




แทมฟรี
ระบังทิเบต
ผ้าต้อนรับชาติ
ออกซิเจนขวดเล็ก

ทีวีไม่จจ้าน

ตำหนักนอร์บูลิงขา

ทะเลสาบยิมดก

ธารน้ำแข็งคาโนล่า

เดินทาง
04-09 / 11-16 / 20-25 กันยายน 2567
16 - 21 ตุลาคม 2567

ราคาเพียง
38,888

TIBET
ซูปตาร์...เปิดตัวทิเบต

ไฮไลท์!! ชมดินแดนอันศักดิ์สิทธิ์ที่ยิ่งใหญ่สุดอลังการ
พระราชวังโปตาลาเต็มตำรรมชาติและความสวยงาม
ทะเลสาบยิมดก  พักโรงแรมระดับ 4 ★

LXA8L0124

6 วัน | 5 คืน



สายการบิน Lucky Air



น้ำหนักกระเป๋า 20 kg.

TIBET

ซูปตาร์...เปิดตัวทิเบต

LXA8L0124

6 วัน 5 คืน

 **Lucky Air**
祥鹏航空

 น้ำหนักกระเป๋า 20 kg.
ขึ้นเครื่องไม่เกิน 7 กก./ท่าน

ขาไป	ไพล้น	ออก	ถึง
8L868	BKK - KMG	13.30	17.00
8L9751	KMG - LXA	06.35	09.30

ขากลับ	ไพล้น	ออก	ถึง
8L9748	LXA - KMG	17.10	19.35
8L867	KMG - BKK	10.05	11.35

วันที่	โปรแกรมการท่องเที่ยว	อาหาร			ที่พัก
		เช้า	กลางวัน	เย็น	
1	<ul style="list-style-type: none"> ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ ประเทศไทย ทำอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสุ่ย ประเทศจีน 				FEI XING HOTEL ★★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
2	<ul style="list-style-type: none"> (บินภายใน) สนามบินคุนหมิงฉางสุ่ย เมืองคุนหมิง สนามบินลาซากังก่า เมืองลาซา เขตปกครองตนเองทิเบต พระราชวังโนร์พูลิงกา • พิพิธภัณฑทิเบต Option : โชว์เจ้าหญิงเหวินเจิง 	 SET BOX			TASHI PHODRONG TIBET CULTURE HOTEL ★★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
3	<ul style="list-style-type: none"> พระราชวังโปตาลา • วัดโจคัง ถนนแปดเหลี่ยม หรือ ตลาดบาเคอร์ 				TASHI PHODRONG TIBET CULTURE HOTEL ★★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
4	<ul style="list-style-type: none"> เมืองเจียนเซ่ • ทะเลสาบยัมดรก • รารน้ำแข็งคาโนลา เมืองซีกัตเซ่ 				SCHERY HOTEL ★★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
5	<ul style="list-style-type: none"> วัดจาซือหลุนปู่ • เมืองลาซา • สนามบินลาซากังก่า เมืองลาซา สนามบินคุนหมิงฉางสุ่ย เมืองคุนหมิง 				PIN HUA YUE JIA HOTEL ★★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
6	<ul style="list-style-type: none"> ทำอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสุ่ย ประเทศจีน ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ ประเทศไทย 				



พระราชวังโปตาลา



ทะเลสาบยัมดรก



รารน้ำแข็งคาโนลา



วัดโจคัง

*ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการสลับโปรแกรมทัวร์ตามความเหมาะสมขึ้นอยู่กับสถานการณ์หน้างาน โดยคำนึงถึงผลประโยชน์ของลูกค้าเป็นสำคัญ

วันเดินทาง	ราคาผู้ใหญ่	พักเดี่ยว
04 – 09 กันยายน 2567	38,888	6,000
11 – 16 กันยายน 2567	38,888	6,000
20 – 25 กันยายน 2567	38,888	6,000
16 – 21 ตุลาคม 2567	38,888	6,000

ราคาไม่รวมค่าทิปมัคคุเทศก์ท้องถิ่น คนขับรถท้องถิ่นตามธรรมเนียม ท่านละ 1,500 บาท/ท่าน/ทริป
 สำหรับหัวหน้าทัวร์จากเมืองไทย (ตามความพึงพอใจในการบริการ)
 ขอสงวนสิทธิ์ไม่รับจอยแลนต์ (JOINLAND) และเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปีบริบูรณ์ (INFANT)

Note Tibet

ข้อมูลสำคัญก่อนออกเดินทาง

- เตรียมร่างกายให้พร้อม แข็งแรง พักผ่อนให้เพียงพอ
- ผู้ที่มีโรคประจำตัว ควรปรึกษาแพทย์ก่อนเดินทาง
- ผู้ที่มีโรคหัวใจ โรคความดันต่ำ โรคความดันสูง และโรคไทรอยด์ไม่แนะนำให้เดินทางไปเส้นนี้
- อายุเกิน **70** ปี ต้องมีใบรับรองแพทย์ (ภาษาอังกฤษ) อายุ **80** ขึ้นไป ไม่สามารถเดินทางได้
- ไม่เหมาะกับลูกค้าที่มีวีลแชร์
- เตรียมยาโรคประจำตัว (ถ้ามี) หรือยาสามัญต่างๆ เช่น ยาแก้ท้องเสีย ยาแก้ปวดยาแก้แพ้ เป็นต้น
- เตรียมขมอมที่ให้พลังงาน ขมอมที่มีน้ำตาล เช่น ช็อกโกแลต เป็นต้น

วันแรก ท่าอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ ประเทศไทย - ท่าอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสฺย ประเทศจีน

10.30 น. สมาชิกทุกท่านพร้อมกัน ณ ท่าอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ อาคารผู้โดยสารขาออก ชั้น 4 ประตู 10 จากนั้นนำท่านเช็คอินเคาท์เตอร์สายการบินลักกี้แอร์ (8L) โดยมีเจ้าหน้าที่ส่งทัวร์และหัวหน้าทัวร์ คอยต้อนรับและแจกเอกสารการเดินทาง จากนั้นนำท่านเช็คอินและโหลดสัมภาระ

13.30 น. ออกเดินทางสู่ ท่าอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสฺย ประเทศจีน โดยสายการบิน ลักกี้แอร์ (8L) เที่ยวบินที่ 8L868 (ไม่มีบริการอาหารบนเครื่อง)

17.00 น. เดินทางถึง ท่าอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสฺย ประเทศจีน ผ่านพิธีการตรวจคนเข้าเมืองและศุลกากรตามขั้นตอนเรียบร้อยแล้วนำท่านรับสัมภาระ (เวลาท้องถิ่นประเทศจีนเร็วกว่าเวลาประเทศไทย 1 ชั่วโมง)

เย็น บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

ที่พัก FEI XING HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานของจีน หรือเทียบเท่า

วันที่สอง (บินภายใน) สนามบินคุนหมิงฉางสฺย เมืองคุนหมิง - สนามบินลาซากังก่า เมืองลาซา เขตปกครองตนเองทิเบต - พระราชวังโนร์พูลิงกา - พิพิธภัณฑท์ทิเบต - Option: ไขว้เจ้าหญิงเหวินเฉิง

เช้า บริการอาหารเช้า แบบ SET BOX

นำท่านเดินทางสู่สนามบินคุนหมิงฉางสฺย เพื่อบินภายในประเทศ

06.35 น. ออกเดินทางสู่ สนามบินลาซากังก่า เมืองลาซา เขตปกครองตนเองทิเบต โดยเที่ยวบินที่ 8L9751 (ไม่มีบริการอาหารบนเครื่อง)

09.30 น. เดินทางถึง สนามบินลาซากังก่า ของเขตปกครองตนเองทิเบต ตัวสนามบินตั้งอยู่ที่ระดับความ สูง 3,570 เมตรเหนือระดับน้ำทะเล ซึ่งอยู่สูงเป็นอันดับที่ 12 ของโลก

กลางวัน บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

ชมความสวยงามของ พระราชวังโนร์พูลิงกา หรือพระราชวังฤดูร้อนโนร์พูลิงกา เป็นพระราชวัง ล้อมรอบไปด้วยอุทยานขนาดใหญ่ ตั้งอยู่ในลาซา เขตปกครองตนเองทิเบต เป็นสิ่งก่อสร้างหนึ่งใน กลุ่มโบราณสถานพระราชวังโปตาลา ซึ่งได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นมรดกโลกในปี ค.ศ. 2001 สร้าง โดยองค์ทะไลลามะ องค์ที่ 7 และทะไลลามะองค์อื่นสร้างต่อกันมาเรื่อยๆ จนสมบูรณ์สวยงาม ชม บัลลังก์เทวราชและงานจิตรกรรมฝาผนังที่วิจิตรงดงาม จุดเด่นที่ผู้มาเยือนรู้จักพระราชวังฤดูร้อน แห่งนี้ดีคือ "ตำหนักคัมซัม ซินอน" สร้างโดยทะไลลามะองค์ที่ 8 นอกจากนี้ ยังให้สร้างลานแสดง ธรรม พร้อมทั้งให้ชุดลอกสระน้ำเป็นบึงใหญ่ พร้อมสร้างวังกลางบึงและสะพานเชื่อมขึ้นทั้งสองด้าน จนเป็นอีกหนึ่งทัศนียภาพอันงดงามของพระราชวัง



จากนั้นนำท่านเดินทางสู่ **พิพิธภัณฑ**
ทิเบต เป็นพิพิธภัณฑท์อย่างเป็นทางการ
ของเขตปกครองตนเองทิเบตของจีนใน
ลาซา เป็นพิพิธภัณฑท์ขนาดใหญ่ และ
ทันสมัยแห่งแรกในเขตปกครองตนเอง
ทิเบต มีโบราณวัตถุมากกว่า 520,000
ชิ้น รวมถึงเครื่องปั้นดินเผา หยก และ
พระพุทธรูป มีการรวบรวมสิ่งประดิษฐ์
กว่า 1,000 ชิ้นที่ถูกจัดแสดงเกี่ยวกับ
ประวัติศาสตร์วัฒนธรรมของทิเบต



✚ Option: โข้วเจ้าหญิงเหวินเฉิง ราคาประมาณ 400 – 600 หยวน

โข้วเกี่ยวกับประวัติเจ้าหญิงเหวินเฉิงแห่งจีน ที่ถูกส่งมาอภิเษกสมรมกับกษัตริย์จางชานก้านบูแห่งทิเบต
เพื่อเชื่อมสัมพันธ์ไมตรีสองดินแดน ชมโข้วทั้งแสงสีเสียงที่จัดเต็ม (หมายเหตุสำคัญ ราคาทัวร์นี้ยังไม่รวม
ค่าบริการ Option หากท่านไหนที่สนใจสามารถสอบถามราคากับทางหัวหน้าทัวร์หรือไกด์ท้องถิ่นอีกครั้ง)

เย็น ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

ที่พัก TASHI PHODRONG TIBET CULTURE HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานของจีน หรือเทียบเท่า

เช้า บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม

จากนั้น เยือนสถานที่ศักดิ์สิทธิ์แห่งดินแดนทิเบต **พระราชวังโปตาลา** ตั้งอยู่บนยอดเขามาร์โปรี (เขาแดง) ในหุบเขาของเมืองลาซา โดยคำว่า “โปตาลา” มาจากภาษาอินเดียโบราณ หมายถึง “ดินแดนอันศักดิ์สิทธิ์ของพระโพธิสัตว์เจ้าแม่กวนอิม” นับเป็นภาพที่คุ้นตาของนักท่องเที่ยวจากทั่วทุกมุมโลก เมื่อนึกถึงทิเบตกับภาพพระราชวังโบราณบนยอดเขา อาคาร 13 ชั้น ที่มีห้องต่างๆ เกือบ 1,000 ห้อง และมีเสาค้ำยันอยู่กว่า 15,000 ต้น ซึ่งองค์ทะไลลามะทรงมีพระบัญชาให้สร้างวังในลักษณะของวังซ้อนวัง พระราชวังชั้นนอก เรียกว่า “วังขาว” เพราะทาสีขาว เป็นอาคารสูง 7 ชั้น ใช้เป็นสถานที่ทรงงานดูแลบริหารบ้านเมืองและศาสนา พระราชวังชั้นใน เรียกว่า “วังแดง” ได้ชื่อตามผนังที่ทาสีแดง สร้างภายหลังวังขาวเกือบ 50 ปี แบ่งออกเป็น 6 ชั้น ใช้ประดิษฐานองค์สถูปของทะไลลามะ และเป็นสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา พระราชวังโปตาลาได้รับการขึ้นทะเบียนให้เป็นแหล่งมรดกโลกโดยองค์การยูเนสโก (UNESCO) ในปี 1994 อีกหนึ่งสิ่งที่จะได้พบเห็นคนทิเบตกำลังมุงม้านกับการกราบแบบ “อัมฆางค์ประดิษฐ์” อยู่ทุกหนแห่ง โดยการเดิน 3 ก้าว แล้วก้มลงกราบกับพื้นไหว้ทีหนึ่ง เป็นวิธีการของชาวทิเบตที่จะจารึกแสงบุญอันยิ่งใหญ่ ถือเป็นพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ที่สืบทอดกันมา



กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร อาหารพื้นเมือง

ชมความสวยงามของ **วัดโจคัง** ถือได้ว่าเป็นวัดที่ศักดิ์สิทธิ์ที่สุดของดินแดนหลังคาโลก เป็นศูนย์รวมจิตใจและเป็นจุดหมายปลายทางการจาริกแสวงบุญของชาวทิเบต สร้างขึ้นในศตวรรษที่ 7 พร้อมกับพระราชวังโปตาลา โดยกษัตริย์ซองเชินกัมโปที่รับศาสนาพุทธเข้าสู่ทิเบต สร้างขึ้นเพื่อประดิษฐาน พระพุทธรูปทองคำ ที่องค์หญิงเหวินเฉิงทรงอาราธนามายังทิเบต



อิสระเดินเที่ยว **ถนนแปดเหลี่ยมหรือตลาดบาเคอร์** ถนนที่อยู่รอบวัดโจคัง ชาวทิเบตมีความเชื่อว่าถนนแปดเหลี่ยมนี้เป็นเส้นทางจกรรมจากชาตินี้สู่ชาติหน้าได้ ตลาดบาเคอร์เป็นตลาดทิเบตที่ใหญ่ที่สุดของเมืองลาซา โดยมีความยาว 800 เมตร สามารถพบเห็นการดำเนินชีวิตของชาวทิเบตได้ และเลือกซื้อของที่ระลึกมากมาย งานฝีมือต่างๆ ที่ชาวทิเบตนำมาวางขายรอบถนนสายนี้ นอกจากนี้ ยังมีร้านค้าต่างๆ ที่เป็นของชาวเนปาลและชาวอินเดียด้วย



เย็น

บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

ที่พัก

TASHI PHODRONG TIBET CULTURE HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานของจีน หรือเทียบเท่า

เช้า บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม

จากนั้น ออกเดินทางสู่ **เมืองเจียนเซ่** (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 3-4 ชั่วโมง) เมืองที่เป็นที่ตั้งของ 1 ใน 4 ทะเลสาบศักดิ์สิทธิ์ของชาวทิเบต อยู่ห่างจากกรุงลาซาประมาณ 100 กิโลเมตร ระหว่างเดินทางจะผ่านวิวธรรมชาติอันหลากหลายของประเทศจีน บางช่วงรถจะแล่นผ่านช่องแคบที่สูงเกือบ 5,000 เมตร จากระดับน้ำทะเล และต้องลัดเลาะไปตามไหล่เขา บางช่วงรถต้องวิ่งข้ามแม่น้ำสายกว้างที่ชื่อ “ยาร์ลุง ชังโป” หรือที่คนไทยเรารู้จักกันในชื่อ “แม่น้ำพรหมบุตร”



นำท่านเก็บภาพความประทับใจหนึ่งใน ทะเลสาบศักดิ์สิทธิ์ของชาวทิเบต **ทะเลสาบยัมดรก** เป็นทะเลสาบน้ำจืดที่ใหญ่ที่สุดในทิเบต ถูกโอบล้อมไปด้วยภูเขาที่ถูกปกคลุมไปด้วยหิมะ และลำธารที่แยกย่อยออกไปหลายสาย ยามทะเลสาบต้องกับแสงแดดที่สาดลงมา ผืนน้ำสีเทอควอยซ์ก็จะเปล่งประกายสวยงาม สร้างความประทับใจแก่ผู้มาเยือน จนได้รับการขนานนามว่า “อัญมณีแห่งทิเบต”

กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

จากนั้น ออกเดินทางสู่ เมืองซีกัตเซ่ (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 5 ชั่วโมง) เมืองใหญ่อันดับสองของทิเบต เปรียบเสมือนประตูหน้าต่างบนเส้นทางสายมิตรภาพระหว่างจีนกับเนปาล ซึ่งเชื่อมต่อเข้าสู่ EVEREST BASE CAMP (EBC) ได้อย่างสะดวกสบาย ภาพวิวทิวทัศน์ตลอดเส้นทางสวยงามเป็นที่สุดเกินกว่าจะบรรยายได้ ระหว่างทางแวะชมความงามของ ธารน้ำแข็งคาโนลา ที่ระดับความสูง 5,036 เมตร ธารน้ำแข็งสีขาวสะอาดตาทอดตัวพาดผ่านกำแพงภูเขาขนาดใหญ่



เย็น

รับประทานอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร

ที่พัก

SCHERY HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานของจีน หรือเทียบเท่า

วันที่ห้า

วัดต้าสื่อหลุนบู – เมืองลาซา - สนามบินลาซากังก่า เมืองลาซา - สนามบินคุนหมิงฉางสุ่ย
เมืองคุนหมิง

เช้า

บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม

จากนั้นชมความสวยงามของ **วัดต้าสื่อหลุนบู** อารามใหญ่ประจำเมืองที่ถือเป็น 1 ใน 4 ศาสนสถานสำคัญของทิเบต สถานที่ประทับขององค์ปามเซนลามะ วิหารที่สำคัญที่สุดของอารามคือ วิหารเมตไตรย สร้างขึ้นในปี 1914 ภายในประดิษฐานพระเมตไตรยหล่อขึ้นจากทองคำสูง 26 เมตร ซึ่งเป็นองค์ที่ใหญ่ที่สุดในโลก ใช้เวลาในการก่อสร้างนาน 4 ปี บรรยากาศในวัดคึกคักดูไม่เงียบเหงา นอกจากมีพระลามะจับกลุ่มเดินไปมาแล้ว ยังมีผู้ศรัทธาในพระศาสนาเดินเข้าออกเพื่อไปสักการบูชาพระพุทธรูปที่อยู่ตามหอสวดมนต์ต่างๆ



จากนั้นทำออกเดินทางสู่ เมืองลาซา (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 4 ชั่วโมง)

กลางวัน

บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

17.10 น.

ออกเดินทางสู่ **เมืองคุนหมิง** ประเทศจีน โดยเที่ยวบินที่ **8L9748** (ไม่มีบริการอาหารบนเครื่อง)

19.35 น.

เดินทางถึง สนามบินคุนหมิงฉางสุ่ย และนำท่านเข้าสู่ที่พัก

เย็น

รับประทานอาหารเย็น ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

ที่พัก

PIN HUA YUE JIA HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานของจีน หรือเทียบเท่า

วันที่หก ทำอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสู่ย ประเทศจีน - ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ ประเทศไทย

เช้า บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม

ได้เวลาอันสมควรนำท่านออกเดินทางสู่ ทำอากาศยานนานาชาติคุนหมิงฉางสู่ย เพื่อเดินทางกลับประเทศไทย

10.05 น. เดินทางสู่ ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ ประเทศไทย โดยสายการบิน ลัคกี้แอร์ (8L) เที่ยวบินที่ 8L867 (ไม่มีบริการอาหารบนเครื่อง)

11.35 น. เดินทางถึง ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ กรุงเทพฯ โดยสวัสดิภาพ พร้อมความประทับใจ

+++++

หมายเหตุ

เนื่องจากการจองทัวร์ล่วงหน้า ณ วันเดินทางจริง อาจจะมีเหตุการณ์ ที่ทำให้ไฟลท์บินล่าช้า หรือเปลี่ยนแปลงเวลาบิน หากท่านใดมีไฟลท์บินภายในประเทศหรือต่างประเทศก่อนหรือหลังจากการเดินทาง โปรดสำรองเวลาในการจองตัวเครื่องบินไว้อย่างต่ำ 4 - 5 ชั่วโมง ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ทางบริษัทจะไม่รับผิดชอบค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นในส่วนของตัวเครื่องบินที่ไม่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมทัวร์

บริษัทขอสงวนสิทธิ์ : ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการสลับโปรแกรมทัวร์ตามความเหมาะสม โดยไม่แจ้งให้ทราบล่วงหน้า อันเนื่องมาจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากเหตุสุดวิสัยเช่น เหตุการณ์ทางธรรมชาติ การเมือง สภาพการจราจรทั้งทางบกและทางอากาศ สถานะห้องพักของแต่ละโรงแรม รวมไปถึงสภาพอากาศที่ไม่เอื้ออำนวยทั้งนี้ทางเราจะคำนึงถึงความปลอดภัยและผลประโยชน์ของลูกค้าเป็นสำคัญ และการบริการของรถบัสนำเที่ยวตามกฎหมายของประเทศจีนสามารถให้บริการวันละ 10 ชั่วโมง มีอาจเพิ่มเวลาได้โดยมีคฤศกและคนขับจะเป็นผู้บริหารเวลาตามความเหมาะสม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพการจราจรในวันเดินทางนั้น ๆ เป็นหลัก จึงขอสงวนสิทธิ์ ในการปรับเปลี่ยนเวลาท่องเที่ยวตามสถานที่ในโปรแกรมการเดินทาง

ข้อมูลสำคัญที่ท่านควรรทราบ

เนื่องจากเส้นทางท่องเที่ยวนี้เป็นแบบพื้นที่ราบสูงจึงมีข้อควรระวังดังนี้

โรคแพ้พื้นที่สูง คือ อาการของร่างกายที่ขาดออกซิเจนจากการอยู่บนที่สูง ซึ่งมีอากาศเบาบาง (ยิ่งสูง ออกซิเจนก็ยิ่งน้อยลง) เนื่องจากบนที่สูงความหนาแน่นของโมเลกุลออกซิเจนจะน้อยกว่าอากาศในที่ต่ำใกล้ระดับน้ำทะเลอย่างประเทศไทย จะเป็นการสูดลมหายใจเต็มปอด 1 ครั้ง จะได้จำนวนปริมาตรของอากาศน้อยกว่าเดิม ทำให้เกิดอาการขาดออกซิเจนแบบไม่รู้ตัว และร่างกายทำงานหนักขึ้นเพื่อปรับตัว เช่น หัวใจเต้นเร็วขึ้น กระดูโยสั่นหลังผลิตเม็ดเลือดมากขึ้น เพื่อเพิ่มปริมาณออกซิเจนในร่างกาย เป็นต้น จนทำให้เกิดอาการต่างๆ ตามมา ตั้งแต่อาการเล็กๆ น้อยๆ จนกระทั่ง รุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต โดยคนทั่วไปมักจะเริ่มมีอาการเมื่ออยู่บนพื้นที่สูงตั้งแต่ 3,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล ซึ่งมีปริมาณออกซิเจนเพียง 75% ของอากาศระดับน้ำทะเลในปริมาณที่เท่ากัน อย่างไรก็ตาม บางคนอาจมีอาการเวียนศีรษะ คลื่นไส้ และเหนื่อยง่ายได้ แม้ว่าจะอยู่ในระดับความสูงเพียงประมาณ 1,800 เมตรอย่างในนครคุนหมิง โรคแพ้พื้นที่สูงแบ่งเป็น 3 กลุ่มอาการ ได้แก่

1. Acute Mountain Sickness (AMS) เป็นอาการเริ่มแรก เช่น มีอาการปวดหัวเล็กน้อย นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย คลื่นไส้ เป็นต้น หากมีอาการเช่นนี้ ให้พักผ่อนมากๆ หลีกเลี่ยงการขึ้นไปยังที่สูงกว่านี้ ควรพักผ่อนจนกว่าจะอาการดีขึ้นถึงไปต่อ หากแยลง อาการจะหนักขึ้นไปเป็นกลุ่มอาการที่ 2 หรือ 3

2. High Altitude Cerebral Edema หรือภาวะสมองบวมจากการแพ้พื้นที่สูง อาการนี้เป็นอาการต่อเนื่องจาก AMS โดยมีอาการปวดหัวรุนแรง คลื่นไส้ อาเจียนมาก เดินเซ ชัก พูดไม่รู้เรื่อง โคม่า หรือเสียชีวิต หากมีอาการดังกล่าว ควรรีบลงจากระดับความสูงนั้นให้เร็วที่สุด และไปพบแพทย์ในทันที

3. High Altitude Pulmonary Edema (HAPE) หรือน้ำท่วมปอดจากการแพ้พื้นที่สูง จะมีอาการเช่น เหนื่อยมากขึ้น โดยมักมีอาการเหนื่อยตอนกลางคืน และไอแห้งๆ ข้อแตกต่างระหว่างอาการกลุ่ม AMS และอาการกลุ่มนี้ คือ หากเป็น AMS เมื่อหยุดพักแล้ว จะมีอาการดีขึ้น แต่หากเป็นกลุ่มอาการ HAPE แม้ว่าจะพักสักระยะหนึ่งแล้ว ก็ยังมีอาการเหนื่อยมากขึ้น และอยู่เฉยๆ ก็รู้สึกเหนื่อย ซึ่งแสดงถึงอาการที่อันตรายมาก ต้องพบแพทย์และลงจากที่สูงในทันที อาการของโรคแพ้พื้นที่สูง










ในช่วง 6-12 ชั่วโมงแรก ร่างกายอาจจะยังไม่รู้สึกผิดปกติ เนื่องจากอาจจะยังมีออกซิเจนสะสมในร่างกายอยู่ แต่เมื่อออกซิเจนในร่างกายน้อยลง จะเกิดอาการดังนี้ เหนื่อยง่าย หายใจถี่ หัวใจเต้นเร็วขึ้น เพราะเกิดจากการปรับตัวโดยธรรมชาติของร่างกาย ปวดศีรษะด้านใต้ท้ายทอย เพราะเป็นสมองที่สั่งงานเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ อาหารไม่ย่อย ท้องเสีย ปากเขียวคล้ำ ฯลฯ แล้วแต่บุคคล แต่หากมีอาการขึ้นรุนแรง อาจช็อค หรือเสียชีวิตได้

จะรู้ได้อย่างไรว่าตัวเองเป็นโรคแพ้พื้นที่สูงหรือไม่? และจะต้องเตรียมตัวอย่างไร?






อาการแพ้พื้นที่สูงนี้สามารถเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัย แม้ว่าผู้สูงอายุอาจจะมีความเสี่ยงมากกว่า เนื่องจากความสามารถในการปรับตัวของร่างกายอาจไม่ดีเท่ากับคนวัยหนุ่มสาว และอาจมีโรคประจำตัว อาทิ โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เป็นปัจจัยช่วยเร่ง แต่ที่ผ่านมาก็พบว่า เด็ก วันรุ่น และคนวัยทำงาน ก็มีอาการของโรคนี้ได้เช่นกัน

ดังนั้น จึงควรเตรียมตัวให้พร้อมในการเดินทางไปยังมณฑลมณฑลยูนนานหรือเมืองอื่นๆ ในประเทศจีนที่อยู่เหนือระดับน้ำทะเลในระดับที่ค่อนข้างสูง โดยควรอยู่พักในพื้นที่ที่ไม่สูงมากนักก่อนเพื่อให้ร่างกายได้ปรับตัว ก่อนที่จะขึ้นไปยังที่สูงขึ้นไป หากทราบว่าตนมีความเสี่ยงอยู่แล้ว ควรพกขวดออกซิเจนไว้ (สามารถสอบถามได้ที่หัวหน้าทัวร์หรือไกด์ท้องถิ่น ไม่แนะนำให้ซื้อตามร้านค้าท้องถิ่นเพราะอาจจะเป็นออกซิเจนปลอมได้) หรือเตรียมยาประจำตัว (หากมี) ให้เพียงพอระหว่างการเดินทาง

✓ อัตราค่าบริการรวม

-  อัตรานี้รวม ใบอนุญาตเข้ากิตเบตแล้ว (เนื่องจากกิตเบตเป็นเขตปกครองพิเศษ จึงไม่อยู่ในเงื่อนไขฟรีวีซ่าจีน)
-  ค่าตัวเครื่องบินไป-กลับตามรายการที่ระบุ รวมถึงค่าภาษีสนามบิน และค่าภาษีน้ำมัน (รวมน้ำหนักกระเป๋าถือขึ้นเครื่องท่านละ 7kg และโหลดใต้ท้องเครื่อง ท่านละ 23kg)
-  ค่ารถโค้ชปรับอากาศ
-  โรงแรมที่พักตามที่ระบุ หรือเทียบเท่า (พัก 2-3 ท่าน/ห้อง)
-  ค่าธรรมเนียมเข้าชมสถานที่ต่าง ๆ ตามรายการที่ระบุ
-  ค่าอาหาร ตามรายการที่ระบุ
-  ค่าเบี้ยประกันอุบัติเหตุในการเดินทางท่องเที่ยว วงประกันท่านละ 1,000,000 บาท (เงื่อนไขตามกรมธรรม์)
-  ภาษีมูลค่าเพิ่ม 7 % (เฉพาะค่าบริการ)
-  ภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3 % (เฉพาะค่าบริการ)

× อัตราค่าบริการไม่รวม

-  ค่าใช้จ่ายส่วนตัวของผู้เดินทาง อาทิ ค่าทำหนังสือเดินทาง ค่าโทรศัพท์ ค่าอาหาร เครื่องดื่ม ค่าช้อปปิ้ง ค่ามินิบาร์ในห้องและค่าพาหนะต่าง ๆ ที่มีได้ระบุในรายการ
-  ค่าธรรมเนียมวีซ่าเข้าประเทศจีนสำหรับชาวต่างชาติ ที่ไม่ได้รับการงดเว้นวีซ่าเข้าประเทศจีน
-  ค่าธรรมเนียมในกรณี queกระเป๋าสัมภาระที่มีน้ำหนักเกินกว่าที่สายการบินนั้น ๆ กำหนด หรือสัมภาระใหญ่เกินขนาดมาตรฐาน
-  ค่าภาษีน้ำมัน ที่สายการบินเรียกเก็บเพิ่ม ภายหลังจากทางบริษัทฯ ได้ออกตัวเครื่องบินไปแล้ว
-  ค่าทิปมัคคุเทศก์, คนขับรถ, 1,500 บาท/ท่าน/ทริป (เก็บ ณ วันเดินทาง ที่สนามบิน) ค่าทิปหัวหน้าทัวร์แล้วแต่ความพึงพอใจของท่าน



เงื่อนไขการจอง และ การชำระเงิน

- **ชำระมัดจำท่านละ 10,000 บาท** ภายใน 24 ชั่วโมง หลังจากที่ท่านส่งเอกสารการจอง กรณีลูกค้าทำการจองก่อนวันเดินทางภายใน 30 วัน ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเก็บค่าทัวร์เต็มจำนวน
- ส่วนที่เหลือ ชำระก่อนวันเดินทางอย่างน้อย 30 วัน
- หากไม่ชำระมัดจำตามที่กำหนด ขออนุญาตตัดที่นั่งให้ลูกค้าท่านอื่นที่รออยู่
- หากชำระไม่ครบตามจำนวน บริษัทฯถือว่าท่านยกเลิกการเดินทางโดยอัตโนมัติ โดยไม่มีเงื่อนไข
- เมื่อท่านชำระเงินไม่ว่าจะทั้งหมดหรือบางส่วน ทางบริษัทฯถือว่าท่านได้ยอมรับเงื่อนไขและข้อตกลงต่างๆที่ได้ระบุไว้ทั้งหมดนี้แล้ว
- หากชำระเงินในแต่ละส่วนแล้ว โปรดส่งสำเนาการโอนเงิน มาทางอีเมลล์ของเซลล์ที่ท่านติดต่อ
- ส่งรายชื่อสำรองที่นั่ง ผู้เดินทางต้องส่งสำเนาทะเบียนหนังสือเดินทาง (Passport) หากไม่ส่งสำเนาทะเบียนหนังสือเดินทาง (Passport) มาให้ ทางบริษัทฯขอสงวนสิทธิ์ไม่รับผิดชอบค่าเสียหายอันเกิดจากความผิดพลาดจากการสะกดชื่อ-นามสกุล และอื่นๆ เพื่อใช้ในการจองตั๋วเครื่องบินทั้งสิ้น

กรณีเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์ เดินทางพร้อมญาติ

- สำเนาสูติบัตร (ใบเกิด) กรณีเด็กอายุต่ำกว่า 6 ปี ต้องใช้สูติบัตรตัวจริง
- ใบยินยอมออกให้บุตรเดินทางไปต่างประเทศ ของบิดามารดา ที่ออกให้โดยสำนักงานเขตหรือที่ว่าการอำเภอเท่านั้น

หมายเหตุ : โปรดตรวจสอบ Passport : จะต้องมียุคคงเหลือ ณ วันเดินทางมากกว่า 6 เดือนขึ้นไป และเหลือหน้ากระดาษอย่างต่ำ 2 หน้าหากไม่มั่นใจโปรดสอบถามเจ้าหน้าที่

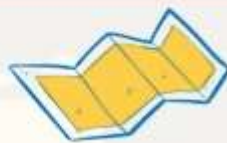


เงื่อนไขยกเลิกการจอง

- ยกเลิกก่อนการเดินทาง ตั้งแต่ 30 วันขึ้นไป คืนเงินค่าทัวร์โดยหักค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริง ในกรณีที่วันเดินทางตรงกับวันหยุดนักขัตฤกษ์ ต้องยกเลิกก่อน 45 วัน
- ยกเลิกก่อนการเดินทาง 15-29 วัน คืนเงิน 50% ของค่าทัวร์ หรือหักค่าใช้จ่ายตามจริง เช่น ค่ามัดจำตัวเครื่องบิน โรงแรม และค่าใช้จ่ายจำเป็นอื่นๆ
- ยกเลิกก่อนการเดินทาง น้อยกว่า 15 วัน ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินค่าทัวร์ที่ชำระแล้วทั้งหมด
- หากมีการยกเลิกการเดินทางโดยไม่ใช้ความผิดของบริษัททัวร์ ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ไม่รับผิดชอบ และ คืนค่าทัวร์ส่วนใดส่วนหนึ่งให้ท่านได้ไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น เช่น สถานกฏตปฏิเสรวีซ่า ด้านตรวจคนเข้าเมือง นโยบายห้ามเข้าออกประเทศฯลฯ
- กรณีต้องการเปลี่ยนแปลงผู้เดินทาง (เปลี่ยนชื่อ) จะต้องแจ้งให้ทางบริษัททราบล่วงหน้า อย่างน้อย 21 วัน ก่อนออกเดินทาง กรณีแจ้งหลังจากเจ้าหน้าที่ออกเอกสารเรียบร้อยแล้ว ไม่ว่าจะส่วนใดส่วนหนึ่ง ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริงทั้งหมด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับช่วงพีเรียดวันที่เดินทางและกระบวนการของแต่ละคน: เป็นสำคัญด้วย กรุณาสอบถามกับเจ้าหน้าที่เป็นกรณีพิเศษ
- กรณีต้องการเปลี่ยนแปลงพีเรียดวันเดินทาง (เลื่อนวันเดินทาง) ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการหักค่าใช้จ่ายการดำเนินการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริงสำหรับการดำเนินการจองครั้งแรก ตามจำนวนครั้งที่เปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น



หมายเหตุ : กรุณาอ่านศึกษารายละเอียดทั้งหมดก่อนทำการจอง เพื่อความถูกต้องและความเข้าใจตรงกันระหว่างท่านลูกค้าและบริษัท)



เงื่อนไขและรายละเอียดเพิ่มเติม

1. กรณีผู้ร่วมคณะยินดีที่จะเดินทางน้อยกว่า 15 ท่าน ทางบริษัทสงวนสิทธิ์ ไม่มีหัวหัวหน้าทัวร์ (มีไกด์ท้องถิ่นตลอดการเดินทางที่ประเทศจีน)
2. ขอสงวนสิทธิ์การเก็บค่าน้ำมันและภาษีสนามบินทุกแห่งเพิ่ม หากสายการบินมีการปรับขึ้นก่อนวันเดินทาง
3. บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนเที่ยวบิน โดยมีต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้าอันเนื่องจากสาเหตุต่างๆ
4. บริษัทฯ จะไม่รับผิดชอบใดๆ ทั้งสิ้น หากเกิดกรณีความล่าช้าจากสายการบิน, การยกเลิกบิน, การประท้วง, การนัดหยุดงาน, การก่อการจลาจล, ภัยธรรมชาติ, การนำสิ่งของผิดกฎหมายซึ่งอยู่นอกเหนือความรับผิดชอบของบริษัทฯ
5. บริษัทฯ จะไม่รับผิดชอบใดๆ ทั้งสิ้น หากเกิดสิ่งของสูญหายอันเนื่องเกิดจากความประมาทของท่าน, เกิดจากการโจรกรรม และ อุบัติเหตุจากความประมาทของนักท่องเที่ยวเอง
6. เมื่อกำหนดลงชำระเงินมัดจำหรือค่าทัวร์ทั้งหมดกับทางบริษัทฯ แล้ว ทางบริษัทฯ จะถือว่าท่านได้ยอมรับเงื่อนไขข้อตกลงต่างๆ ทั้งหมด
7. รายการนี้เป็นเพียงข้อเสนอที่ต้องได้รับการยืนยันจากบริษัทฯ อีกครั้งหนึ่ง หลังจากได้สำรองโรงแรมที่พักในต่างประเทศเรียบร้อยแล้ว โดยโรงแรมจัดในระดับใกล้เคียงกัน ซึ่งอาจจะปรับเปลี่ยนตามที่ระบุในโปรแกรม
8. การจัดการเรื่องห้องพัก เป็นสิทธิของโรงแรมในการจัดห้องให้กับกรุ๊ปที่เข้าพัก โดยมีห้องพักสำหรับผู้สูบบุหรี่/ปลอดบุหรี่ได้ โดยอาจจะขอเปลี่ยนห้องได้ตามความประสงค์ของผู้ที่พัก ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความพร้อมให้บริการของโรงแรม และไม่สามารถรับประกันได้
9. กรณีผู้เดินทางต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ อาทิเช่น **ใช้วีลแชร์ กรุณาแจ้งบริษัทฯ อย่างน้อย 7 วันก่อนการเดินทาง** มิฉะนั้นบริษัทฯ ไม่สามารถจัดการได้ล่วงหน้าได้
10. มัคคุเทศก์ พนักงานและตัวแทนของผู้จัดไม่มีสิทธิในการให้คำสัญญาใด ๆ ทั้งสิ้นแทนผู้จัด นอกจากมีเอกสารลงนามโดยผู้มีอำนาจของผู้จัดกำกับเท่านั้น
11. ผู้จัดจะไม่รับผิดชอบและไม่สามารถคืนค่าใช้จ่ายต่างๆ ได้เนื่องจากการเป็นการเหมาจ่ายกับตัวแทนต่างๆ ในกรณีที่ผู้เดินทางไม่ผ่านการพิจารณาในการตรวจคนเข้าเมือง-ออกเมืองไม่ว่าจะเป็นกองตรวจคนเข้าเมืองหรือกรมแรงงานของทุกประเทศในรายการท่องเที่ยวอันเนื่องมาจากการกระทำที่ส่อไปในทางผิดกฎหมาย การหลบหนี เข้าออกเมือง เอกสารเดินทางไม่ถูกต้อง หรือ การถูกปฏิเสธในกรณีอื่น ๆ





เงื่อนไขและรายละเอียดเพิ่มเติม

- 12.กรณีต้องการพักแบบ 3 ท่าน ต่อห้องหรือห้องแบบ 3 เตียง Triple โรงแรมมีห้อง Triple ไม่เพียงพอ ขอสงวนสิทธิ์ในการจัดห้องให้เป็นแบบ แยก 2 ห้อง คือ 1 ห้องพักคู่ และ 1 ห้องพักเดี่ยว โดยไม่มีค่าใช้จ่ายเพิ่ม
- 13.สภาพการจราจรในช่วงวันเดินทางตรงกับวันหยุดเทศกาลของประเทศจีนหรือวันเสาร์อาทิตย์ รถอาจจะติด อาจทำให้เวลาในการท่องเที่ยว และข้อปบึงแต่ละสถานที่น้อยลง โดยเป็นดุลยพินิจของมัคคุเทศก์ และคนขับรถในการบริหารเวลา ซึ่งอาจจะขอความร่วมมือจาก ผู้เดินทางในบางครั้งที่ต้องเร่งรีบ เพื่อให้ได้ท่องเที่ยวตามโปรแกรม
- 14.บริการน้ำดื่ม 1 ขวด/ท่าน/วัน
- 15.การบริการของรถบัสนำเที่ยวตามกฎหมายของประเทศจีนสามารถให้บริการวันละ 10 ชั่วโมง ในวันนั้นๆมีอาจเพิ่มเวลาได้ โดยมีมัคคุเทศก์และคนขับจะเป็นผู้บริหารเวลาตามความเหมาะสม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพการจราจรในวันเดินทางนั้นๆเป็นหลัก จึงขอสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนเวลาท่องเที่ยวตามสถานที่ในโปรแกรมการเดินทาง
- 16.ในกรณีที่พาสปอร์ตของท่านชำรุด หรือมีตราปิมใดๆที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเดินทาง และสายการบินแจ้งว่าไม่สามารถใช้เดินทางได้ ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการคืนเงินไม่ว่ากรณีใดๆ เนื่องจากทางบริษัทได้มีการชำระค่าใช้จ่ายในการเดินทางทั้งหมดไปเรียบร้อยแล้ว

