิง** หรือที่รู้จักกันในชื่ออุทยานน้ำตกแม่น้ำหนิวห สวนสาธารณะอันงดงามแห่งนี้ใช้เวลาก่อสร้างถึงสามปี ครอบคลุมพื้นที่อันกว้างใหญ่ และประดับประดาไปด้วยต้นไม้เขียวขจี ดอกไม้ที่มีชีวิตชีวา และทะเลสาบอันเงียบสงบ นอกจากนั้น เพชรเม็ดงามที่แท้จริงของอุทยานน้ำตกคุนหมิง ก็คือน้ำตกอันน่าทึ่ง ด้วยความกว้างกว่า 400 เมตร และตั้งตระหง่านอยู่ที่ความสูง 12.5 เมตร



กลางวัน **รับประทานอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 12) เมนูพิเศษขนมจีนข้ามสะพาน**

ขุนเขา สัมผัสความงดงามของสระบัวหยวนทงและวิหารอันเป็นเอกลักษณ์ พร้อมขอพรเพื่อความเป็นสิริมงคล ก่อนออกเดินทางกลับประเทศไทย

นำท่านเดินทางสู่ **PARK 1903** อิสระช้อปปิ้ง ณ แลนด์มาร์กไลฟ์สไตล์สุดชิคแห่งคุนหมิง สัมผัสบรรยากาศเมืองยุโรปท่ามกลางสถาปัตยกรรมสไตล์ฝรั่งเศส เพลิดเพลินกับร้านค้า คาเฟ่ ร้านอาหาร และมุมถ่ายภาพสวย ๆ พร้อมชมโบสถ์และน้ำพุในบรรยากาศโรแมนติก

ค่ำ เพื่อความสะดวกต่อการช้อปปิ้งอิสระอาหารมื้อค่ำ

* น้ำหนักกระเป๋า 23 กิโลกรัม/ท่าน

* มีบริการเครื่องดื่มบนเครื่อง (หรือ Snack box โดยขึ้นอยู่กับการจัดการของสายการบิน)

22.15 น. เดินทางกลับถึงสนามบินสุวรรณภูมิ โดยสวัสดิ์ภาพ พร้อมความประทับใจในการเดินทาง

อัตราค่าบริการและเงื่อนไขรายการท่องเที่ยว

กำหนดวันเดินทาง	ผู้ใหญ่/เด็ก พัก 2-3 ท่าน ท่านละ	พักเดี่ยวเพิ่ม ราคาท่านละ
03-07 ธันวาคม 69	19,900.-	4,000.-
11-15 ธันวาคม 69	19,900.-	4,000.-
18-22 ธันวาคม 69	19,900.-	4,000.-
23-27 ธันวาคม 69	20,900.-	4,000.-
ราคาทัวร์ข้างต้นยังไม่รวมค่าทิปมัคคุเทศก์ท้องถิ่นและคนขับรถ 2,000 บาท/ท่าน/ทริป หัวหน้าทัวร์ที่ดูแลคณะจากเมืองไทยตามความพึงพอใจในการบริการ ** ราคานี้เป็นราคาพิเศษ ไม่มีราคาเด็กและไม่รับจอยแลนด์ **		

เปิดพื้นที่ราบสูง หัวใจสำคัญ

การป้องกันโรคแพ้ความสูง (Altitude Sickness)

โดยควรพักผ่อนให้เพียงพอ ปรึกษาแพทย์เพื่อเตรียมยาป้องกัน (เช่น Acetazolamide) และเมื่อถึงพื้นที่สูงต้องค่อยๆ เดิน ดื่มน้ำมากๆ และหลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์ **เพื่อป้องกันอาการรุนแรง**

ข้อแนะนำสำหรับผู้ที่ต้องเดินทางไปยังพื้นที่สูง

1 การเตรียมตัวก่อนการเดินทาง

ปรึกษาแพทย์: โดยเฉพาะ คลินิกเวชศาสตร์การเดินทางและท่องเที่ยว เพื่อประเมินสุขภาพและรับยาปรับสภาพร่างกาย (Diamox)

ออกกำลังกายแบบคาร์ดิโอ: ฝึกความแข็งแรงของหัวใจและปอดล่วงหน้าอย่างน้อย 1-2 เดือน

พักผ่อนให้เพียงพอ: นอนหลับอย่างน้อย 7-8 ชั่วโมงก่อนเดินทาง เพื่อให้ร่างกายมีความพร้อมและรับออกซิเจนได้ดีขึ้น

2 การเตรียมอุปกรณ์และยาสำคัญ

ยาสามัญประจำตัว: ยาแก้ปวด (พาราเซตามอล/ไอบูโพรเฟน), ยาแก้แพ้/ลดน้ำมูก และยาแก้เมาคลื่น

อุปกรณ์กันหนาว: เสื้อแจ็คเกิดกันลม ถุงมือกันหนาว และ แว่นกันแดด (Sunglasses) สำหรับพื้นที่หิมะสะท้อนแสง

กระป๋องออกซิเจนพกพา (Oxygen Can): เตรียมไว้เผื่อใช้บรรเทาอาการเหนื่อยหอบ หรือมึนศีรษะเบื้องต้น

3 การปฏิบัติตัวเมื่อไปถึงพื้นที่ราบสูง

ขึ้นที่สูงแบบค่อยเป็นค่อยไป: หลีกเลี่ยงการเดินทางจากพื้นที่ระดับน้ำทะเลขึ้นสู่ที่สูง (เกิน 2,500 เมตร) อย่างรวดเร็วภายในวันเดียว

งดออกกำลังกายหนัก: ในวันแรกที่ไปถึง ควรเดินช้าๆ หายใจลึกๆ และหลีกเลี่ยงการวิ่งหรือยกของหนัก

จินน้ำบ่อยๆ: ดื่มน้ำให้มากกว่าปกติ เพื่อป้องกันภาวะเลือดข้น

หลีกเลี่ยงแอลกอฮอล์และยานอนหลับ: ในช่วง 24-48 ชั่วโมงแรก เพราะจะกดการทำงานของระบบหายใจ

รู้สึกไม่สบาย คาดว่าจะเป็นอาการแพ้พื้นที่สูง

มีอาการปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ร่วมกับมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน นอนไม่หลับ

✕ ห้ามเดินทางขึ้นที่สูงกว่าเดิม ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และไม่ใช้ยาที่มีฤทธิ์กดการหายใจ (ยานอนหลับบางชนิด)

ถ้ามีอาการรุนแรงขึ้น

ปวดศีรษะรุนแรง เหนื่อยเพลียอย่างรุนแรง ออกแรงได้น้อยลง เหนื่อยมากขึ้น เดินเซ เห็นภาพซ้อน หายใจลำบาก มึนงง สับสน การตัดสินใจผิดปกติ ชัก หมดสติ

รีบลงสู่ที่ต่ำ และรับพบแพทย์ทันที!

การใช้ยาเพื่อป้องกันและรักษาโรคแพ้พื้นที่สูง

สำหรับการป้องกันการเกิดโรคแพ้พื้นที่สูง และลดความรุนแรงที่เกิดขึ้นก่อนที่เราจะเดินทางขึ้นที่สูงกว่า 2,500 เมตร

✓ **สามารถรับประทาน Acetazolamide 125 มิลลิกรัม วันละ 2 ครั้ง ก่อนขึ้นพื้นที่สูง 1 - 2 วัน จนกระทั่งเดินทางถึงจุดสูงสุด แล้วรับประทานต่ออีก 48 ชั่วโมง**

✓ **หากเริ่มมีอาการ ให้รับประทาน Acetazolamide 250 มิลลิกรัม วันละ 2 ครั้ง โดยให้ทานห่างกัน 8 ชั่วโมง**

หากมีอาการปวดศีรษะ สามารถใช้ยาแก้ปวดอย่างๆจพาราเซตามอล หรือยากลุ่มต้านการอักเสบที่ไม่ใช่สเตียรอยด์ (NSAIDs) ได้

! แต่ระวังห้ามใช้ยาในผู้ที่แพ้ซัลฟา เนื่องจากยานี้มีส่วนประกอบของซัลฟา อาจเกิดอาการแพ้อย่างรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

คำแนะนำจากแพทย์จะเห็นได้ว่า

การเดินทางบนพื้นที่สูงกว่า 2,500 เมตร จากระดับน้ำทะเล ต้องเตรียมตัวให้พร้อมทั้งสภาพร่างกาย และอุปกรณ์สำหรับดูแลตลตนเอง รวมถึงยาพื้นฐานด้วย หากเป็นผู้มีโรคประจำตัว เช่น โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคปอด โรคไต ควรปรึกษาแพทย์ก่อนการเดินทาง เพราะอาจเกิดอัตรายจากการเดินทางขึ้นที่สูง หรือมีปัญหาจากการใช้ยาได้

- ดูแลสุขภาพให้พร้อม
- เตรียมอุปกรณ์ให้ครบ
- เดินทางอย่างปลอดภัย
- ป้องกันไว้ก่อนอุ่นใจกว่า

เที่ยวอย่างมีความสุข ปลอดภัยทุกเส้นทาง

ค่าบัตรโดยสารเครื่องบินชั้นประหยัด (Economy Class) ที่ระบุวันเดินทางไปกลับพร้อมคณะ
(ในกรณีมีความประสงค์อยู่ต่อจะต้องไม่เกินจำนวนวัน และ อยู่ภายใต้เงื่อนไขของสายการบิน)
รวมค่าภาษีสนามบินทุกแห่งตามรายการ
ข้อมูล ณ 29 เม.ย. 69

ค่าห้องพักมาตรฐาน พักห้องละ 2–3 ท่าน โรงแรมที่พักเป็นไปตามที่ระบุในรายการ หรือเทียบเท่าในระดับเดียวกัน บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงโรงแรมตามความเหมาะสม โดยยังคงมาตรฐานและระดับการให้บริการเทียบเท่าตามรายการ

ค่าอาหาร ค่าเข้าชม และค่ายานพาหนะทุกชนิด ตามที่ระบุไว้ในรายการทัวร์ข้างต้น

ภาษีมูลค่าเพิ่ม 7% (เฉพาะค่าบริการ)

ค่าน้ำหนักกระเป๋าเดินทางตามที่สายการบินกำหนดไม่เกิน 23 กิโลกรัม / ท่าน

ค่าประกันสุขภาพและอุบัติเหตุ วงเงินสูงสุด 3 ล้านบาท
แผนประกัน Asia Gold
รายละเอียดโปรดสแกนด้านข้าง
**เงื่อนไขตามกรมธรรม์ประกันภัย*

อัตราค่าบริการไม่รวม

ค่าธรรมเนียมการจัดทำหนังสือเดินทาง

ค่าธรรมเนียมวีซ่าจีน (กรณีที่ต้องใช้วีซ่าสำหรับเข้าประเทศจีน)
*(ทางรัฐบาลจีนประกาศยกเลิกวีซ่าให้กับคนไทย ผู้ที่ประสงค์ จะพำนักระยะสั้นในประเทศจีน ในรอบ 6 เดือน ไม่เกิน 90 วัน **ถ้ากรณีทางรัฐบาลจีนประกาศให้กลับมาใช้วีซ่า ผู้เดินทางจะต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่มในการขอวีซ่าตามที่สถานทูตกำหนด)*

ค่าทิปมัคคุเทศก์ท้องถิ่นและคนขับรถ 2,000 บาท / ท่าน / ทริป
เพื่อความสะดวกในการจัดการ จึงต้องขออนุญาตเรียกเก็บค่าทิป ณ สนามบินในวันแรกของการเดินทาง

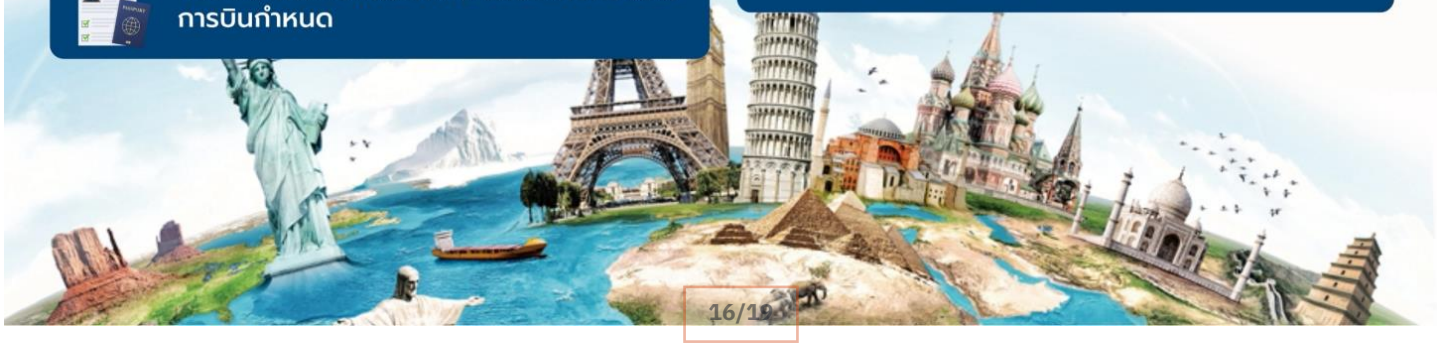
ค่าน้ำหนักกระเป๋าเดินทางในกรณีที่เกินกว่าสายการบินกำหนด

ค่าใช้จ่ายส่วนตัว อาทิเช่นค่าเครื่องดื่มที่สั่งพิเศษ, ค่าโทรศัพท์, ค่าซักรีด, ค่าธรรมเนียมหนังสือเดินทาง, ค่าน้ำหนักเกินจากทางสายการบินกำหนด, ค่ารักษาพยาบาล กรณีเกิดการเจ็บป่วยจากโรคประจำตัว, ค่ากระเป๋าเดินทางหรือของมีค่าที่สูญหายในระหว่างการเดินทาง เป็นต้น

สำหรับท่านที่รับประทานอาหารพิเศษ อาหารเจ หรือไม่ทานเนื้อสัตว์ ไม่ทานหมู ไม่ทานไก่ และมีความจำเป็นให้ทางบริษัท จัดเตรียมอาหารไว้ให้ท่านเป็นพิเศษนอกเหนือจากที่กรุ๊ปจัดไว้ในรายการ ขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมที่เกิดขึ้นตามจริง

ค่าธรรมเนียมน้ำมันและภาษีสนามบิน ในกรณีที่สายการบินมีการปรับขึ้นราคา ซึ่งลูกค้าต้องชำระส่วนต่างเพิ่ม

อัตราค่าทัวร์ที่นำเสนอนี้ ได้รวมภาษีน้ำมันและภาษีสนามบินตามอัตราปัจจุบัน ณ วันที่ออกโปรแกรมแล้ว อย่างไรก็ตาม หากก่อนวันเดินทางทางสายการบินมีการประกาศปรับขึ้นค่าภาษีน้ำมัน ภาษีสนามบิน หรือมีค่าใช้จ่ายเพิ่มส่วนอื่นๆ (แม้ว่าทางบริษัทฯ จะได้ทำการออกตั๋วเครื่องบินไปแล้วก็ตาม) ทางบริษัทฯ ขอความกรุณาเรียกเก็บค่าใช้จ่ายในส่วนต่างนี้เพิ่มตามความเป็นจริง



1. การเดินทางในแต่ละครั้งจะต้องมีผู้โดยสารจำนวน 9 ท่านขึ้นไป ถ้าผู้โดยสารไม่ครบจำนวนดังกล่าว ทางบริษัทฯขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงราคาหรือยกเลิกการเดินทาง
2. ในกรณีที่ลูกค้าต้องออกตั๋วโดยสารภายในประเทศ กรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ของบริษัทฯ เพื่อเช็คว่ากรุ๊ปมีการคอนเฟิร์มเดินทางก่อนทุกครั้ง เนื่องจากสายการบินอาจมีการปรับเปลี่ยนไฟล์ทบิน หรือเวลาบิน โดยไม่ได้แจ้งให้ทราบล่วงหน้า ทางบริษัทฯ จะไม่รับผิดชอบใด ๆ ในกรณี ถ้าท่านออกตั๋วภายในโดยไม่แจ้งให้ทราบและหากไฟล์ทบินมีกาปรับเปลี่ยน เวลาบินเพราะถือว่าท่านยอมรับในเงื่อนไขดังกล่าว
3. การชำระค่าบริการ
   3.1 กรุณาชำระมัดจำ ท่านละ 10,000 บาท
   3.2 กรุณาชำระค่าทัวร์เต็มจำนวน ในกรณีที่ค่าทัวร์ราคาต่ำกว่า 10,000 บาท
   3.3 กรุณาชำระค่าทัวร์ส่วนที่เหลือ 30 วันก่อนออกเดินทาง **45 วันก่อนเดินทางสำหรับช่วงสงกรานต์และปีใหม่**
   3.4 กรณีวันเดินทางน้อยกว่า 21 วัน หรือราคาทัวร์โปรโมชั่น ต้องชำระค่าทัวร์เต็มจำนวนเท่านั้น
4. กรณีผู้เดินทางที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ เช่น การขอใช้วีลแชร์ที่สนามบิน กรุณาแจ้งบริษัทฯ อย่างน้อย 7 วันก่อนการเดินทาง หรือเริ่มตั้งแต่ท่านจองทัวร์ มิฉะนั้นทางบริษัทฯไม่สามารถจัดการได้ล่วงหน้า ทางบริษัทฯขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายตามจริงที่เกิดขึ้นกับผู้เดินทาง (ถ้ามี)
5. กรณีใช้หนังสือเดินทางราชการ (เล่มน้ำเงิน) เดินทางเพื่อการท่องเที่ยวกับคณะทัวร์ หากท่านถูกปฏิเสธในการเข้า–ออกประเทศใด ๆ ก็ตาม ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนค่าทัวร์และรับผิดชอบใด ๆ ทั้งสิ้น
6. ทางบริษัทฯ ทำหน้าที่เป็นเพียงตัวแทนในการประสานงานการเดินทางเท่านั้น และ ขอสงวนสิทธิ์ปฏิเสธความรับผิดชอบและไม่สามารถคืนเงินค่าบริการหรือชดเชยค่าเสียหายใดๆ ได้ในทุกกรณี สำหรับความสูญเสีย, ความเสียหาย, หรือค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นของนักท่องเที่ยว ซึ่งเกิดจากเหตุสุดวิสัยและปัจจัยที่นอกเหนือการควบคุมของบริษัทฯ อาทิเช่น: ภัยธรรมชาติ, สภาพอากาศแปรปรวน, ภัยสงคราม, การจลาจล, การนัดหยุดงาน, โรคระบาด, การยกเลิก/ล่าช้า/เปลี่ยนแปลงตารางการบิน, ความขัดข้องของการคมนาคม, อุบัติเหตุ, ความเจ็บป่วย, การสูญหายหรือเสียหายของสัมภาระ, ตลอดจนการถูกปฏิเสธการเข้า-ออกเมือง หรือข้อห้ามทางกฎหมายจากเจ้าหน้าที่รัฐ ทั้งนี้ บริษัทฯ จะให้ความช่วยเหลือทางด้านการประสานงานอย่างสุดความสามารถ

โปรดตรวจสอบ PASSPORT : กรุณานำพาสปอร์ตติดตัวมาในวันเดินทาง พาสปอร์ตต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า 6 เดือน หรือ 180 วัน ขึ้นไปก่อนการเดินทาง และต้องมีหน้ากระดาษอย่างต่ำ 6 หน้า
หมายเหตุ : สำหรับผู้เดินทางที่อายุไม่ถึง 18 ปี และไม่ได้เดินทางกับบิดา มารดา ต้องมีจดหมายยินยอมให้บุตรเดินทางไปต่างประเทศจากบิดาหรือมารดาแนบมาด้วย

รายการทัวร์อาจมีการปรับเปลี่ยนหรือยกเลิกตามสภาพอากาศและความเหมาะสม โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้เดินทางเป็นหลัก โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า

การยกเลิก

การแจ้งยกเลิกการเดินทาง

หากต้องการยกเลิกหรือเลื่อนการเดินทาง ผู้จอง (หรือผู้มีชื่อในเอกสารการจอง) ต้องแจ้งเป็นลายลักษณ์อักษรโดยเลือกวิธีใดวิธีหนึ่งดังนี้

- อีเมลล์ถึงบริษัท
- ลงนามในเอกสารยกเลิกที่บริษัท

(ทางบริษัทไม่รับแจ้งผ่านทางโทรศัพท์ทุกกรณี)

การขอรับเงินคืน

ผู้จองต้องยื่นคำขอเป็นลายลักษณ์อักษร พร้อมเอกสารดังต่อไปนี้

- หลักฐานการชำระเงิน
- สำเนาหน้าสมุดบัญชีธนาคารสำหรับรับเงินคืน
- หนังสือมอบอำนาจ (กรณีมอบอำนาจ)

บริษัทฯ จะดำเนินการคืนเงินตาม ประกาศคณะกรรมการธุรกิจนำเที่ยวและมัคคุเทศก์ เรื่อง หลักเกณฑ์การจ่ายเงินค่าบริการคืนให้แก่นักท่องเที่ยว พ.ศ. 2563

ยกเลิกก่อนเดินทาง 30 วันขึ้นไป (ไม่นับวันเดินทาง)

คืนเงินค่าทัวร์ หลังหักค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริง

ยกเลิกก่อนเดินทาง 15-29 วัน (ไม่นับวันเดินทาง)

คืนเงิน 50% ของค่าทัวร์ หลังหักค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริง

ยกเลิกก่อนเดินทางน้อยกว่า 15 วัน (ไม่นับวันเดินทาง)

บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ ไม่คืนเงินค่าทัวร์

กรณีไม่ใช้บริการบางรายการ

หากผู้เดินทางงดใช้บริการ สถานที่ หรือรายการใดรายการหนึ่ง บริษัทฯ จะถือว่าท่านสละสิทธิ์ และไม่สามารถเรียกร้องเงินคืนสำหรับรายการดังกล่าวได้ทุกกรณี

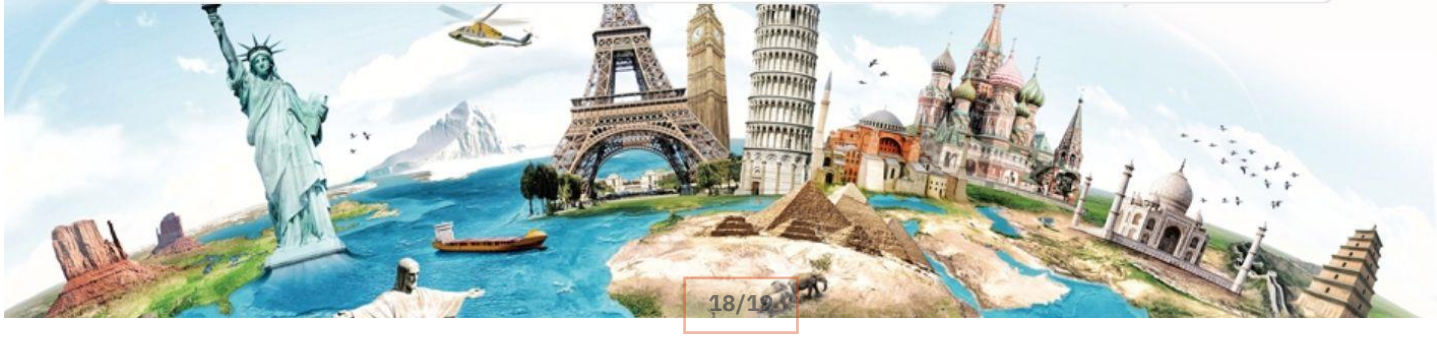
กรณีถูกปฏิเสธการเข้า - ออกประเทศ

หากหน่วยงานตรวจคนเข้าเมืองปฏิเสธการเดินทาง บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ ไม่คืนค่าทัวร์ทุกกรณี

หมายเหตุ : การอนุญาตให้เดินทางเข้า-ออกประเทศเป็นดุลยพินิจของเจ้าหน้าที่ตรวจคนเข้าเมือง ผู้เดินทางต้องรับผิดชอบคุณสมบัติและเอกสารของตนเอง บริษัทฯ ไม่สามารถแทรกแซงหรือรับรองผลการพิจารณาได้

ค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริง ได้แก่

ค่าใช้จ่ายในการเตรียมการเดินทาง เช่น ค่ามัดจำตั๋วเครื่องบิน ค่าบริการภาคพื้นในต่างประเทศ และค่าใช้จ่ายอื่นที่เกี่ยวข้อง



ข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับสายการบิน

- **ที่นั่งบนเครื่องบิน** ถูกจัดโดยสายการบินแบบอัตโนมัติ ผู้โดยสารไม่สามารถเลือกหรือรับประกันว่าจะได้นั่งติดกันได้
- **ที่นั่ง Long Leg** อยู่ที่แถวหน้าหรือบริเวณประตูฉุกเฉิน สงวนสิทธิ์ให้เฉพาะผู้มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ เช่น ร่างกายแข็งแรง และอยู่ในดุลยพินิจของเจ้าหน้าที่เช็กอินเท่านั้น
- **บริษัทฯ ได้ชำระมัดจำค่าตั๋วแล้ว** หากยกเลิกทัวร์ บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนค่ามัดจำ (ประมาณ 1,000–10,000 บาท แล้วแต่สายการบินและช่วงเวลา)

ทางบริษัทฯ ไม่รับผิดชอบค่าใช้จ่ายตั๋วเครื่องบินภายในประเทศทุกกรณี

หากเดินทางจากต่างจังหวัด ค่าเดินทาง เช่น ตั๋วเครื่องบิน รถไฟ รถทัวร์ และที่พัก ไม่รวมในรายการทัวร์ และหากเที่ยวบินภายในประเทศเปลี่ยนแปลง ยกเลิก หรือมีเหตุสุดวิสัย บริษัทฯ ไม่รับผิดชอบค่าใช้จ่ายส่วนนี้

ข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับโรงแรมที่พัก

- **ห้องไม่ติดกัน** เนื่องจากแปลนห้องแต่ละโรงแรมต่างกัน ห้องพักแต่ละประเภทอาจอยู่คนละอาคาร หรือห้องไม่ติดกันได้
- **ห้องแบบ 3 ท่าน** กรณีพักแบบ TRIPLE ROOM 3 ท่าน ท่านที่ 3 อาจเป็นเสริมเตียง หรือ SOFA BED หรือ เสริมฟูกที่นอน ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับรูปแบบการจัดห้องพักของโรงแรมนั้นๆ
- **แอร์** โรงแรมในยุโรปมักไม่มีเครื่องปรับอากาศ เนื่องจากสภาพอากาศเย็น
- **หากมีงานพิเศษในพื้นที่** เช่น ประชุมนานาชาติ Trade fair, เทศกาล ทำให้โรงแรมราคาเพิ่มและเต็ม บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ปรับหรือย้ายเมืองตามความเหมาะสม"

ตัวอย่างประเภทห้องพัก *เป็นเพียงตัวอย่างเพื่อให้เห็นภาพสำหรับประเภทห้องในแบบต่างๆ