



**THAI
HOW ARE YOU**

290 LADPRAO 94 (PHANJAMIT)
4TH FLOOR, ROOM A3-A4, PUBPLA
WANGTHONGLANG, BANGKOK, 10310

ใบอนุญาตเลขที่ 11/12699

☎ 02-007-6668, 098-247-1562

🌐 WWW.HOWAREYOU TRAVEL.COM

✉ HOWAREYOUINTERMKT@GMAIL.COM



China
CHENGDU

ชูปตาร์...เจิงตุ ซ็อกู่เหนียงซาน CALLING YOU !!

เดินทาง
กรกฎาคม - สิงหาคม 2569

ราคาเริ่มต้น
13,918



ชอยกว้างชอยแคว



วัดต้าเจี๋ย



แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS

- ไอลี่ ภูเขาสี่ดรุณี (หุบเขาของเจียวโกว) เทือกเขาแอลปีแดนมังกร
เข็ฉิน แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS แลนด์มาร์คยอดฮิตของเมืองเจิงตุ

TFUEU0726

☀️ **4** วัน

🌙 **3** คืน

🏛️ **เมนูพิเศษ**
สุกี้หม่าล่า, เปิดปิกกิ้ง

🏨 **พักรัองแรม**
ระดับ 4 ดาว

🏢 **成都航空**
CHENGDU AIRLINES

Chengdu Airlines
น้ำหนักกระเป๋า 23 kg.

จีน 4 วัน 3 คืน

ซูปตาร์...เจิงตู ซื่อกู่เหนียงซาน CALLING YOU !!

กำหนดการเดินทาง เดือนกรกฎาคม - สิงหาคม 2569



China
CHENGDU
ซูปตาร์...เจิงตู ซื่อกู่เหนียงซาน CALLING YOU !!

เดินทาง
กรกฎาคม - สิงหาคม 2569

ราคาเริ่มต้น
13,918

• ไอลี่ ภูเขาสี่ดรุณี (หุบเขาซวงเฉียวโกว) เทือกเขาแอลป์แดนมังกร
เช่คอิน แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS แลนด์มาร์คยอดฮิตของเมืองเจิงตู

ชอยกว้างชอยแคบ

วัดต้าเจ้อ

แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS

TFUEU0726

☀️ 4 วัน 🌙 3 คืน

เมนูพิเศษ
สุกี้หม่าล่า, เป็ดปักกิ่ง

พักรักษา
ระดับ 4 ดาว

成都航空
Chengdu Airlines
น้ำหนักกระเป๋า 23 kg.

★ ภูเขาสี่ดรุณี (หุบเขาซวงเฉียวโกว) เทือกเขาแอลป์แดนมังกร

★ เช่คอิน แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS แลนด์มาร์คยอดฮิตของเมืองเจิงตู

China CHENGDU

ชูปตาร์...เจิงตุ ซ็อกู่เหนียงซาน CALLING YOU !!

TFUEU0726

4 วัน 3 คืน



น้ำหนักกระเป๋า 23 kg.
ขึ้นเครื่องไม่เกิน 7 kg.

BKK TFU

TFU BKK

เที่ยวบิน	ไฟล์ท	ออก	ถึง
ขาไป	EU2868	21.30	01.30+1

เที่ยวบิน	ไฟล์ท	ออก	ถึง
ขากลับ	EU2867	18.20	20.30

วันที่	โปรแกรมการท่องเที่ยว	อาหาร			ที่พัก
		เช้า	กลางวัน	เย็น	
1	<ul style="list-style-type: none"> ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ ทำอากาศยานนานาชาติเจิงตุเทียนฟู่ (เมืองเจิงตุ) 				DERUNDA HOTEL ★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
2	<ul style="list-style-type: none"> เมืองเจิงตุ • ภูเขาสี่ดรุณี หุบเขาชวงเจียวโกว (รวมรถประจำทางในอุทยาน) เมืองตูเจียงเอี้ยน 				DUJIANGYAN ANCIENT CITY INTERNATIONAL RESORT HOTEL ★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
3	<ul style="list-style-type: none"> เมืองตูเจียงเอี้ยน • เมืองเจิงตุ • ร้านยาสมุนไพรจีน ร้านผ้าไหม • วัดต้าเจ้อ • ถนนคนเดินไท่กู่หลี่ ถนนคนเดินซุนซีลู่ • แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS 			 สุกี้หม่าล่า	LIWAN INTERNATIONAL HOTEL ★★★★ มาตรฐานจีนหรือเทียบเท่า
4	<ul style="list-style-type: none"> เมืองเจิงตุ • ร้านหยก • ซอยกว้างชอยแคบ ทำอากาศยานนานาชาติเจิงตุเทียนฟู่ (เมืองเจิงตุ) ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ 		 เปิดปิกกิ้ง		



ภูเขาสี่ดรุณี (หุบเขาชวงเจียวโกว)



แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS



ซอยกว้างชอยแคบ



วัดต้าเจ้อ

*ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการสลับโปรแกรมทัวร์ตามความเหมาะสมขึ้นอยู่กับสถานการณ์หน้างาน โดยคำนึงถึงผลประโยชน์ของลูกค้าเป็นสำคัญ

วันเดินทาง	ราคาผู้ใหญ่ / ราคาเด็ก	ราคาทัวร์ (ไม่รวม ตัวเครื่องบิน)	พักเดี่ยว
04 - 07 กรกฎาคม 2569	13,918	9,888	2,500
11 - 14 กรกฎาคม 2569	14,918	10,888	2,500
18 - 21 กรกฎาคม 2569	14,918	10,888	2,500
25 - 28 กรกฎาคม 2569 (วันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระ เจ้าอยู่หัว)	15,918	11,888	2,500
01 - 04 สิงหาคม 2569	14,918	10,888	2,500
08 - 11 สิงหาคม 2569	14,918	10,888	2,500
15 - 18 สิงหาคม 2569	14,918	10,888	2,500
22 - 25 สิงหาคม 2569	14,918	10,888	2,500

ราคาไม่รวมค่าทิปมัคคุเทศก์ท้องถิ่น คนขับรถท้องถิ่น
ตามธรรมเนียม ท่านละ 1,500 บาท/ท่าน/ทริป (ยกเว้นเด็กต่ำกว่า 2 ขวบ)
สำหรับหัวหน้าทัวร์จากเมืองไทย (ตามความพึงพอใจในการบริการ)
ราคาเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี (INFANT) ราคา 6,000 บาท / ท่าน

***** โปรแกรมนี้ลงร้านรัฐบาลจำนวน 3 ร้าน *****

อัตราภาษีน้ำมันและสนามบิน ณ วันที่ 20 มีนาคม 2569 (อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามประกาศสายการบิน)

วันแรก ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ - ทำอากาศยานนานาชาติเฉิงตูเทียนฟู่ (เมืองเฉิงตู) - โรงแรมที่พัก

18.30 น. สมาชิกทุกท่านพร้อมกัน ณ ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ (ชั้น 4 ประตู 5 เคาน์เตอร์ K) ก่อนนำท่านไปเช็คอินที่เคาน์เตอร์สายการบิน เฉิงตูแอร์ไลน์ (EU) โดยมีหัวหน้าทัวร์และเจ้าหน้าที่ส่งทัวร์คอยต้อนรับและแจกเอกสารการเดินทาง จากนั้นนำท่านเช็คอินและโหลดสัมภาระ

21.30 น. ออกเดินทางสู่ เมืองเฉิงตู โดยสายการบิน เฉิงตูแอร์ไลน์ (EU) เที่ยวบินที่ EU2868 (มีอาหารว่างบริการบนเครื่อง)

01.30+1 น. เดินทางถึง ทำอากาศยานนานาชาติเฉิงตูเทียนฟู่ (เมืองเฉิงตู) เมืองหลวงของมณฑลเสฉวน ผ่านพิธีตรวจคนเข้าเมืองและศุลกากรเรียบร้อยแล้วนำท่านรับสัมภาระ (เวลาท้องถิ่นจีนเร็วกว่าเวลาประเทศไทย 1 ชั่วโมง)

จากนั้นนำท่านเดินทางสู่ โรงแรมที่พัก

ที่พัก โรงแรม DERUNDA HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานจีน หรือเทียบเท่า

วันที่สอง เมืองเฉิงตู - ภูเขาสี่ดรุณี - หุบเขาชวงเฉียวโกว (รวมรถประจำทางในอุทยาน) - เมืองตูเจียงเอี้ยน

เช้า บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม

นำท่านเดินทางสู่ ภูเขาสี่ดรุณี (Four Girls Mountain) หรือ “ชื่อภูเขาหนิงชาน (Siguniangshan)” ตั้งอยู่ในมณฑลเสฉวน ประเทศจีน เป็นยอดเขา 4 ลูกที่เรียงรายติดต่อกันไปจากทิศเหนือถึงทิศใต้เป็นระยะทาง 3.5 กิโลเมตร โดยมีความสูงเหนือระดับน้ำทะเลแบ่งเป็น 6,250 เมตร / 5,664 เมตร / 5,454 เมตร และ 5,355 เมตร บนยอดเขาทั้ง 4 แห่งนี้จะมีหิมะปกคลุมตลอดทั้งปีทำให้ดูเหมือนส่วนศีรษะที่คลุมด้วยผ้าสีขาวของหญิงสาว 4 คน จึงเป็นที่มาของชื่อ “ภูเขาสี่ดรุณี” นั่นเองพื้นที่บริเวณภูเขาสี่ดรุณีนับเป็นพื้นที่ขึ้นหินแบบยูคโบริแอน เพราะเหตุผลที่ว่ายอดเขามีลักษณะแปลกที่พบเห็นได้น้อย บนยอดเขามีหิมะปกคลุมตลอดปีทำให้ได้รับฉายาว่า “ราชินีแห่งดินแดนเสฉวน” หรือ “ภูเขาศักดิ์สิทธิ์แห่งดินแดนทางทิศตะวันออก” มียอดเขาที่มีระดับความสูงน้ำทะเลสูงเกิน 5,000 เมตร ถึง

61 ลูก รอยต่อระหว่างภูเขาหิมะมีบ่อบึงทะเลสาบอยู่ถึง 25 แห่ง มีน้ำตกอยู่ 120 กว่าแห่ง (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 5 ชั่วโมง)



กลางวัน **บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง**

บ่าย นำท่านเที่ยวชม **หุบเขาซวงเฉียวโกว (Shuangqiao Valley)** เป็นจุดวิวทิวทัศน์ที่สวยงามที่สุด ชมความงามธรรมชาติของซวงเฉียวโกว (ลำน้ำสองสะพาน) ธารน้ำมีความยาว 35 กิโลเมตร มีทิวทัศน์ของภูเขาเป็นหลัก ลำธารผ่านจุดต่างๆที่เป็นจุดทิวทัศน์ ไม่ว่าจะเป็น ซานกั้วจวง, เขาหนิวซิน, เย่เหรินเฟิง ถือเป็นจุดท่องเที่ยวแห่งหนึ่งของเขาสีครุณี ที่รวบรวมจุดสำคัญหลายๆอย่างเข้าด้วยกันไว้ ชมไฮไลท์จุดชมวิว ได้แก่ ชมหุบเขาหินหยาง ทุ่งต้นหยาง แล้วเดินทางเข้าสู่ส่วนลึกสุด ท่านจะได้เห็นธารน้ำแข็ง ภูเขากระจกแก้ว ภูเขาดวงอาทิตย์ภูเขาดวงจันทร์ยอดเขากระต่ายทะเลสาบ และทุ่งหญ้าเหนียนหยูป่า **(รวมรถประจำทางในอุทยาน)**



จากนั้นนำท่านเดินทางสู่ **เมืองตูเจียงเอี้ยน (DUJIANGYAN)** ตั้งอยู่ในมณฑลเสฉวน มีชื่อเสียงจากการสร้างเขื่อนดินแห่งแรกของโลกที่มีอายุกว่า 2,000 ปี เป็นจุดเริ่มต้นการจัดการระบบชลประทานและแก้ไขปัญหาหน้าท่วมที่ตีมากจนถึงปัจจุบัน ทำให้ได้รับการยกย่องเป็นมรดกโลกทางด้านวัฒนธรรม เมื่อปี ค.ศ.2000 (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 3 ชั่วโมง 30 นาที)

เย็น **บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง**

ที่พัก **โรงแรม DUJIANGYAN ANCIENT CITY INTERNATIONAL RESORT HOTEL ระดับ 4 ดาว**
มาตรฐานจีน หรือเทียบเท่า

วันที่สาม **เมืองตูเจียงเอี้ยน - เมืองเฉิงตู - ร้านยาสมุนไพรจีน - ร้านผ้าไหม - วัดต้าฉือ - ถนนคนเดินไท่กู่หลี่ - ถนนคนเดินซุนซีลู่ - แพนด้ายักษ์ปิ่นตึก IFS**

เช้า **บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม**

นำท่านเดินทางกลับสู่ **เมืองเฉิงตู** เป็นนครระดับกิ่งมณฑลซึ่งเป็นเมืองหลวงของมณฑลเสฉวน เป็นหนึ่งในสามนครที่มีประชากรมากที่สุดในภาคตะวันตกของประเทศจีน โดยอีกสองแห่ง คือ ฉงชิ่งและซีอาน (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที)

จากนั้นนำท่านสู่ **ร้านยาสมุนไพรจีน** รับฟังคำแนะนำเพื่อสุขภาพโดยผู้เชี่ยวชาญด้านแพทย์แผนจีน พร้อมบรรยายสรรพคุณของสมุนไพรจีน อาทิเช่น บัวหิมะและสมุนไพรจีนขึ้นชื่ออื่นๆ

นำท่านสู่ **ร้านผ้าไหม** สินค้าส่งออกที่ขึ้นชื่อของจีนตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน อาทิเช่น ผ้าปูที่นอน ผ้าห่ม ปลอกหมอน และสินค้าอื่นๆ ที่ทำมาจากผ้าไหม

กลางวัน บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคารอาหารพื้นเมือง

บ่าย นำท่านเดินทางสู่ **วัดต้าฉือ (Daci Temple)** วัดพุทธเก่าแก่กว่า 1,600 ปี ตั้งอยู่ใจกลางเมืองเฉิงตู เป็นวัดสำคัญที่เคยเป็นที่จำพรรษาของพระถังซำจั๋ง โดดเด่นด้วยการผสมผสานความสงบแบบโบราณกับความทันสมัยรอบๆ ย่านช้อปปิ้งอย่าง Taikoo Li และถนน Chunxi Road ผู้คนนิยมมาสักการะขอพรเรื่องโชคลาภ ความสุข อายุยืน โดยเฉพาะการลูบตัวอักษรจีน (ฝู - โชคดี) ที่ผนังด้านหน้าวัด



จากนั้นนำท่านสู่ **ถนนคนเดินไท่กุ่หลี่ (Taikoo Li)** ไท่กุ่หลี่เป็นที่ตั้งของวัด ซุปเปอร์คอมเพล็กซ์ ร้านอาหาร ห้างสรรพสินค้าใต้ดิน โรงภาพยนตร์ Hermes, Gucci, Apple เป็นต้น



นำท่านเดินทางสู่ **ถนนคนเดินชุนซีลู่ (Chunxi Road)** เป็นย่านช้อปปิ้งทันสมัยชื่อดัง ที่นี่เป็นถนนขนาดใหญ่ และเป็นถนนปิดที่ไม่ให้รถวิ่งผ่านเข้าไปได้ ภายในถนนคนเดินชุนซีลู่ สองฝากฝั่งของถนนมีแต่ร้านค้าขายสินค้ามากมาย ตั้งแต่ร้านแบรนด์เนมชื่อดัง สินค้าแบรนด์จีน มีสินค้ามากมายให้เลือกซื้อ อาทิ เสื้อผ้า รองเท้า เครื่องสำอาง เครื่องดื่ม อาหารการกิน เป็นต้น จุดน่ารักของถนนนี้ท่านจะได้เห็น เป็นแพนด้าที่อ้วนน่ารักกำลังป้ายปิ่นตึก เป็นประติมากรรม **แพนด้ายักษ์ปีนตึก IFS** ในใจกลางเมืองเฉิงตู ให้ท่านถ่ายรูปตามอัธยาศัย



เย็น บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (เมนูพิเศษ สุกี้หม่าล่า)

ที่พัก โรงแรม LIWAN INTERNATIONAL HOTEL ระดับ 4 ดาวมาตรฐานจีน หรือเทียบเท่า

วันที่สี่ เมืองเฉิงตู - ร้านหยก - ซอยกว้างซอยแคบ - ทำอากาศยานนานาชาติเฉิงตูเทียนฟู่ (เมืองเฉิงตู) - ทำอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ

เช้า บริการอาหารเช้า ณ ห้องอาหารของโรงแรม

นำท่านสู่ **ร้านหยก** เครื่องประดับที่นิยมกันอย่างแพร่หลายตามความเชื่อของคนชาวจีน โดยเฉพาะความเชื่อเกี่ยวกับการใส่หยกเป็นเครื่องประดับจะช่วยเสริมให้มีอำนาจ ช่วยให้มีความสำเร็จก้าวหน้า

และความเจริญรุ่งเรือง อีกทั้งยังช่วยสร้างสมดุลให้เกิดขึ้นได้ทั้งร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงการช่วยเสริมพลังให้ร่างกายแข็งแรง

กลางวัน บริการอาหารกลางวัน ณ ภัตตาคาร (เมนูพิเศษ เป็ดปักกิ่ง)

บ่าย นำท่านสู่ **ชอยกว้างชอยแคบ** หรือ “ถนนความจ้าย (Kuanxianzi Alley)” เป็นถนนที่แสดงถึงเสน่ห์ของวิถีชีวิตการเป็นอยู่ของคนจีนเฉิงตูในสมัยโบราณ ที่มีการผสมความเป็นทันสมัยเข้าไปอย่างลงตัว ถนนคนเดินมี 3 ซอย แต่ละซอยมีความยาวประมาณ 400 เมตร มีร้านค้าเล็กๆ ในแต่ละซอยให้ท่านได้อิสระเดินช้อปปิ้งตามอัธยาศัย



สมควรแก่เวลานำท่านเดินทางสู่ ท่าอากาศยานนานาชาติเฉิงตูเทียนฟู่ (เมืองเฉิงตู) เพื่อเดินทางกลับสู่ ประเทศไทย

18.20 น. ออกเดินทางสู่ กรุงเทพฯ โดยสายการบิน เฉิงตูแอร์ไลน์ (EU) เที่ยวบินที่ EU2867 (มีอาหารว่างบริการบนเครื่อง)

20.30 น. เดินทางถึง ท่าอากาศยานนานาชาติสุวรรณภูมิ (ประเทศไทย) โดยสวัสดิภาพ พร้อมความประทับใจ

ข้อมูลสำคัญที่ท่านควรทราบ

เนื่องจากเส้นทางท่องเที่ยวนี้เป็นแบบพื้นที่ราบสูงจึงมีข้อควรระวังดังนี้

โรคแพ้พื้นที่สูง คือ อาการของร่างกายที่ขาดออกซิเจนจากการอยู่บนที่สูง ซึ่งมีอากาศเบาบาง (ยิ่งสูง ออกซิเจนก็ยิ่งน้อยลง) เนื่องจากบนที่สูงความหนาแน่นของโมเลกุลออกซิเจนจะน้อยกว่าอากาศในที่ต่ำใกล้ระดับน้ำทะเลอย่างประเทศไทย ฉะนั้นการสูดลมหายใจเต็มปอด 1 ครั้ง จะได้จำนวนปริมาตรของอากาศน้อยกว่าเดิม ทำให้เกิดอาการขาดออกซิเจนแบบไม่รู้ตัว และร่างกายทำงานหนักขึ้นเพื่อปรับตัว เช่น หัวใจเต้นเร็วขึ้น กระดูกล้างหลังผลิตเม็ดเลือดมากขึ้น เพื่อเพิ่มปริมาณออกซิเจนในร่างกาย เป็นต้น จนทำให้เกิดอาการต่างๆ ตามมา ตั้งแต่อาการเล็กๆ น้อยๆ จนกระทั่ง รุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต โดยคนทั่วไปมักจะเริ่มมีอาการเมื่ออยู่บนพื้นที่สูงตั้งแต่ 3,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล ซึ่งมีปริมาณออกซิเจนเพียง 75% ของอากาศระดับน้ำทะเลในปริมาตรที่เท่ากัน 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 พุดไม่รู้เรื่อง 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 แต่หากมีอาการขั้นรุนแรง อาจช็อค หรือเสียชีวิตได้

จะรู้ได้อย่างไรว่าตัวเองเป็นโรคแพ้พื้นที่สูงหรือไม่? และจะต้องเตรียมตัวอย่างไร?

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

ดังนั้น จึงควรเตรียมตัวให้พร้อมในการเดินทางไปยังมณฑลทงกานหรือเมืองอื่นๆ ในประเทศจีนที่อยู่เหนือระดับน้ำทะเลในระดับที่ค่อนข้างสูง โดยควรอยู่พักในพื้นที่ไม่สูงมากนักก่อนเพื่อให้ร่างกายได้ปรับตัว ก่อนที่จะขึ้นไปยังที่สูงขึ้นไป หากทราบว่าตนมีความเสี่ยงอยู่แล้ว ควรพกขวดออกซิเจนไว้ (สามารถสอบถามได้ที่หัวหน้าทัวร์หรือไกด์ท้องถิ่น ไม่แนะนำให้ซื้อตามร้านค้าท้องถิ่นเพราะอาจจะเป็นออกซิเจนปลอมได้) หรือเตรียมยาประจำตัว (หากมี) ให้เพียงพอระหว่างการเดินทาง

ที่มา : สถานกงสุลใหญ่ ณ นครคุนหมิง มีนาคม 2562

หมายเหตุ

1. เนื่องจากเป็นการจองทัวร์ล่วงหน้า ณ วันเดินทางจริง อาจจะมีเหตุการณ์ที่ทำให้ไฟลท์บินล่าช้า หรือเปลี่ยนแปลงเวลาบิน หากท่านใดมีไฟลท์บินภายในประเทศหรือต่างประเทศก่อนหรือหลังจากการเดินทาง โปรดสำรองเวลาในการจองตัวเครื่องบินไว้อย่างต่ำ 4 - 5 ชั่วโมง ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ของตัวท่านเอง ทางบริษัทจะไม่รับผิดชอบค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นในส่วนของตัวเครื่องบินที่ไม่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมทัวร์
2. ตามนโยบายของรัฐบาลร่วมกับการท่องเที่ยวประเทศจีน กำหนดให้มีการประชาสัมพันธ์สินค้าพื้นเมืองให้กับนักท่องเที่ยวทั่วไปได้รู้จักในนามของร้านรัฐบาล ซึ่งจำเป็นต้องบรรจุโปรแกรมทัวร์ด้วย เนื่องจากมีผลกับราคาทัวร์ จึงเรียนให้กับนักท่องเที่ยวทุกท่านทราบว่าร้านรัฐบาลทุกร้านจำเป็นต้องรวมทุกท่านแวะชม การบริโภคขึ้นอยู่กับความพอใจของลูกค้า เป็นหลัก ไม่มีการบังคับใดๆ ทั้งสิ้น
3. ถ้าหากลูกค้าไม่มีความประสงค์จะเข้าร้านของทางรัฐบาลของประเทศจีน หรือหากท่านต้องการแยกตัวออกจากคณะ ณ วันที่มีการลงร้านรัฐบาล ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจากท่านเป็นจำนวนเงิน 400 หยวน/ร้าน/ท่าน/ร้าน

บริษัทขอสงวนสิทธิ์ : ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการสลับโปรแกรมทัวร์ตามความเหมาะสม โดยไม่แจ้งให้ทราบล่วงหน้า อันเนื่องมาจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากเหตุสุดวิสัย เช่น เหตุการณ์ทางธรรมชาติ การเมือง สภาพการจราจรทั้งทางบกและทางอากาศ สถานะห้องพักของแต่ละโรงแรม รวมไปถึงสภาพอากาศที่ไม่เอื้ออำนวยทั้งนี้ทางเราจะคำนึงถึงความปลอดภัยและผลประโยชน์ของลูกค้าเป็นสำคัญ และการบริการของรถบัสนำเที่ยวตามกฎหมายของประเทศจีนสามารถให้บริการวันละ 10 ชั่วโมง มีอาจเพิ่มเวลาได้โดยมีคฤเทศก์และคนขับจะเป็นผู้บริหารเวลาตามความเหมาะสมทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพการจราจรในวันเดินทางนั้น ๆ เป็นหลัก จึงขอสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนเวลาท่องเที่ยวตามสถานที่ในโปรแกรมการเดินทาง

✓ อัตราค่าบริการรวม

-  ค่าตัวเครื่องบินไป-กลับตามรายการที่ระบุ รวมถึงค่าภาษีสนามบิน และค่าภาษีน้ำมัน (รวมน้ำหนักกระเป๋าถือขึ้นเครื่องท่านละ 7 kg และโหลดใต้ท้องเครื่อง ท่านละ 23 kg)
-  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
-  ค่าธรรมเนียมวีซ่าเข้า ประเทศจีน สำหรับชาวต่างชาติ ที่ไม่ได้รับการงดเว้น วีซ่าเข้าประเทศจีน
-  ค่าธรรมเนียมในกรณีที่มีน้ำหนักเกินกว่าที่สายการบินนั้น ๆ กำหนด หรือสัมภาระใหญ่เกินขนาดมาตรฐาน
-  ค่าภาษีน้ำมัน ที่สายการบินเรียกเก็บเพิ่ม ภายหลังจากทางบริษัทฯ ได้ออกตัวเครื่องบินไปแล้ว
-  ค่าใช้จ่ายอื่นๆ เพิ่มเติมในกรณีที่ท่านติด COVID-19 ระหว่างเดินทาง เช่น ค่าโรงแรม ค่าตรวจต่างๆ ค่าเลื่อนตัวเครื่องบิน ฯลฯ
-  ค่าทิปมีคคุเทศก์, คนขับรถ, **1,500** บาท/ท่าน/ทริป, ค่าทิปหัวหน้าทัวร์ แล้วแต่ความพึงพอใจของท่าน

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 ทางบริษัทฯ ถือว่าท่านได้ยอมรับเงื่อนไขและข้อตกลงต่างๆที่ได้ระบุไว้ทั้งหมดนี้แล้ว
- หากชำระเงินในแต่ละส่วนแล้ว โปรดส่งสำเนาการโอนเงิน มาทางอีเมลล์ของ เซลล์ที่ท่านติดต่อ
- ส่งรายชื่อสำรองที่นั่ง ผู้เดินทางต้องส่งสำเนานั่งสือเดินทาง (Passport) หากไม่ส่งสำเนานั่งสือเดินทาง (Passport) มาให้ ทางบริษัทฯขอสงวนสิทธิ์ไม่รับผิดชอบค่าเสียหายอันเกิดจากความผิดพลาดจากการสะกดชื่อ-นามสกุล และอื่นๆ เพื่อใช้ในการจองตั๋วเครื่องบินทั้งสิ้น

กรณีเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์ เดินทางพร้อมญาติ

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

หมายเหตุ : โปรดตรวจสอบ Passport : จะต้องมีอายุคงเหลือ 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** ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินค่าทัวร์ที่ชำระแล้ว ทั้งหมด
- หากมีการยกเลิกการเดินทางโดยไม่ใช้ความผิดของบริษัททัวร์ ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ไม่รับผิดชอบ และ คืนค่าทัวร์ส่วนใดส่วนหนึ่งให้ท่านได้ไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น เช่น สถานทูตปฏิเสธวีซ่า ด้านตรวจคนเข้าเมือง นโยบายห้ามเข้า ออกประเทศฯลฯ
- กรณีต้องการเปลี่ยนแปลงผู้เดินทาง (**เปลี่ยนชื่อ**) จะต้องแจ้งให้ทางบริษัททราบล่วงหน้า อย่างน้อย 21 วัน ก่อนออกเดินทาง กรณีแจ้งหลังจากเจ้าหน้าที่ออกเอกสารเรียบร้อยแล้ว ไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่ง ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริงทั้งหมด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับช่วงพีเรียดวันที่เดินทางและกระบวนการของแต่ละคณะ เป็นสำคัญด้วย กรุณาสอบถามกับเจ้าหน้าที่เป็นกรณีพิเศษ
- กรณีต้องการเปลี่ยนแปลงพีเรียดวันเดินทาง (**เลื่อนวันเดินทาง**) ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการหักค่าใช้จ่ายการดำเนินการต่างๆที่เกิดขึ้นจริงสำหรับการดำเนินการจองครั้งแรก ตามจำนวนครั้งที่เปลี่ยนแปลง ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น
- กรณีเจ็บป่วยจนไม่สามารถเดินทางได้ ต้องมีใบรับรองแพทย์จากโรงพยาบาลบริษัทฯ จะทำการเลื่อนการเดินทางของท่านไปยังคณะต่อไป ทั้งนี้ ท่านจะต้องเสียค่าใช้จ่ายที่ไม่สามารถยกเลิก หรือเลื่อนการเดินทางได้ตามความเป็นจริง
- กรณีเจ็บป่วยกะทันหันก่อนล่วงหน้าเพียง 7 วันทำการ ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการคืนเงินทุกกรณี

หมายเหตุ : กรุณาอ่านศึกษารายละเอียดทั้งหมดก่อนทำการจอง เพื่อความถูกต้อง และความเข้าใจตรงกับระหว่างท่านลูกค้าและบริษัท)

เงื่อนไขและรายละเอียดเพิ่มเติม

1. กรณีผู้ร่วมคณะยินดีที่จะเดินทางน้อยกว่า 15 ท่านทางบริษัทสงวนสิทธิ์ 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. เมื่อท่านตกลงชำระเงินมัดจำหรือค่าทัวร์ทั้งหมดกับทางบริษัทฯ แล้ว ทางบริษัทฯ จะถือว่าท่านได้ยอมรับเงื่อนไขข้อตกลงต่างๆ ทั้งหมด
7. รายการนี้เป็นเพียงข้อเสนอที่ต้องได้รับการยืนยันจากบริษัทฯ อีกครั้งหนึ่ง หลังจากได้สำรองโรงแรมที่พักในต่างประเทศเรียบร้อยแล้ว โดยโรงแรมจัดในระดับใกล้เคียงกัน ซึ่งอาจจะปรับเปลี่ยนตามที่ระบุในโปรแกรม
8. การจัดการเรื่องห้องพัก เป็นสิทธิของโรงแรมในการจัดห้องให้กับกรุ๊ปที่เข้าพักโดยมีห้องพักสำหรับผู้สูบบุหรี่/ปลอดบุหรี่ได้ โดยอาจจะขอเปลี่ยนห้องได้ตามความประสงค์ ของผู้ที่พัก ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความพร้อมให้บริการของโรงแรม และไม่สามารถรับประกันได้
9. กรณีผู้เดินทางต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ อาทิเช่น ใช้วีลแชร์ กรุณาแจ้งบริษัทฯ อย่างน้อย 7 วันก่อนการเดินทาง มิฉะนั้นบริษัทฯ ไม่สามารถจัดการได้ล่วงหน้าได้
10. มัคคุเทศก์ พนักงานและตัวแทนของผู้จัดไม่มีสิทธิในการให้คำสัญญาใด ๆ ทั้งสิ้นแทนผู้จัด นอกจากมีเอกสารลงนามโดยผู้มีอำนาจของผู้จัดกำกับเท่านั้น

เงื่อนไขและรายละเอียดเพิ่มเติม

11. ผู้จัดจะไม่รับผิดชอบและไม่สามารถคืนค่าใช้จ่ายต่างๆ ได้เนื่องจากเป็นการเหมาจ่ายกับตัวแทนต่างๆ ในกรณีที่ผู้เดินทางไม่ผ่านการพิจารณาในการตรวจคนเข้าเมือง-ออกเมือง ไม่ว่าจะเป็นกองตรวจคนเข้าเมืองหรือกรมแรงงานของประเทศในรายการท่องเที่ยว อันเนื่องมาจากการกระทำที่ส่อไปในทางผิดกฎหมาย การหลบหนี เข้าออกเมือง เอกสารเดินทางไม่ถูกต้อง หรือ การถูกปฏิเสธในกรณีอื่น ๆ
12. กรณีต้องการพักแบบ 3 ท่าน ต่อห้องหรือห้องแบบ 3 เตียง Triple โรงแรมมีห้อง Triple ไม่เพียงพอ ขอสงวนสิทธิ์ในการจัดห้องให้เป็นแบบ แยก 2 ห้อง คือ 1 ห้องพักคู่ และ 1 ห้องพักเดี่ยว โดยต้องมีชำระค่าใช้จ่ายพักเดี่ยวเพิ่มเติม
13. สภาพการจราจรในช่วงวันเดินทางตรงกับวันหยุดเทศกาลของประเทศจีนหรือวันเสาร์ อาทิตย์ รถอาจจะติด อาจทำให้เวลาในการท่องเที่ยว และข้อปบึงแต่ละสถานที่น้อยลง โดยเป็นดุลยพินิจของมัคคุเทศก์ และคนขับรถในการบริหารเวลา ซึ่งอาจจะขอความร่วมมือจากผู้เดินทางในบางครั้งที่ต้องเร่งรีบ เพื่อให้ได้ท่องเที่ยวตามโปรแกรม
14. บริการน้ำดื่ม 1 ขวด/ท่าน/วัน
15. การบริการของรถบัสนำเที่ยวตามกฎหมายของประเทศจีนสามารถให้บริการวันละ 10 ชั่วโมง ในวันนั้นๆ มีอาจเพิ่มเวลาได้ โดยมีมัคคุเทศก์และคนขับจะเป็นผู้บริหารเวลาตามความเหมาะสม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพการจราจรในวันเดินทางนั้นๆ เป็นหลัก จึงขอสงวนสิทธิ์ในการปรับ เปลี่ยนเวลาท่องเที่ยวตามสถานที่ในโปรแกรมการเดินทาง
16. ในกรณีที่พาสปอร์ตของท่านชำรุด หรือมีตราประทับใดๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเดินทางและสายการบินแจ้งว่าไม่สามารถใช้เดินทางได้ ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการคืนเงินไม่ว่ากรณีใดๆ เนื่องจากทางบริษัทได้มีการชำระค่าใช้จ่ายในการเดินทางทั้งหมดไปเรียบร้อยแล้ว

