



ใบอนุญาตเลขที่ 51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถนนเอก ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc

TF-KMGKY07

Built for happiness

6 วัน 5 คืน

บินค่า-กลับเย็น

คุณหมิง ต้าหลี่ ลี่เจียง แซงกรัลา

ตื่นตาภิธรรมชาติดระดับโลก อลังการภูเขาหิมะมังกรหยก ชมโชว์ Lijiang Impressions
ทะเลสาบไป๋ซู่เหอ ช่องแคบเลี้ยวกระโจน และมนต์เสน่ห์เมืองโบราณ



ภูเขาหิมะมังกรหยก

ไม่ลง
ร้าน



วัดหยวนทง

คอนเฟิร์มออกเดินทาง
ตั้งแต่วันที่ 10 กันยายน

POP MART

พฤษภาคม - ธันวาคม 2569



นั่งรถไฟความเร็วสูง



อาหารเช้า
1 มื้อ



โรงแรม
4 ดาว



เที่ยวเต็ม
ไม่มีอิสระ



น้ำหนักกระเป๋า
23 กก.

เมฆพิเศษ

ขนมจีนข้ามสะพาน

สุกี้เห็ด

สุกี้ปลาเซลมอน

เริ่มต้นเพียง

21,989
บาท



ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถนนเอก ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc

รายละเอียดเที่ยวบิน : สายการบิน Kunming Airlines (KY)

เส้นทางการบิน	น้ำหนักสัมภาระ	เที่ยวบิน/เวลา	ระยะเวลาเดินทาง
 กรุงเทพฯ BKK-KMG คุณหมิง	23KG 1 ชิ้น	KY8370 / 20.10-22.50	ประมาณ 2.20 ชั่วโมง
คุณหมิง KMG-BKK กรุงเทพฯ	23KG 1 ชิ้น	KY8369/ 17.30-18.50	ประมาณ 2.20 ชั่วโมง

วันที่	รายการท่องเที่ยว	รายละเอียดมื้ออาหาร			โรงแรมที่พัก ระดับ 4 ดาว หรือเทียบเท่า
		เช้า	เที่ยง	เย็น	
1	กรุงเทพฯ-คุณหมิง-รับคณะที่สนามบินคุณหมิง-เดินทางเข้าที่พัก (BKK-KMG KY8370 / 20.10-22.50)	-	-	-	Wan Jin An Hotel 4 ดาวมาตรฐานหรือเทียบเท่า
2	ดำเนินกิจกรรม-สวนน้ำตกคุณหมิง-นั่งรถสู่เมืองต้าหลี่	☉	☉ ขนมจีนข้ามสะพาน	☉	Days Inn By Wyndham Erhai Hotel 4 ดาวมาตรฐานหรือเทียบเท่า
3	วัดเจ้าแม่กวนอิม-เมืองโบราณต้าหลี่-ผ่านชมเจดีย์สามองค์-เมืองแซงกรีล่า-ช่องแคบเสื่อกระโจน (รวมค่าบันไดเลื่อน)-เมืองโบราณแซงกรีล่า	☉	☉	☉	Grace Hotel 4 ดาวมาตรฐานหรือเทียบเท่า
4	วัดชงจ้านหลิง-ชมรมมนต์อธิษฐาน-เมืองลี่เจียง-สะพานน้ำมังกรดำ-เมืองโบราณลี่เจียง	☉	☉	☉ สุกี้ปลาแชลุ่ม่อน	Lijiang Jindao Hotel 4 ดาวมาตรฐานหรือเทียบเท่า
5	ภูเขาหิมะมังกรหยก (รวมค่ากระเช้าใหญ่)-ทะเลสาบไป๋ส่วยเหอ (รวมค่ารถราง)-Lijiang Impressions Show -รถไฟความเร็วสูงสู่คุณหมิง-เข้าพัก	☉	☉	☉ สุกี้เห็ด	Longway Hotel 4 ดาวมาตรฐานหรือเทียบเท่า
6	วัดหยวนทง-อิสระช้อปปิ้งถนนคนเดิน-ประตูม้าทองไก่หยก-POP MART-สนามบินคุณหมิง-กรุงเทพฯ (KMG-BKK KY8369 / 17.30-18.50)	☉	-	✈	

รายการท่องเที่ยวอาจมีการปรับและเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสมและสถานการณ์ โดยจะคำนึงถึงผลประโยชน์ลูกค้าเป็นสำคัญ

10 ท่านการเดินทางออกเดินทาง กรณียอดจองไม่ครบตามจำนวนที่ผู้จัดกำหนดไว้ ผู้จัดขอยกเลิกการเดินทาง
หรือแนะนำรายการทัวร์อื่นให้ผู้เดินทางแทน หรือ คืนเงินมัดจำเต็มจำนวน
ราคานี้เป็นราคาที่รวมค่าภาษีน้ำมัน และภาษีสนามบินแล้ว
หากมีการเรียกเก็บเพิ่มจากสายการบิน ผู้จัดจะทำการแจ้ง และเรียกเก็บเพิ่มจากผู้โดยสารอีกครั้ง

วันเดินทาง	ผู้ใหญ่ (พัก 2-3 ท่าน) (ไม่มีราคาเด็ก)	พักเดี่ยวจ่ายเพิ่ม	Infant (ไม่เกิน 2 ปี)	ค่าทิป (ไกด์+คนขับ+หัวหน้าทัวร์)	มัดจำ/ที่นั่ง
28 มิถุนายน – 03 กรกฎาคม 2569	21,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
24 กรกฎาคม – 29 กรกฎาคม 2569	27,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
28 กรกฎาคม – 02 สิงหาคม 2569	27,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
08 กันยายน – 13 กันยายน 2569	21,989 บาท	4,900บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
23 กันยายน – 28 กันยายน 2569	21,989 บาท	4,900บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
13 ตุลาคม – 18 ตุลาคม 2569	23,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
19-24 ตุลาคม 2569	23,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
24-29 ตุลาคม 2569	24,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
10-15 พฤศจิกายน 2569	23,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
24-29 พฤศจิกายน 2569	23,989 บาท	4,900บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
04-09 ธันวาคม 2569	24,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
28 ธันวาคม – 02 มกราคม 2570	29,989 บาท	4,900 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
ชำระค่าทิปที่สนามบินวันเดินทาง ท่านละ 1,500 บาท					

วันที่หนึ่ง กรุงเทพฯ-คุนหมิง-รับคณะที่สนามบินคุนหมิง-เดินทางเข้าที่พัก (BKK-KMG KY8370 / 20.10-22.50) -/-/-

17.00 น. พร้อมกันที่จุดนัดหมาย สนามบินสุวรรณภูมิ อาคารผู้โดยสารขาออกเคาน์เตอร์ สายการบิน Kunming Airlines (KY) โดยมีเจ้าหน้าที่รอรับเพื่อแนะนำกระบวนการก่อนการเดินทาง

20.10 น. ออกเดินทางจากสนามบินสุวรรณภูมิ โดยเที่ยวบิน KY8370 สายการบิน Kunming Airlines (KY)



22.50 น. ถึงสนามบินเมืองคุนหมิง หลังผ่านพิธีการตรวจคนเข้าเมืองเรียบร้อยแล้ว นำท่านเดินทางเข้าที่พัก (เวลาที่ประเทศจีนเร็วกว่าที่ไทย 1 ชั่วโมง) จากนั้นเดินทางเข้าสู่โรงแรมที่พัก Wan Jin An Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า



ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถ.อำเภอ ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc

วันที่สอง

ตำหนักทอง-สวนน้ำตกคูนหมิง-นั่งรถสู่ ตำหนัก

B/L/D

เช้า บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มือที่ 1)

จากนั้นนำท่าน **ตำหนักทอง** ตั้งอยู่บนยอดสูงสุดของ ภูเขาอู๋ตังซาน จุดนี้ถือเป็นไฮไลต์สำคัญตัวตำหนักสร้างมาตั้งแต่สมัยราชวงศ์หมิง ในยุคของ จักรพรรดิหย่งเล่อ สร้างขึ้นเพื่อถวายให้กับ เทพเจ้าชว่นอู๋ ซึ่งเป็นเทพสำคัญของลัทธิเต๋าคนจีนเชื่อกันว่าจุดนี้เป็นจุดรวมพลังดี ๆ มักจะมาขอพรเรื่องสุขภาพ โชคลาภ หรือความสำเร็จ



จากนั้นนำท่าน **สวนน้ำตกคูนหมิง** เป็นสวนสาธารณะ เหมาะสำหรับการพักผ่อนและเพลิดเพลินกับธรรมชาติ สวนแห่งนี้มีพื้นที่กว้างขวาง มีเส้นทางเดินเล่น สนามหญ้า และพื้นที่สำหรับกิจกรรมต่างๆ นอกจากนี้ยังมีต้นไม้และดอกไม้ที่หลากหลาย ทำให้สวนมีบรรยากาศสดชื่นและสงบเงียบ



ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถนนเอก ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc



เที่ยง บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 2) เมนูพิเศษ : ขนมจีนข้ามสะพาน

นำท่านเดินทางสู่ เมืองต้าลี่ โดยรถโค้ช (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 3.30 ชั่วโมง) เมืองต้าลี่ เป็นเมืองที่ตั้งอยู่ในมณฑลยูนนาน มีความงดงามของธรรมชาติที่โดดเด่น โดยมีทะเลสาบเอ๋อไห่และภูเขาไห่หนานล้อมรอบ เมืองนี้ยังเป็นศูนย์กลางของวัฒนธรรมชาวหนานที่มีเอกลักษณ์ มีสถาปัตยกรรมโบราณและประเพณีที่น่าสนใจ เมืองเก่าต้าลี่เป็นจุดหมายปลายทางยอดนิยมสำหรับนักท่องเที่ยวที่ต้องการสัมผัสกับความงามของธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่นที่หลากหลาย



เย็น บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 3)

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Days Inn By Wyndham Erhai Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่สาม วัดเจ้าแม่กวนอิม-เมืองโบราณต้าลี่-ผ่านชมเจดีย์สามองค์-เมืองแชงกรีล่า-
ช่องแคบเสฉวน (รวมค่าบัตรโดยสาร)-เมืองโบราณแชงกรีล่า B/L/D

เช้า บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 4)

เที่ยวชม เจ้าแม่กวนอิม (Guanyin Temple) ในเมืองต้าลี่ เป็นวัดที่สำคัญและมีชื่อเสียงในภูมิภาคนี้ วัดนี้สร้างขึ้นเพื่อแสดงถึงความเคารพต่อเจ้าแม่กวนอิม ซึ่งเป็นเทพเจ้าแห่งความเมตตาในศาสนาพุทธ วัดมีการออกแบบที่สวยงามและละเอียดลออ มีพระพุทธรูปเจ้าแม่กวนอิมขนาดใหญ่ที่เป็นจุดสนใจหลัก วัดเจ้าแม่กวนอิมยังเป็นสถานที่ที่มีการจัดกิจกรรมทางศาสนาและประเพณีต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อในศาสนาพุทธ



เที่ยวชม เมืองโบราณต้าลี่ (Dali Ancient Town) เป็นหนึ่งในสถานที่ท่องเที่ยวที่มีเสน่ห์และมีความสำคัญในเมืองต้าลี่ ประเทศจีน เมืองโบราณนี้เต็มไปด้วยประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และสถาปัตยกรรมที่สวยงาม เมืองโบราณมีบ้านเรือนที่สร้างขึ้นในสไตล์สถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิมของชาวฮั่น มีการตกแต่งที่สวยงามและมีรายละเอียดที่น่าสนใจ มีถนนที่เต็มไปด้วยร้านค้า ร้านอาหาร และตลาดที่จำหน่ายสินค้าท้องถิ่น นักท่องเที่ยวสามารถเดินเล่นและสำรวจได้อย่างสนุกสนาน เป็นศูนย์กลางของวัฒนธรรมชาวฮั่นที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว นักท่องเที่ยวสามารถสัมผัสกับการแสดงดนตรี การเต้นรำ และประเพณีที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมท้องถิ่น



ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถนนเอก ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc

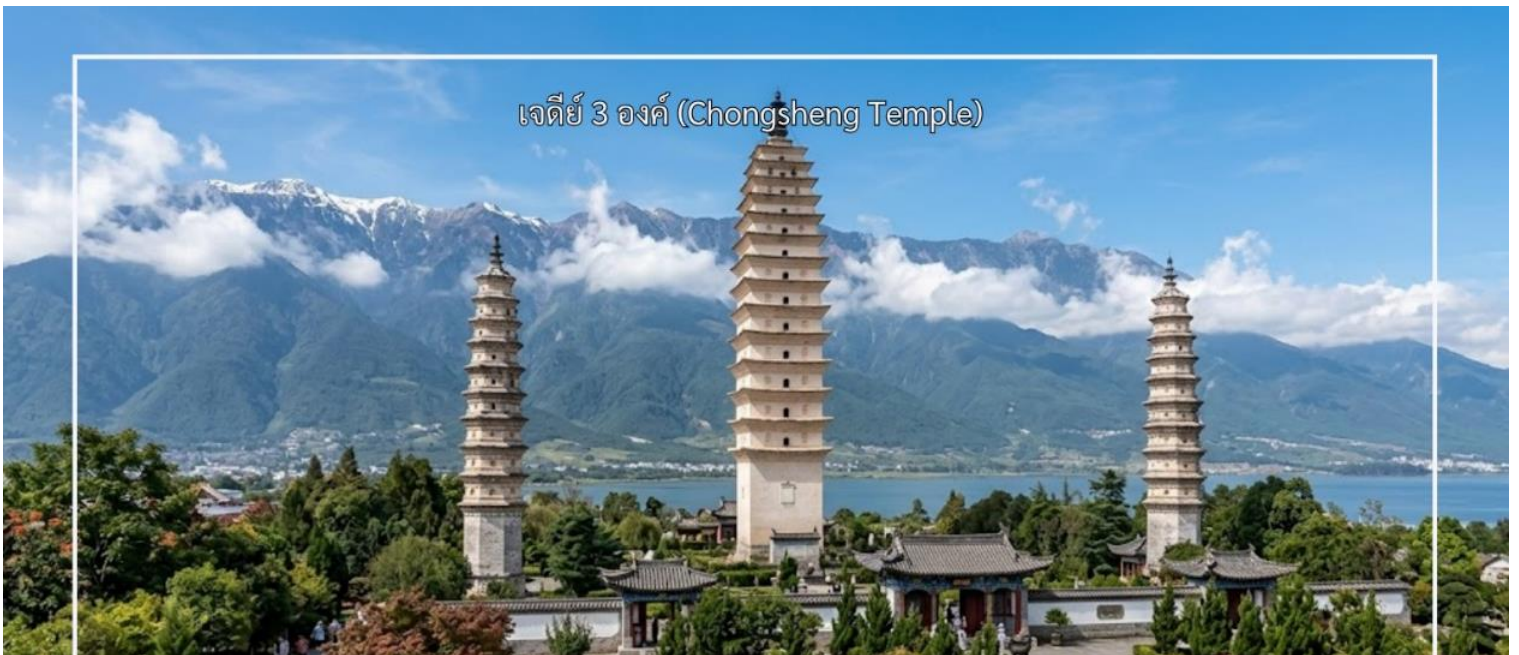


เมืองโบราณต้าหลี่ (Dali Ancient Town)

เที่ยง บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 5)

ผ่านชม เจดีย์สามองค์ (Three Pagodas) เป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ที่สำคัญและมีชื่อเสียงของเมืองต้าหลี่ เจดีย์นี้มีความโดดเด่นและมีคุณค่าทางประวัติศาสตร์ที่มากมาย เจดีย์สามองค์ประกอบด้วยเจดีย์หลักสามองค์ โดยเจดีย์ที่สูงที่สุดคือเจดีย์หยุนหลง (Yunlong Pagoda) สูงประมาณ 69 เมตร ถูกสร้างขึ้นในสมัยราชวงศ์ถัง (Tang Dynasty) ประมาณ 1,000 ปีที่แล้ว เจดีย์มีการออกแบบที่สวยงามและมีรายละเอียดที่น่าทึ่ง สถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิมของจีนที่แสดงถึงความมั่งคั่งและความเชื่อทางศาสนา เจดีย์สามองค์ไม่เพียงแต่เป็นสถานที่ท่องเที่ยว แต่ยังเป็นสัญลักษณ์ของวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ของชาวนานานและเมืองต้าหลี่

เจดีย์ 3 องค์ (Chongsheng Temple)





บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

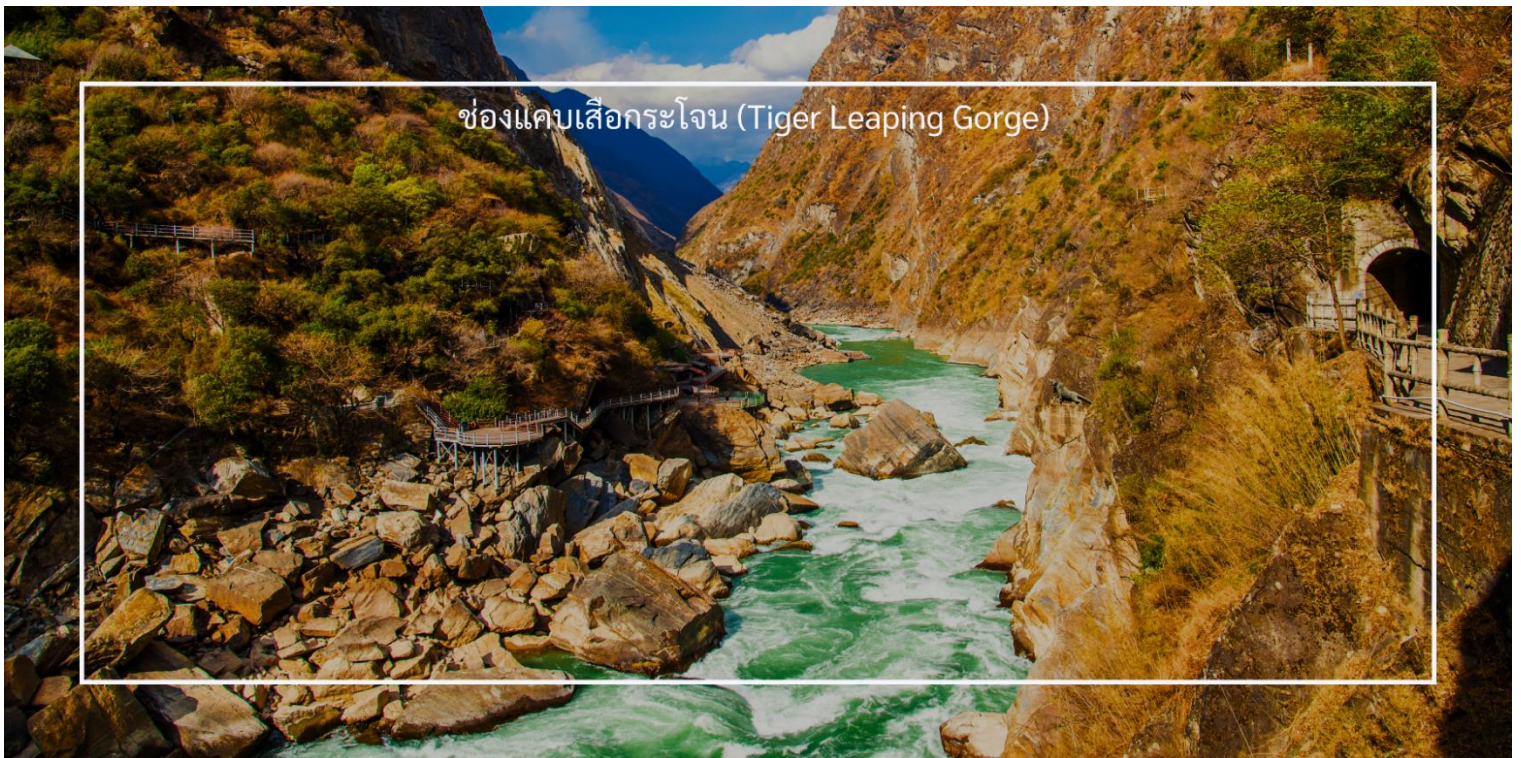
15/3 ถ.อำเภอกิ่งใหญ่ อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyftc

ออกเดินทางสู่เมือง **แซงกริล่า** เมืองเล็กกลางหุบเขาสูงแห่งมณฑลยูนนาน ที่ได้ชื่อว่าเป็น “ดินแดนในฝันบนหลังคาโลก” ด้วยความงดงามของทุ่งหญ้ากว้างใหญ่ ขุนเขาหิมะ และวัดวาอารามทิเบตอันศักดิ์สิทธิ์ ทำให้แซงกริล่าเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่เต็มไปด้วยมนต์เสน่ห์และกลิ่นอายวัฒนธรรมทิเบตอย่างแท้จริง เมืองนี้เปี่ยมด้วยความสงบและความศรัทธา ควบคู่กับทิวทัศน์ของทุ่งหญ้า เมฆหมอก และวิถีชีวิตที่เรียบง่าย ทำให้แซงกริล่าเป็นดั่งสวรรค์บนดินที่นักเดินทางทั่วโลกใฝ่ฝันอยากมาสัมผัสสักครั้ง

นำท่านสู่ **ช่องแคบเสือกระโจน (Tiger Leaping Gorge) (รวมค่าบันไดเลื่อน)** หนึ่งในช่องเขาที่งดงามและมีชื่อเสียงของมณฑลยูนนาน เดิมมีตำนานเล่าขานเกี่ยวกับเสือที่แข็งแรงและชาญฉลาด กระโดดข้ามช่องแคบเพื่อเอาชีวิตรอด กลายเป็นสัญลักษณ์ของความกล้าหาญและความมุ่งมั่น ปัจจุบัน ช่องแคบเสือกระโจนไม่เพียงแต่มีทิวทัศน์ที่ตระการตา แต่ยังสะท้อนเรื่องราวและวัฒนธรรมท้องถิ่นให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัส พร้อมบริการบันไดเลื่อนสะดวกสบายสำหรับการชมวิ



ช่องแคบเสือกระโจน (Tiger Leaping Gorge)

เที่ยวชม **เมืองโบราณแซงกริล่า (Shangri-La Ancient Town)** เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่โดดเด่นในเมืองแซงกริล่า ซึ่งตั้งอยู่ในมณฑลยูนนาน ประเทศจีน เมืองโบราณนี้มีความสำคัญทั้งในด้านประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม เมืองโบราณมีบ้านเรือนที่สร้างขึ้นในสไตล์ทิเบตและชาวหนาน ซึ่งมีการตกแต่งที่สวยงามและมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว เป็นศูนย์กลางวัฒนธรรมของชาวทิเบต มีตลาดที่ขายสินค้าท้องถิ่น เช่น เครื่องประดับแบบทิเบต ผ้าทอมือ และอาหารพื้นเมือง นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อ



บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถ.อำเภอกิ่งใหญ่ อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

ของที่ระลึกและสัมผัสกับบรรยากาศของตลาดที่มีชีวิตชีวา เมืองโบราณตั้งอยู่ใกล้กับสถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญ เช่น วัดซงจ้านหลิง (Songzanlin Monastery) ซึ่งเป็นวัดที่สำคัญที่สุดในเขตนี้

บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 6)

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Grace Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

เย็น

วันที่สี่

วัดซงจ้านหลิง-ธรมนต้อธิษฐาน-เมืองลี่เจียง-สะพานมั่งกรดำ-เมืองโบราณลี่เจียง

B/L/D

เช้า

บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 7)

เที่ยวชม วัดซงจ้านหลิง (Songzanlin Monastery) เป็นวัดพุทธที่สำคัญและใหญ่ที่สุดในมณฑลยูนนาน ประเทศจีน ตั้งอยู่ใกล้กับเมืองแชงกรีล่า วัดนี้มีความสำคัญทั้งในด้านศาสนาและวัฒนธรรม วัดซงจ้านหลิงถูกสร้างขึ้นในสไตล์ทิเบต โดยมีการตกแต่งที่สวยงามและมีเอกลักษณ์ ตัวอาคารมีสีทองและแดงที่สะดุดตา โดยมีรูปปั้นและภาพวาดที่แสดงถึงความเชื่อทางศาสนา วัดนี้สร้างขึ้นในปี ค.ศ. 1679 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางการศึกษาของพระสงฆ์และการเผยแพร่ธรรมะในพื้นที่ วัดตั้งอยู่บนเนินเขาที่สามารถมองเห็นวิวทิวทัศน์ของทะเลสาบและภูเขารอบๆ ทำให้เป็นจุดที่เหมาะสมสำหรับการถ่ายรูปและชมความงามของธรรมชาติ จากนั้นใช้เวลาเดินทางต่ออีกประมาณ 2 ชั่วโมง

วัดซงจ้านหลิง (Songzanlin Monastery)





จากนั้นนำท่านชม **ธงมนต์อธิษฐาน** เป็นความเชื่อของชาวทิเบต จะมีบทสวดหรือคำอธิษฐานพิมพ์อยู่บนผืนผ้าเชื่อกันว่าเวลาลมพัดจะช่วยพัดพาคำอธิษฐานเหล่านั้นออกไป เปรียบเหมือนการส่งพรดีๆ ให้กับทั้งตัวเราและคนรอบข้าง

เที่ยง บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 8)

ออกเดินทางสู่**เมืองลี่เจียง**โดยรถโค้ช จากนั้นนำท่านเที่ยวชม **สระมังกรดำ (Black Dragon Pool)** ตั้งอยู่ใกล้กับเมืองลี่เจียง สระมังกรดำมีทิวทัศน์ที่งดงาม โดยมีภูเขาหิมะอยู่ในพื้นหลังและน้ำที่ใสสะอาด สร้างบรรยากาศที่เงียบสงบและโรแมนติก นักท่องเที่ยวสามารถเดินเล่นรอบๆ สระ ถ่ายรูป และสัมผัสกับบรรยากาศที่เงียบสงบ นอกจากนี้ยังมีเส้นทางเดินป่าที่นำไปสู่จุดชมวิวที่สวยงาม บริเวณสระมีการสร้างอาคารและสะพานที่มีสถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิม เช่น สะพานหินและศาลา ซึ่งทำให้ที่นี่มีความสวยงามและเป็นเอกลักษณ์



เที่ยวชม **เมืองโบราณลี่เจียง (Lijiang Ancient Town)** เป็นหนึ่งในเมืองโบราณที่มีชื่อเสียงและได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นมรดกโลกจากองค์การยูเนสโกในปี 1997 ตั้งอยู่ในมณฑลยูนนาน ประเทศจีน เมืองนี้มีความสำคัญทั้งในด้านประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม เมืองโบราณลี่เจียงมีสถาปัตยกรรมที่สวยงามและเป็นเอกลักษณ์ โดยมีบ้านเรือนที่สร้างขึ้นในสไตล์ดั้งเดิมของ



บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถ.อำเภอ ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ชาวหน้าซี (Naxi) ซึ่งมีการตกแต่งที่ละเอียดอ่อนและสวยงาม มีคลองและสะพานที่สวยงาม ซึ่งสร้างบรรยากาศที่เงียบสงบ และโรแมนติก นักท่องเที่ยวสามารถเดินเล่นริมคลองและถ่ายรูปได้ มีตลาดที่ขายสินค้าท้องถิ่น เช่น เครื่องประดับแบบดั้งเดิม อาหารพื้นเมือง และของที่ระลึก นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อของที่ระลึกและสัมผัสกับบรรยากาศของตลาด

เย็น

บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 9) เมนูพิเศษ : สุกี้ปลาเซลมอน

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Lijiang Jindao Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่ทำ

ภูเขาหิมะมังกรหยก (รวมค่ากระเช้าใหญ่)-ทะเลสาบไป๋ส่วยเหอ (รวมค่ารถราง)-Lijiang Impressions

B/L/D

Show -รถไฟความเร็วสูง สู่คุนหมิง-เข้าที่พัก

เช้า

บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 10)

อุทยานภูเขาหิมะมังกรหยก (Jade Dragon Snow Mountain) (รวมค่ากระเช้าใหญ่ ขึ้น-ลง) ตั้งอยู่ใกล้เมืองลี่เจียง (Lijiang) โดยการเดินทางประมาณ 1 ชั่วโมง จากเมืองลี่เจียง เป็นหนึ่งในสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามและมีชื่อเสียงมากในภูมิภาคนี้ ภูเขาหิมะมังกรหยกมีความสูงประมาณ 5,596 เมตร และมีหิมะปกคลุมตลอดทั้งปี ทำให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ บริเวณใกล้เคียงยังมีหมู่บ้านของชนเผ่าต่างๆ เช่น ชนเผ่าหน้าหรือชนเผ่าหยก ที่มีวัฒนธรรมและประเพณีที่น่าสนใจ การขึ้นไปยังจุดชมวิวที่สูงจะทำให้คุณได้เห็นวิวที่สวยงามของภูเขาหิมะและทุ่งหญ้ารอบๆ ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่น่าจดจำ และยังได้รับการขนานนามว่าเป็น สวิสแลนด์แห่งเมืองจีน ด้วยมาตรฐานแห่งท่องเที่ยวระดับ 5A โดยนักท่องเที่ยวจะต้องนั่งกระเช้าขึ้นไปยังจุดชมวิวความสูงราว 4,506 เมตรจากระดับน้ำทะเล เพื่อสัมผัสบรรยากาศการอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ยังมีสะพานไม้ทอดยาวขึ้นไปบนยอดเขา โดยนักท่องเที่ยวสามารถ เดินตามสะพานไม้เพื่อพิชิตความสูงตามระดับต่างๆ ที่สูงขึ้นตามลำดับ

คำแนะนำ สำคัญมาก :





ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถ.อำเภอ ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc

การท่องเที่ยวบริเวณภูเขาหิมะมังกรหยกนั้น ถือเป็นจุดที่มีออกซิเจน ที่เบาบางมาก รวมไปถึงระดับความสูง ที่มีอากาศหนาวเย็นและลมแรง ควรเตรียมร่างกายของท่านให้พร้อม และปฏิบัติตามคำแนะนำของไกด์ท้องถิ่น และหัวหน้าทัวร์อย่างเคร่งครัด และควรมีกระป๋องออกซิเจนแบบพกพา เพื่อช่วยเหลือนักเดิน ในกรณีที่ท่านมีอาการแพ้ความสูงแบบเฉียบพลัน (หมายเหตุ: กรณีที่มีการประกาศปิดให้บริการกระแสไฟฟ้า อันเนื่องมาจากเหตุผลด้านสภาพอากาศไม่เอื้ออำนวย, การปิดซ่อมบำรุง, หรือเหตุผลใดๆ บริษัทผู้จัดของสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนโปรแกรมท่องเที่ยวอื่นทดแทน หรือในกรณีที่กระแสไฟฟ้าใหญ่ปิด ทางบริษัทผู้จัด จะเปลี่ยนมาขึ้นกระเช้าเล็กยูนชันผิงแทน โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า)



อุทยานภูเขาหิมะมังกรหยก (Jade Dragon Snow Mountain)

เที่ยวชม ทะเลสาบไป๋ส่วยเหอ (Baishui River) หรือทะเลสาบไป๋ส่วยเหอ หรืออีกชื่อหนึ่งคือ หุบเขาพระจันทร์สีน้ำเงิน (Blue Moon Valley) (รวมค่าบริการรถแบดเตอร์) เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความงดงามทางธรรมชาติ ที่นี่คือทะเลสาบที่เกิดจากการละลายของหิมะบนภูเขาหิมะมังกรหยก มีน้ำใสสะอาดใสสะอาดสีเทอควอยซ์สะท้อนกับท้องฟ้าและภูเขารอบๆ เกิดธารน้ำตกหินปูนเล็ก ๆ ที่เรียงลดหลั่นกันขึ้น ๆ สวยงามจนเปรียบเสมือนสวรรค์บนดิน ทำให้เป็นสถานที่ ที่เหมาะสำหรับการถ่ายรูปและพักผ่อนเป็นอย่างมาก

ธารน้ำขาวไป๋ส่วยเหอ (Baishui River) หรือทะเลสาบไป๋ส่วยเหอ



ชมการแสดง Impression of Lijiang เป็นการแสดงศิลปะที่มีชื่อเสียงและเป็นที่รู้จักในเมืองลี่เจียง (Lijiang) มณฑลยูนนาน (Yunnan) ประเทศจีน การแสดงนี้ถูกสร้างขึ้นโดยผู้กำกับชื่อดัง จางอี้โหมว (Zhang Yimou) ซึ่งเป็นที่รู้จักในด้านการสร้างสรรค์การแสดงที่มีความสวยงามและเต็มไปด้วยวัฒนธรรมท้องถิ่น การแสดงนี้รวมเอาศิลปะการแสดงดนตรี การเต้นรำ และการแสดงละครที่สะท้อนวัฒนธรรมและประเพณีของชนเผ่าต่างๆ ในพื้นที่ เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตและวัฒนธรรมของคนท้องถิ่น รวมถึงการต่อสู้และการอยู่ร่วมกันของชนเผ่าต่างๆ ในภูมิภาคนี้ การแสดงความประทับใจแห่งลี่เจียงเป็นที่นิยมในหมู่นักท่องเที่ยว ช่วยให้ผู้เข้าชมได้สัมผัสกับวัฒนธรรมและประสบการณ์ที่ไม่เหมือนใคร

โดยผู้กำกับการแสดง "Impression of Lijiang" คือ จางอี้โหมว (Zhang Yimou) ซึ่งเป็นหนึ่งในผู้กำกับภาพยนตร์ที่มีชื่อเสียงและมีอิทธิพลมากที่สุดในจีนและทั่วโลก จางอี้โหมวเป็นที่รู้จักในด้านการสร้างสรรค์ผลงานที่มีความงดงามและเต็มไปด้วยอารมณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการใช้ภาพและสีสันทันงานศิลปะของเขา และอีกหนึ่งจุดเด่นของการแสดงนี้คือ การใช้ฉากธรรมชาติเป็นส่วนหนึ่งของการแสดงทำให้ ผู้ชมตื่นตาตื่นใจและได้รับอรรถรสของการแสดงอย่างแท้จริง

การแสดง Impression of Lijiang

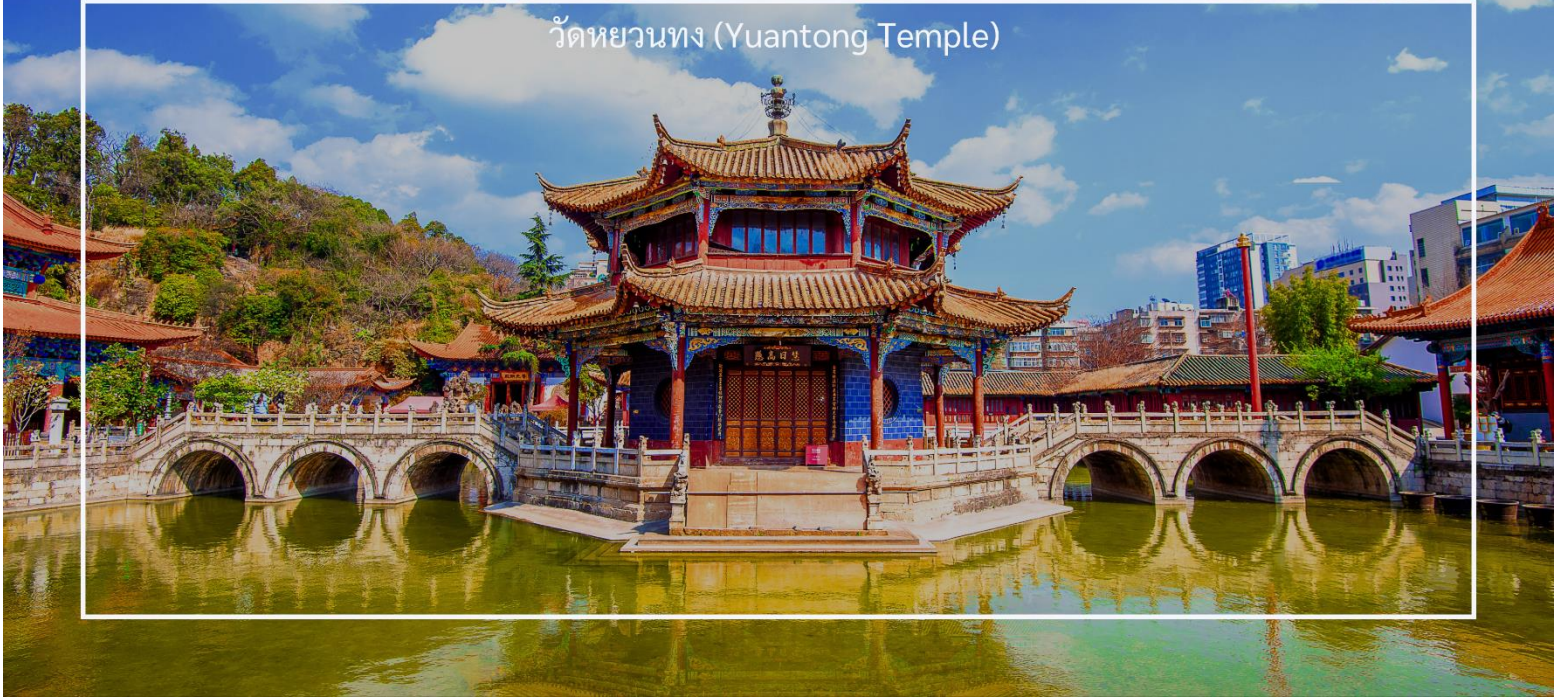


- เที่ยง** บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 11)
จากนั้นออกเดินทางด้วยรถไฟความเร็วสูง นำท่าน นั่งรถไฟความเร็วสูงจากเมืองลี่เจียง สู๋ เมืองคุนหมิง
(ใช้เวลาเดินทางประมาณ 4 ชั่วโมง) รวมค่าบริการรถขนกกระเป่าสัมภาระ
- เย็น** บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 12) เมนูพิเศษ : สุกี้เห็ด
เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Longway Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่ทำ	วัดหยวนทง-อิสระขอปี่งถนนคนเดิน-ประตูม้าทองไก่หยก-POP MART-สนามบินคุนหมิง-กรุงเทพฯ (KMG-BKK KY8369 / 17.30-18.50)	B/-/-
----------	---	-------

- เช้า** บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 13)
เที่ยวชม วัดหยวนทง (Yuantong Temple) เป็นวัดพุทธที่มีชื่อเสียงและมีความสำคัญในเมืองคุนหมิง (Kunming) มณฑลยูนนาน (Yunnan) ประเทศจีน วัดนี้สร้างขึ้นในสมัยราชวงศ์ถัง (Tang Dynasty) และเป็นหนึ่งในวัดที่เก่าแก่ที่สุดในพื้นที่ มีสถาปัตยกรรมที่สวยงามและเป็นเอกลักษณ์ โดยมีการผสมผสานระหว่างศิลปะจีนโบราณและสถาปัตยกรรมพุทธศาสนา ภายในวัดมีพระพุทธรูปหลายองค์ที่มีความสวยงาม รวมถึงพระพุทธรูปทองคำที่เป็นที่เคารพบูชาของชาวพุทธ

วัดหยวนทง (Yuantong Temple)



อิสระช้อปปิ้งถนนคนเดิน **ประตูม้าทองไก่หยก (Golden Horse and Jade Rooster Street)** เป็นแหล่งช้อปปิ้งที่มีชื่อเสียงในเมืองคุนหมิง (Kunming) สถานที่นี้เป็นที่นิยมของนักท่องเที่ยวและชาวเมืองสำหรับการช้อปปิ้ง สัมผัสวัฒนธรรมท้องถิ่น และลิ้มลองอาหารอร่อย ถนนคนเดินนี้มีร้านค้าหลายประเภท เช่น เสื้อผ้า ของที่ระลึก งานศิลปะ และของกินท้องถิ่น นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อสินค้าต่างๆ ได้ตามใจชอบ ถนนคนเดินนี้เต็มไปด้วยชีวิตชีวา มีการแสดงสด ดนตรี และกิจกรรมต่างๆ ที่ทำให้บรรยากาศน่าสนใจและน่าตื่นเต้น และยังมีร้าน **POP MART** ให้เหล่าสาวก **ART TOY** ให้เลือกซื้อคอลเลกชันแปลกใหม่ ที่อาจจะหาซื้อไม่ได้ในเมืองไทย



ใบอนุญาตเลขที่
51/00660

บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถนนเอก ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ID LINE : journeyfc



ประตูม้าทองโกหยก (Golden Horse and Jade Rooster Street)

เที่ยว อีสระรับประทานอาหารเที่ยงตามอัยาศัย

ได้เวลาอันสมควร เดินทางสู่สนามบิน เพื่อเดินทางกลับ

17.30 น. ออกเดินทางจากเมืองคุนหมิงโดยเที่ยวบิน KY8369 สายการบิน Kunming Airlines (KY)

18.50 น. เดินทางถึงสนามบินสุวรรณภูมิ



昆明航空
Kunming Airlines

KUNMING AIRLINES (KY)



เงื่อนไขการจองตั๋ว



กรุณาทำการจองล่วงหน้าอย่างน้อย 30 วัน ก่อนออกเดินทาง พร้อมชำระเงินมัดจำครั้งที่ 1 ท่านละ 10,000 บาท หลังจากส่งเอกสารยืนยันการจองภายใน 48 ชั่วโมง โดยระบบจะยกเลิกอัตโนมัติทันที หากยังไม่ได้รับยอดเงินตามเวลาที่กำหนด สำหรับรายการใกล้วันเดินทาง หรือรายการลดราคาพิเศษ ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์เรียกเก็บค่าบริการ เต็มจำนวน เท่านั้น



กรุณาชำระค่าตั๋วส่วนที่เหลืออย่างน้อย 20 วัน ก่อนออกเดินทาง หากท่านไม่ชำระภายในระยะเวลาที่บริษัทกำหนด ทางบริษัทจะถือว่าท่านสละสิทธิ์ยกเลิกการเดินทาง และ ขอสงวนสิทธิ์ไม่สามารถคืนเงินมัดจำให้ท่าน ไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งก็ตาม



กรณีลูกค้าทำการจองภายในระยะเวลาคงเหลือไม่ถึง 15 วัน ก่อนออกเดินทาง ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าตั๋วเต็มจำนวน 100%

เงื่อนไขการยกเลิก และ เปลี่ยนแปลงการเดินทาง



ยกเลิกก่อนการเดินทางตั้งแต่ 30 วันขึ้นไป คืนเงินค่าตั๋วโดยหักค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริง *ในกรณีที่วันเดินทางตรงกับวันหยุดนักขัตฤกษ์ ต้องยกเลิกก่อน 45 วัน*



ยกเลิกก่อนการเดินทาง 15-29 วัน คืนเงิน 50%ของค่าตั๋ว หรือหักค่าใช้จ่ายตามจริง เช่น ค่ามัดจำตัวเครื่องบิน โรงแรม และค่าใช้จ่ายจำเป็นอื่นๆ



บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถนนเอก อพาร์ทเมนท์ อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ยกเลิกก่อนการเดินทางน้อยกว่า 15 วัน ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินค่าตั๋วที่ชำระแล้วทั้งหมด



กรณีมีเหตุยกเลิกตั๋ว โดยไม่ใช่ความผิดของบริษัทตั๋ว เช่น มีนโยบายห้ามการเข้าออกของแต่ละประเทศ หรือการยกเลิกเที่ยวบินโดยสายการบิน บริษัทจะเก็บเป็นเครดิตหรือเลื่อนการเดินทางในพีเรียดถัดไปให้กับลูกค้า โดยยึดตามนโยบายของสายการบินและโรงแรม และไม่สามารถคืนเงินได้ทุกกรณี

ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ความรับผิดชอบใด ๆ ในกรณีดังต่อไปนี้



หากเกิดกรณีความล่าช้าจากสายการบิน, การประท้วง, การนัดหยุดงาน, การก่อกวน, การปิดด่าน, ภัยธรรมชาติ หรือกรณีที่ท่านถูกปฏิเสธการเข้าหรือออกเมืองจากเจ้าหน้าที่ตรวจคนเข้าเมืองหรือเจ้าหน้าที่กรมแรงงานทั้งจากไทยและต่างประเทศ ซึ่งอยู่นอกเหนือความรับผิดชอบของบริษัทฯ



หากท่านใช้บริการของทางบริษัทฯ ไม่ครบ อาทิ ไม่เที่ยวบางรายการ, ไม่ทานอาหารบางมื้อ เพราะค่าใช้จ่ายทุกอย่างทางบริษัทฯ ได้ชำระค่าใช้จ่ายให้ตัวแทนต่างประเทศแบบเหมาขาดก่อนออกเดินทางแล้ว



หากเกิดทรัพย์สินสูญหายจากการโจรกรรมและ/หรือ เกิดอุบัติเหตุสูญหายที่เกิดจากความประมาทของตัวนักท่องเที่ยวเอง



ตัวเครื่องบินเป็นตัวราคาพิเศษ หากท่านไม่เดินทางพร้อมคณะไม่ว่าจะด้วยเหตุใดก็ตาม ไม่สามารถนำมาเลื่อนวันเดินทางหรือคืนเงินได้

อัตราค่าบริการนี้รวม



ค่าบัตรโดยสารโดยเครื่องบิน (ตัว) ไป และ กลับพร้อมคณะ ชั้นประหยัด (ECONOMY CLASS) รวมถึงค่าภาษีสนามบินและค่าภาษีน้ำมันทุกแห่ง กรณีต้องการอัปเกรด UPGRADE ใช้วีลแชร์ (WHEEL CHAIR) หรือ เปลี่ยนแปลงบัตรโดยสาร ไม่ว่าเที่ยวใด เที่ยวหนึ่ง กรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ฝ่ายขาย ทางบริษัทของสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายตามจริงที่เกิดขึ้นกับผู้เดินทาง



ค่าธรรมเนียมน้ำหนักกระเป๋าสำหรับโหลดใต้ท้องเครื่องไม่เกิน 23 ก.ก. 1 ชิ้นเท่านั้น และถือขึ้นเครื่องบินได้น้ำหนักไม่เกิน 7 ก.ก. ต่อท่าน (ตามเงื่อนไขของสายการบิน)



ภาษีมูลค่าเพิ่ม 7 % (เฉพาะค่าบริการ) และ ภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3 % (เฉพาะค่าบริการ)



ค่ารถโค้ชปรับอากาศตลอดเส้นทางตามรายการระบุ (ยังไม่รวมทิปพนักงานขับรถ)



ค่าเข้าชมสถานที่ตามที่ระบุในโปรแกรมท่องเที่ยว



มัคคุเทศก์และหัวหน้าทัวร์นำเที่ยวตลอดการเดินทาง



ค่าอาหาร ตามรายการที่ระบุในโปรแกรมการเดินทาง



ค่าโรงแรมที่พักระดับมาตรฐานตามรายการที่ระบุ (พัก 2-3 ท่าน ต่อ ห้อง กรณีพัก 3 ท่านจะเป็นเตียงเสริม 1 ท่าน) ในกรณีมีงานเทรดแฟร์ การแข่งขันกีฬา หรือ กิจกรรมอื่นๆ ที่ทำให้โรงแรมตามรายการที่ระบุเต็ม ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนโรงแรมที่พัก ทางบริษัทไม่มีนโยบายจัดคูปองให้กับลูกค้าที่ไม่รู้จักกันมาก่อน เช่น กรณีที่ท่านเดินทาง 1 ท่าน จำเป็นต้องชำระค่าห้องพักเดี่ยวตามที่ระบุ



ประกันอุบัติเหตุระหว่างการเดินทาง วงเงินท่านละ 1,000,000 บาท (เงื่อนไขตามกรมธรรม์)

อัตราค่าบริการนี้ ไม่รวม



ค่ามินิบาร์ในห้องพัก(ถ้ามี) และค่าใช้จ่ายส่วนตัว นอกเหนือจากที่ระบุในรายการ



ค่าอาหารสำหรับท่านที่ทานเจ มังสวิรัติ หรืออาหารสำหรับมุสลิม



ค่าธรรมเนียมการเข้าชมสถานที่ของชาวต่างชาติที่เพิ่มเติมตามการจ่ายจริง



ไม่รวมค่าธรรมเนียมในกรณีที่กระเป๋าสัมภาระที่มีน้ำหนักเกินกว่าที่สายการบินนั้นๆกำหนดหรือสัมภาระใหญ่เกินขนาดมาตรฐาน



ค่าธรรมเนียมการจองที่นั่งบนเครื่องบินตามความต้องการเป็นกรณีพิเศษหากสามารถทำได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสายการบิน และ รุ่นของเครื่องบินแต่ละไฟลท์ที่ใช้บิน ซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงได้อยู่ที่สายการบินเป็นผู้กำหนด



ค่าภาษีน้ำมัน ที่สายการบินเรียกเก็บเพิ่ม ภายหลังจากทางบริษัทฯ ได้ออกตัวเครื่องบินไปแล้ว



VAT 7% และภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3% กรณีต้องการออกใบเสร็จรับเงินในนามบริษัทจากค่าตั๋วเต็มทั้งหมด



ค่าทิปพนักงานขับรถ หัวหน้าทัวร์ และ มัคคุเทศก์ท้องถิ่น ตามธรรมเนียม 1,500 บาท ต่อ ทริป ต่อ ลูกค้า ผู้เดินทาง 1 ท่าน รวมไปถึงเด็ก ยกเว้นเด็กอายุไม่ถึง 2 ปี ณ วันเดินทางกลับ (Infant) ทั้งนี้ท่านสามารถให้มากกว่านี้ได้ตามความเหมาะสมและความพึงพอใจของท่าน โดยส่วนนี้ ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บก่อนเดินทางทุกท่าน ที่สนามบิน ในวันเดินทาง



บริษัท เจอร์นีย์ ทิกเก็ต จำกัด
JOURNEY TICKET CO.,LTD.

15/3 ถ.อำเภอ ต.หมากแข้ง อ.เมือง จ.อุดรธานี 41000
โทรศัพท์ : 042-246662 / 086-4515274 E-mail : journeyticket@hotmail.com



ค่าวีซ่าเดี่ยวและวีซ่ากรุปเข้าประเทศจีน ** ในกรณีรัฐบาลจีนประกาศยกเลิกฟรีวีซ่า ไม่ว่าจะด้วยสาเหตุใดๆทั้งสิ้น ผู้เดินทางจะต้องเสียค่าใช้จ่ายในการทำวีซ่าด้วยตนเอง**



สำคัญมากโปรดอ่าน

เส้นทาง ภูเขาหิมะมังกรหยก และเมืองแซงกรีล่า เป็นที่ราบสูงกว่า 3,000-4,000 เมตรจากระดับน้ำทะเล มีอากาศเบาบางและความกดอากาศต่ำ ซึ่งอาจมีผลทำให้ร่างกายได้รับออกซิเจนน้อยกว่าปกติ ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการแพ้ที่สูง หรือ "Altitude Sickness" มักเกิดขึ้นเมื่อร่างกายปรับตัวไม่ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของระดับความสูง มักจะมีอาการที่พบบ่อยดังนี้

1. ปวดศีรษะ - เป็นอาการที่พบบ่อยที่สุด
2. คลื่นไส้และอาเจียน - รู้สึกไม่สบายท้อง
3. เหนื่อยง่าย - รู้สึกอ่อนเพลียแม้ว่าจะทำกิจกรรมเล็กน้อย
4. นอนหลับไม่สบาย - มีปัญหาในการนอน หลับไม่ค่อยสนิท
5. เวียนศีรษะ - รู้สึกเหมือนจะเป็นลม

อากาศแพ้ที่สูง สามารถเกิดได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัย ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของหัวหน้าทัวร์และไกด์ท้องถิ่นอย่างเคร่งครัด เคลื่อนไหวช้า ไม่วิ่งหรือทำอะไรรวดเร็วเกินไป ดื่มน้ำให้เพียงพอ และควรมีออกซิเจนสำรอง เพื่อช่วยเหลือฉุกเฉิน ในกรณีที่ท่านมีอาการแพ้ความสูง แบบเฉียบพลัน เพื่อให้การท่องเที่ยวเป็นไปอย่างปลอดภัย ทางบริษัทขอแนะนำให้ท่านซื้อประกันสุขภาพที่ให้ความคุ้มครองเพียงพอสำหรับค่ารักษาพยาบาลและค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะมีประโยชน์อย่างมากในกรณีที่เจ็บป่วยฉุกเฉิน