環球旅行社行程表

中亞五國精華 17 天

常春健康行 專為 50 歲以上長青族設計

現金價 **196,800** 元起

刷卡價 **199,800** 元起 **此價格為 2019 年之參考價。**

出發日期：**等候航班恢復正常，敬請期待。**

・本行程保證不二價收費，若有同團出現不同價格，其差價加倍賠償。

『中亞五國』烏茲別克、哈薩克、吉爾吉斯、土庫曼、塔吉克，位於大絲路中的最精華地段。是大唐玄奘法師西域取經的途經之地，也是義大利傳教士馬可波羅完成世界名著「馬可波羅東遊記」的東方旅程，更是亞歷山大大帝於西元前 329 年征服此地，並在此結束東征之旅的「絲綢之路」。

綿延 12,000 公里的絲綢之路，東起天山，經過新疆、越過天山山脈後進入中亞，這片廣大土地，是中國歷史上的胡人牧馬之地，匈奴、突厥、蒙古都曾在此稱霸一方。

這條連結中國與羅馬帝國的商路，不但是古時候東西方貿易的要道，也是文明交會的心臟，更是文化交流的橋樑，從西元前 2 世紀開始到西元 15 世紀沒落為止，共存在 1,600 年之久。歷史悠久的神秘國度，流傳著當年東征西討的征戰歷史，獨特的典雅建築、歷代人文史詩、多元種族在此相融生活的文化特色，置身其中絕對足以讓人目眩神迷，久難以忘懷。

環球 5 大特色 貼心設想無人能比

1.專為 50 歲以上長青族設計，同齡出遊最開心

長達 32 年「分齡旅遊」豐富的出團經驗，環球最了解長輩們適合的旅遊需求，因此，特別以 17 天規劃，精選最適合長青族體力與興趣的知性行程，控制團體人數，大夥年紀相當、體力相似、話題相近，遨遊今生最難忘旅程！

2.全程 8 段飛機+高速火車，取代長途拉車最輕鬆

全程交通採用8段飛機+高速火車，大幅縮短長途拉車時間，每天精算景點間所需的車程、景點停留、上廁所時間、確保準時用餐...等。讓長青族放慢腳步，不必氣喘吁吁追趕行程，又擔心如廁太久或上下車太慢被抱怨，完全依照體力，輕鬆完成每天旅程。

3.造訪中亞五國歷史名城，盡攬「絲綢之路」最特色行程

烏茲別克造訪首都「塔什干」; 親臨 2,500 年歷史的聞名古城「希瓦」; 暢遊 9～10 世紀時期薩曼王朝的國都「布哈拉」; 造訪史書上記載的花剌子模都城「撒爾馬罕」。

希瓦古城如置身在「一千零一夜」的阿拉伯童話世界裡！當你來到這裡，親眼看到美麗的希瓦時，一定會感覺到它確實名不虛傳！

布哈拉天方夜譚裡的阿里巴巴與四十大盜，這個波斯故事就是以布哈拉這個城市為場景。

撒爾馬罕古城金庸的武俠名著《射雕英雄傳》中描寫了成吉思汗率大軍西征花剌子模的故事背景在歷史中是確實存在的。

土庫曼旅遊土庫曼首都「阿什哈巴德」; 遨遊歷史古城「康耶烏根奇」; 親臨世界知名奇景「地獄之門」; 參觀汗血寶馬場。

塔吉克參觀被譽為中亞龐貝城的「鵬吉市」及塔吉克首都「杜尚別」。

哈薩克特別暢遊風景婉如美國大峽谷的「夏琳峽谷」。

吉爾吉斯造訪中亞明珠「熱海」，搭遊船盡覽伊塞克湖的優美景色。

4.全程優質住宿+特色美食，道地享受最價值

古絲綢之路是歐亞古文明交會地，每個城市都有著名的特色料理，極具特色的饢、烤肉包、手抓飯、烤肉串、燉肉青菜湯、餃子、拉麵...等，每天的餐飲都精彩極了；為了讓團員享有優質住宿，在大城市一律住宿國際標準 5 星級以上飯店；觀光城鎮則選擇 4 星級旅館，讓習慣早起的團員享有安全舒適的住宿環境。

5. 投保 500 萬責任險，經驗領隊貼心照顧

每位團員均投保 500 萬旅遊責任險+20 萬醫療險，確保團員最完整保障。特別嚴選耐心且經驗豐富的專業領隊，沿途深入淺出的主題解說，留意天氣變化，提醒添衣吃藥，就像家人般細心，呵護團員平安快樂回國門。

行程地圖

每日行程

第 1 天 桃園/曼谷

搭機飛往曼谷，抵達後隨即轉機飛往烏茲別克首都-塔什干，今晚夜宿機上。

早餐：自理	午餐：自理	晚餐：飛機上
住宿：飛機上		

第 2 天 曼谷/塔什干(烏茲別克)

上午抵達塔什干國際機場，辦理出關手續後展開市區觀光。**塔什干**位居中亞地區第一大城，是古絲路上重要的商業樞紐和文化中心。城市分為新城和舊城，名勝古蹟集中在舊城；新城於 1966 年地震後重新建造，因此又名為「石頭城」。**【獨立廣場】**矗立的紀念碑，提醒人們牢記這場重大的自然災難，續參觀**【帖木兒紀念碑廣場】**，並特別★**【搭乘地鐵】**，體驗宛如莫斯科地鐵般的艱鉅工程。

早餐：飛機上	午餐：當地料理	晚餐：當地料理
住宿：5★Hyatt Regency Hotel 或 同級		

第 3 天　塔什干/烏根奇–32km 希瓦

上午搭乘國內班機前往**烏根奇**，抵達後專車前往 2,500 年歷史的**希瓦古城**。希瓦被稱為「露天博物館之城」，1999 年被列為世界文化遺產。舊城堡是希瓦古國的王府所在地，高聳的**★【Ichan Kala 古城牆】**是希瓦古城的地標，瞭望台可眺望希瓦城全景。**★【方舟城堡】**、**★【阿克謝赫•波波堡壘】**、**★【穆罕默德阿敏可汗神學院】**、**【卡塔米諾宣禮塔】**、**【伊斯蘭卡加神學院與宣禮塔】**、**★【珠瑪大清真寺】**、華麗的**★【塔哈里石屋宮殿】**都是此城參觀重點。

早餐：飯店內	午餐：當地料理	晚餐：當地料理
住宿：4★Asia Khiva Hotel 或 同級		

第 4 天　希瓦–土庫曼達索古茲–90km 康耶烏根奇–地獄之門–阿什哈巴德

上午前往名列世界遺產的**「康耶烏根奇」**，12 世紀時期曾經是花剌子模古國所在地，也是回教世界的中心，直到 1210 年花剌子模國王穆罕默德二世才將都城遷往撒爾馬罕。抵達後展開古城巡禮，中亞地區最完美建築包括：**★【庫特魯克-帖木兒宣禮塔】**、**★【阿爾斯蘭陵墓】**、**★【帖乞什陵墓】**、**★【秋拉別克•哈努姆陵墓】**、**★【庫布拉墓】**及花剌子模最強盛時期的國王**★【蘇丹阿里陵墓群】**，所到之處都是古烏根奇著名的古蹟。午餐後搭車前往**卡拉庫姆沙漠**，等待天黑後觀賞獨一無二的世界奇景**【地獄之門】**，沙漠中熊熊烈火燒不盡的景致與壯闊的荒漠風情相互輝映，更添神祕詭譎氛圍。爾後續往土庫曼首都–**阿什哈巴德**。

早餐：飯店內	午餐：當地料理	晚餐：當地料理
住宿：5★Yyldyz Hotel 或 同級		

第 5 天　阿什哈巴德

阿什哈巴德於 1948 年因大地震全毀，爾後以白色大理石進行重建，因而被稱為「白大理石之都」，意為「愛之城」。主要的市區觀光包括紀念 1995 年 12 月 12 日聯合國承認土庫曼為永久中立國而建的**★【中立門】**，搭乘電梯登上瞭望台即可鳥瞰白色城市全景。**【獨立公園】**、**★【國家歷史博物館】**、**★【土庫曼巴希魯伊清真寺】**、**【地震紀念碑】**及**【二次大戰紀念廣場】**都是此城的著名景點。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：5★Yyldyz Hotel 或 同級

第 6 天　阿什哈巴德–45km 哥克德佩–45km 阿什哈巴德

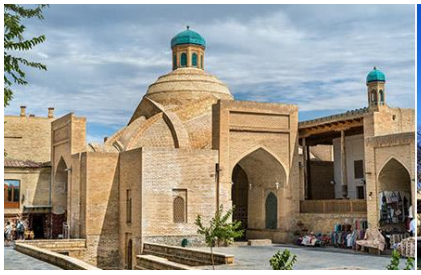
上午前往**哥克德佩**，參觀**【吉普恰克清真寺】**、**【薩帕爾穆拉特哈吉清真寺】**、**【哥克德佩博物館】**內詳載了 1880 年此城遭受沙皇軍隊圍攻，城內的軍隊及百姓死守，最後仍因敵軍挖地道炸毀城牆而淪陷的歷史。此役土庫曼軍民共 14,500 人為國捐軀，可歌可泣的英勇事蹟，成為土庫曼民族的英勇象徵與驕傲。午後前往**★【哥克德佩國際馬場】**，參觀 5,000 年歷史的純種汗血寶馬，在土庫曼國旗上有汗血寶馬圖，每年 4 月最後一個週日也訂為阿哈爾捷金寶馬節，可見汗血寶馬在土庫曼人心中具有多麼重要的地位。傍晚沿著風景如畫的**科佩達格山脈**返回阿什哈巴德。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：5★Yyldyz Hotel 或 同級

第 7 天　阿什哈巴德/土庫曼納巴德–52km 歐樂特邊界檢查站–100km 布哈拉

上午搭機飛往土庫曼東邊的城市-**土庫曼納巴德**。跨越阿姆河大橋前往邊界，辦理邊境手續後前往烏茲別克古城-**布哈拉**。布哈拉是中亞地區伊斯蘭神學、文化、藝術中心，是中亞最神聖的城市，全城保存 140 多座歷史遺跡、古代建築、各王朝建立的宮殿、清真寺、神學院、陵墓與市集，使得布哈拉彌漫著濃厚的伊斯蘭色彩，因而有「博物館城市」之稱。城內**【Lyabi Hauz Ensemble】**是倖存下來極少數的 16～17 世紀的紀念性宏偉建築，參觀**★【納迪爾迪凡伯克書院】**享用晚餐，並觀賞**★【烏茲別克民俗歌舞】**表演。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：4★Asia Bukhara Hotel 或 同級



第 8 天 布哈拉–高速火車–撒爾馬罕

上午參觀★【薩曼尼德陵墓】、★【先知約伯之井】、建築風格優雅的【塘上清真寺】、★【亞克城堡】、★【波力卡龍建築群】、世界最大的伊斯蘭神學院之一【米里-阿拉布神學院】、★【卡龍清真寺和宣禮塔】、★【兀魯伯神學院】、★【阿布都阿濟茲汗經學院】，都是此城的旅遊重點，置身其中感受悠閒祥和的老城意境。下午搭乘★高速火車前往撒爾馬罕，西元 1219 年成吉思汗因商隊與使者被殺而西征，第一站就是花剌子模汗國，成吉思汗西征後，在當地建立了四大汗國，他的後代帖木兒則成為雄霸一方的帖木兒帝國，撒爾馬罕就是帖木兒帝國時期的首都。

早餐：飯店內	午餐：當地料理	晚餐：當地料理
住宿：4★Asia Samarkand Hotel 或 同級		

第 9 天 撒爾馬罕

撒爾馬罕意為「富庶之地」，是烏茲別克第二大城，也是中亞最古老的城市，因地處交通要道，成為古絲綢之路的重鎮，享有「東方的羅馬」、「絲路珍珠」的美譽。城內古蹟不計其數，★【帖木兒陵寢】、天才學者★【烏魯伯格神學院】、★【希爾多爾神學院】、金頂覆蓋的★【提雅卡力神學院】、★【比比哈努清真寺】、【農夫市集】、★夏【伊辛達墓城】、★【烏魯伯格天文台】，豐富的歷史遺跡，處處充滿先人智慧。造訪★【霍夫連柯葡萄酒博物館】，品嚐獲獎無數的各款美酒，品嚐烏茲別克國菜「手抓飯」，都是撒爾馬罕不能錯過的美酒與美食體驗。

早餐：飯店內	午餐：當地料理	晚餐：飯店用餐
住宿：4★Asia Samarkand Hotel 或 同級		

第 10 天 撒爾馬罕–65km Jar Tepa 邊境–鵬吉市-245km 杜尚別(塔吉克)

早餐後搭車經過邊界前往塔吉克，這是中亞國家之中國土面積最小的國家，全國 612 萬人，就有 86 個民族，因可耕地不足 7%，而有「山地之國」稱號。國土一半以上的地區海拔高於 3000 米，每年帕米爾高原群山上的冰川和積雪融化時，形成了條條奔騰不息的河流，極為壯觀。鵬吉市位於澤拉夫山河谷，有「中亞的龐貝城」之稱，由於優越的地理位置，成為交通要津與絲路的重鎮，抵達後專車續往塔吉克首都-杜尚別。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：5★Serena Hotel 或 同級

第 11 天　杜尚別

杜尚別是十月革命後由久沙姆別等 3 個荒僻的小村落組成，因每星期一的市集而得名，1961 年後改稱杜尚別，成爲宣布獨立的塔吉克斯坦共和國首都。早餐後展開市區觀光，參觀典藏西元 5-8 世紀古文物的★**【國家歷史博物館和文物館】**，館內展示前回教時期的希臘、佛教、印度教、拜火教文物及巨大臥佛...等珍貴史料，★**【薩拉西約清真寺】**、**【索莫尼紀念雕像】**、**【魯達基紀念雕像】**、**【魯達基公園】**都頗具參觀價值。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：5★Serena Hotel 或 同級

第 12 天　杜尚別/阿拉木圖(哈薩克)

輕鬆享用早餐後，搭機飛往哈薩克最大城市–**阿拉木圖**。阿拉木圖早年因盛產蘋果被稱爲「蘋果城」，1929～1991 年之間是哈薩克蘇維埃社會主義共和國的首府，蘇聯解體之後成爲哈薩克斯坦的首都，直到 1997 年首都遷移至阿斯塔納，但阿拉木圖重要的地位不變，至今仍是哈薩克商業、教育和文化中心。城內遺留大量蘇聯時期的建築，濃厚的歷史感與蘇聯味，處處散發著人文薈萃的吸引力。

早餐：飯店內　　午餐：餐盒　　晚餐：當地料理
住宿：5★Rixos Hotel 或 同級

第 13 天　阿拉木圖–夏琳峽谷–阿拉木圖

上午驅車前往**夏琳國家公園**，遊覽美國大峽谷之稱的★**【夏琳峽谷】**，峽谷長約 90 公里，隨著時光挪移，形成各種形狀及多彩的地層，景觀極為奇特，其中以雕刻夏琳的紅色砂岩形成懸崖的「城堡峽谷」最為有名。輕鬆遊歷後搭★**接駁小車返回峽谷入口處**，轉乘專車返回阿拉木圖。

早餐：飯店內　　午餐：餐盒　　晚餐：飯店用餐
住宿：5★Rixos Hotel 或 同級

第 14 天　阿拉木圖–235km 比什喀克(吉爾吉斯)

上午展開市區觀光，**【潘菲洛夫公園】**為了紀念二戰時期犧牲的 28 名勇士建立，永恆不滅的火焰及戰爭紀念碑述說著戰役歷史與榮耀，讓人不由自主的心生敬畏。**【欽科夫大教堂】**是世界現存第二高木造結構建築，建築物並沒有使用任何釘子建造，經歷 1911 年阿拉木圖強烈地震後還奇蹟般倖存。**【共和國廣場】**是阿拉木圖市內最大的廣場，**【獨立紀念碑】**矗立其中，浮雕分階段刻畫了哈薩克民族從遠古至獨立建國的發展史。**★搭乘纜車登上【綠色山丘 Kok-Tebe】**，將阿拉木圖的景色盡收眼底。 午後搭車經邊界，跨越楚河前往吉爾吉斯首都-**比什喀克**，晚餐特別安排於蒙古包內，並**★觀賞傳統樂師之音樂表演**。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：5★Hyatt Regency Hotel 或 同級

第 15 天　比什喀克–85km 布拉娜–219km 伊塞克湖

古代的比什喀克是中亞地區的商業重鎮，更是絲綢之路貫穿西域和中亞草原必經的重要驛站。現代的比什喀克已經是博物館、藝術館、劇院、音樂廳林立，構成現代感十足的城市風景畫。造訪**【阿拉土廣場】**、**【橡樹公園】**、**【潘菲洛夫公園】**、**【勝利廣場】**。午後驅車經布拉娜前往伊塞克湖，途中參觀布拉娜歷史建築群，**★【布拉娜塔】**是 11 世紀布拉娜博物館的宣禮塔，與周邊殘存的城堡、墓碑以及三個陵墓都是公元 9 世紀末黑漢王朝時期的遺跡。傍晚抵達中亞地區著名的度假勝地**【伊塞克湖】**。

早餐：飯店內　　午餐：當地料理　　晚餐：當地料理
住宿：4★Seasons Hotel 或 Karven Hotel 或 同級

第 16 天 伊塞克湖–270km 比什喀克/塔什干/曼谷

在吉爾吉斯斯坦有句膾炙人口的諺語「沒到過伊塞克湖，就不算到過吉爾吉斯斯坦」，在吉爾吉斯人心目中，伊塞克湖彷彿「上帝遺落的明珠」，不僅美麗而且「神秘」。早餐後親臨聯合國教科文組織保護的★**【露天岩畫博物館】**，觀賞西元前八世紀到西元一世紀的古蹟，★**搭船暢遊【熱海】**更是盡覽伊塞克湖怡人風光的最佳享受。爾後搭車返回比什喀克，搭機飛往塔什干，隨即轉機飛往曼谷。

早餐：飯店內	午餐：當地料理	晚餐：當地料理
住宿：飛機上		

第 17 天 曼谷/桃園

上午抵達曼谷後轉機返回桃園，結束中亞五國古絲路全覽旅程。

早餐：飛機上	午餐：飛機上	晚餐：自理
住宿：溫暖的家		

團票說明

【包含內容】

- 全程經濟艙機票、稅金。
- 全程巴士、餐食、住宿、參觀門票、船票。
- 五國簽證費、旅遊責任 500 萬+20 萬醫療保險。
- 遊覽車上提供礦泉水。
- 領隊隨團服務。

【費用不包含】

- 護照工本費。
- 機場、火車站、飯店行李員小費。
- 全程司機、導遊、領隊小費。
- 全程觀光景點照像及錄影費用。
- 酒類飲品、洗衣、電話、疾病醫療、行李超重費。

出團備註

- 行程中標示★表示需門票、船票、車票及入內參觀的景點。
- 如遇班機時間變更，本公司保有調整行程及餐飲的權利。

報名手續與訂金 ----------

報名方式

即日起接受預約，可電洽亦歡迎親洽，報名時須預付訂金每人「伍萬元」整。

報名手續及流程

請按鍵進入 報名表 → 詳細填寫後 → 按「確認送出」 → 報名表即可傳至本公司客服信箱 → 本公司會派專人與您聯繫，確認報名人數及訂金支付方式 → 支付訂金後，即完成報名手續。

訂金支付方式

1.現金支付
2.匯款或 ATM 轉帳
3.即期支票或郵局匯票(抬頭：環球旅行社股份有限公司)
4.信用卡刷卡(本公司將提供刷卡單)

報名及郵寄地址

地　址：104097 台北市中山區長安東路二段 81 號 3 樓
收件人：環球旅行社
電　話：(02)2507-3636

天氣參考：烏茲別克、土庫曼、塔吉克、哈薩克