



## 尼泊尔纯净天堂8晚9天经典之旅<东航+博卡拉观雪山日出>

团号: CJ001SK1907210680119072173

### 线路特色

悠然假日: 精选尼泊尔境内特色酒店, 享受舒适旅途

丛林探险: 亲临世界自然遗产保护区奇特旺, 骑大象体验丛林探险

趣味民俗: 穿梭尼泊尔街市里弄, 感受风土人情, 探寻神秘的宗教文化和独特的精神世界

雪山奇观: 观雪山日出, 赏博卡拉盛景, 享受身穿短衫看雪山的乐趣, 于酒店房间眺望雪峰领略心灵震撼

美景尽览: 艺术之城~加德满都、亚洲瑞士~博卡拉、野生动物天堂~奇特旺、喜马拉雅观景台~纳加廓特

领队服务: 安排优秀领队全程陪同, 温馨服务, 保证质量

### 行程安排

#### 第一天 北京-昆明-加德满都

北京-昆明(转机) [MU东方 2035] 起飞时间08:15, 预计抵达时间12:00

昆明-加德满都 [MU东方 2593] 起飞时间14:10, 预计抵达时间15:25

北京出发, 经昆明转乘中国东方航空公司由昆明飞往尼泊尔首都-加德满都。抵达后, 参观尼泊尔境内最富盛名的、被联合国教科文组织命名为联合国人类文化遗产的藏传佛教寺-卡斯瓦扬布那特寺(游览时间约60分钟)。由于该寺野生猴子不少, 并且这些猴子顽皮可爱, 因而有“猴庙”美誉。晚餐后入住酒店。

早餐: 敬请自理 午餐: 敬请自理 晚餐: 含

住宿: 五星级酒店 (SHANGRILA或同级)

#### 第二天 加德满都-奇达旺

(行车时间5小时左右, 约160公里)

早餐后, 乘车前往奇特旺国家森林公园。奇特旺国家森林公园是亚洲最好的自然保护区, 以高度密集的野生生物资源著称于世, 它提供了可以观赏在自然栖息地生活的动物的机会。途中午餐, 抵达丛林宾馆后可以到宽阔的娜普娣河河畔, 在夕阳之中, 端上一杯醇香的咖啡, 一瓶啤酒。欣赏娜普娣河美丽的日落。晚餐后入住酒店。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 四星级度假村 (Rhino Residency Resort 电影《等风来》酒店)

#### 第三天 奇达旺

清晨在鸟儿的鸣唱声中醒来, 早餐后, 骑着大象(时间100分钟)在丛林中穿越, 观看悠然自在, 见人不惊的梅花鹿、麋鹿, 可爱的小猴; 你也许会看见孟加拉虎在丛林中信步, 看到贪食的熊, 敏捷的花豹以及众多的野生动物在丛林之中悠然地生活。这儿生活着亚洲独有的独角犀牛, 骑着大象去寻找, 是比较容易见到的。午餐后参观原始塔奴村, 下午乘坐独木舟(时间45分钟), 在Narayani河上漂流, 如果运气好的话还可以看到野生的鳄鱼和漂亮的水鸟。到大象基地听导游介绍大象生活习性等。晚餐后观看塔奴人的原始歌舞表演(约45分钟)。晚餐后入住酒店。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 四星级度假村 (Rhino Residency Resort 电影《等风来》酒店)

#### 第四天 奇达旺-博卡拉

(行车时间5小时左右, 约150公里)

早餐之后前往美丽而恬静的博卡拉小镇。抵达后午餐, 下午游览大卫瀑布(游览时间约30分钟), 然后前往费瓦湖, 在费瓦湖上泛舟(游览时间约60分钟), 湖上可以观赏到连绵的雪山, 湖上的小岛平静而美丽, 小岛上有夏克蒂女神庙, 傍晚博卡拉小镇上自由活动。晚餐后入住酒店。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 五星级酒店

#### 第五天 博卡拉

清晨观喜马拉雅山日出(时间100分钟), 眺望喜马拉雅山安娜普娜段群峰, 令人叹为观止的日出变色美景, 万年冰

雪巨峰呈现眼前，鱼尾峰呈现金色，蔚为壮观特。而后返回酒店用早餐。今天您可以自由支配全天的时间：既可以欣赏美丽的湖光山色，也可以漫步在湖边绵延3-4公里的（嬉皮士街），欣赏博卡拉谷地美丽的湖光山色。还可以在这个小城里自由自在的到处逛逛；即使您什么也不做，静静的呆在这悠闲而平静的小城，依然让您会感激世界上竟有如此闲雅幽静的地方，像置身于天堂一般，晚餐后入住酒店。

早餐：含 午餐：含 晚餐：含  
住宿：五星级酒店

#### 第六天 博卡拉-加德满都-纳加阔特

早餐后，乘车返回加德满都，抵达后午餐。下午前往距加德满都55公里处的纳加阔特，这里海拔2150米，在这里可以俯瞰加德满都峡谷及眺望喜马拉雅山脉，风光秀丽，巍峨壮观。晚餐后入住酒店。

早餐：含 午餐：含 晚餐：含  
住宿：四星级酒店

#### 第七天 纳加阔特-加德满都

（行车时间1.5小时左右，约55公里）清晨起床后可在花园内观赏壮观的雪山日出。早餐后乘车前往游览始建于13、14世纪的巴德岗杜巴广场世界文化遗产【约2小时】：55窗宫、帕特萨拉女神庙、尼亚塔波拉塔等。十五世纪以后，巴德岗的城市核心是杜巴广场，这里有长达500年马拉王朝的王宫，包括许多各具艺术特色的宫殿、庭院、寺庙、雕像等，被誉为中世纪尼泊尔艺术的精华和宝库，素有“露天博物院”之称，展现出一幅中世纪尼泊尔的瑰丽图画。观毕返回加都市区，游览南亚最大的博达哈大佛塔（游览时间约60分钟），这是藏传佛教的圣地，俗称“小西藏”。在宏大的白色穹形上矗立着一个方形的塔，四面都画有巨大的、洞察世俗的佛眼，是世界上最大的佛塔之一。一览街市里巷的风土人情。晚上品尝尼泊尔风味餐，看尼泊尔歌舞表演。晚餐后入住酒店。

早餐：含 午餐：含 晚餐：含  
住宿：五星级酒店（SHANGRILA或同级）

#### 第八天 加德满都-昆明

加德满都-昆明 [MU东方 2594] 起飞时间16:25，预计抵达时间22:05

（飞行约3小时，时差：2小时15分）

早餐后，参观加都市区被联合国教科文组织定为世界自然文化遗产的杜尔巴（DURBAR）广场（游览时间约120分钟）。在这里可参观皇宫、故宫哈禄曼多卡宫，门口有著名的以英勇善战而闻名的廓尔卡士兵守卫。其他景点还有：最富于传奇色彩，同时也是最为扑朔迷离的活女神庙—皇家库玛丽神庙；塔莱珠女神庙。午餐后，告别加德满都，准备搭乘东航班机返回昆明，抵达后接机入住酒店休息。

早餐：含 午餐：含 晚餐：敬请自理  
住宿：三星级酒店

#### 第九天 昆明-北京 [MU东方 5701] 起飞时间08:00，预计抵达时间11:15

清晨搭乘东航班机返回温馨家园，结束旅程！

早餐：敬请自理 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理

#### 日期

发团日期：2019-07-21

#### 费用说明

成人价格：7800.00元 / 人	20人以上含清华往返接送
2-12岁儿童价格：7200.00元 / 人	

单间差：2000.00元 / 人

导游服务费：600元 / 人

费用包含：1、国际段机票含税；

2、参考酒店双人标准间7晚住宿，如出现自然单间，请补齐单房差；

3、1辆35座单冷豪华空调车；（公务活动期间每天行驶80公里，工作8小时，超出部分另外付费）；

4、酒店自助早餐；当地、中式午晚餐；加德满都为中餐厅或当地餐厅用餐-8菜1汤，其他城市为当地餐厅或酒店自助用餐，一共包含7早餐、7午餐、7晚餐；

5、国际机场接送；

6、当地籍专业司机、当地籍中文导游；

- 7、行程所列景点门票；
- 8、每人每天2瓶矿泉水；
- 9、司导服务费；
- 10、尼泊尔签证费；（仅限中国护照落地签或者国内贴纸签）
- 11、**旅游意外保险**；

费用不含：1、个人消费、行程以外的景点门票；

- 2、境内消费，境外个人消费如机场行李搬运、景点需缴纳的相机携带费、酒店洗衣、电话、医疗费等；餐中另要酒水，保险费等；
- 3、医疗费、交通延误罢工及其人力不可抗拒的因素所导致的额外费用；
- 4、以上未提及一切费用。

注：此价格基于酒店普通标准间核算，如确认团组时无普通标准间，此价格将做相应调整。

签证信息（落地签或贴纸签）

半年以上有效护照首页扫描件（至少保留三页空白），出行随身携带护照原件及两张2寸白底照片。

签证信息（落地签或贴纸签）

半年以上有效护照首页扫描件（至少保留三页空白），出行随身携带护照原件及两张2寸白底照片。

## 尼泊尔旅游注意事项

### 一. 文化禁忌：

（1）从宗教上来看，尼泊尔是世界上唯一印度教王国，而有很多印度教的寺庙是不允许异教徒进入的。在获得许可进庙后，要脱鞋，还要脱掉身上任何皮制的东西，如皮带，皮包等。（2）请勿触摸寺庙内的任何供品及前往神龛的信徒，请按顺时针方向参观寺庙。

（3）在尼泊尔，火是非常神圣的，所以不要将垃圾丢进火中。

（4）和很多东南亚国家一样，在尼泊尔头被认为是非常高贵而神圣的，所以不要去摸小孩的头。

（5）在尼泊尔打招呼时，和男性可以握手，但和妇女只许双手合十，道上一声 Namaste 即可。

（6）尼泊尔人的着装比较保守，所以女士们切忌穿吊带衫等比较暴露的服装。

（7）很多旅客喜欢骑在神像、神兽上面拍照，虽然尼泊尔人不会认为你这样是冒犯神灵，但还是应该尊重别人的信仰。

（8）一般来说，寺庙、佛塔、纪念碑都允许拍照，但拍照前最好问一下有关人员，获得准许后再拍照。

### 二. 气候与服装：

尼泊尔的城市海拔较低，大家完全不用担心高原反应，老人孩子都不会有任何的不适感。

（1）一般来说，尼泊尔7月到8月平均温度为22—28度，建议穿轻薄的衣服

（2）加德满都白天的气温在22—28度，晚上在10度左右；博卡拉的白天气温在28度，晚上15度左右。

（3）帽子，墨镜，防晒霜等请自行带好，缺一不可。

（4）在尼泊尔漂流时请最好穿上易干的汗衫，凉鞋等。

（5）请自带牙膏，牙刷和拖鞋。

### 三. 时差、货币与电压：

（1）尼泊尔当地时间比北京时间晚2小时15分钟。

（2）尼泊尔官方货币为卢比，人民币与卢比的比价约为1：15，您也可以使用美金兑换卢比，美金与卢比的汇率约为1：98（以当日银行牌价为准）。兑换后，请务必保管好发票，这样你可以将多余的卢比在离开尼泊尔前兑换成美金或人民币。但是因为在当地人民币兑换卢比的银行比较少，所以请尽量携带美金。

（3）当地电压为220—240V，插座为英标和德标，建议客人携带多功能转换插头。



英标



德标

(4) 尼泊尔国家代码为 00977，加德满都区号为 01，博卡拉区号为 61，当地手机信号较差，仅中国移动开通漫游的手机可以使用，但价格昂贵，通话约为 25 元/分钟，发短信价格约为 3 元/条，具体拨号方式如下：直拨 0086-10-85262620（举例）。如果在尼泊尔长期工作或短期出差，用电话较频繁可以在当地购买电话 SIM 卡，费用大概在 100 卢比，如要购买需提供护照原件及两张照片。

#### 四. 出入境

1. 在飞机上要先填妥出入境卡和海关申报表，抵达后，要步行前往入境大楼，先过移民局，分有签证和没有签证两边，已有签证的会快很多，入境卡会被撕去，出境卡会留在护照内。过了移民局可领取行李，取回行李后即可离开，海关申报表不一定有人收取。
2. 领取行李时常有不知名人仕帮忙，例如将行李搬上行李车之类。除非打算付小费，否则应拒绝任何人的帮忙。推着行李出禁区时，已有许多的士司机、酒店经纪之类人物和游客接触，出机场大楼后情况更混乱。若事先已安排接机，应尽快和司机联络上，这可避免不少麻烦。

#### 五、尼泊尔的纪念品，有购物天堂的美誉

1. 尼泊尔手工艺品种类繁多，价格低廉，但品质参差不齐。包括有：木雕、（沙玲吉）四弦琴、镶嵌首饰盒、尼泊尔帽、绣上佛眼的 T 恤。
2. 目前加德满都的唐卡画（Thangka 彩绘卷轴）多半是为观光客而画的，有的还利用烟熏处理，使人乍看之下以为是古画。印度教或藏传佛教宗教用品很多，例如：佛教、祈祷轮、佛像绘画、冥思符、符咒盒、护身符、经文彩布、经文碑石、木制嵌银西藏茶碗等，应有尽有。
3. 廓尔喀军人使用的弯刀，在刀身底部会有小小的 V 形凹痕，可以将血导开以免沾污刀柄；而且刀鞘背面应该有两把小刀，是用来削东西去皮的。真真假假的廓尔喀弯刀到处都有卖。印度手工艺品在尼泊尔很受欢迎，镶嵌金线或镜片的拉贾斯坦桌布、门帘、背心、衣服、帽子、背包，以及宝石工艺首饰盒。
4. 以尼泊尔或印度布料缝制而成的背心、长裤、洋装，很具民俗风味，此外还有西藏式几何图案的粗毛线外套、背心或背包，不过有些衣服都是西方人的尺寸。传统尼泊尔上衣和西藏服饰都不卖现成的，但是可以自行剪布，然后找师傅量身订做，制作时间只要一、两天，工钱十分便宜。尼泊尔沙丽布料有棉质、纱质、麻料和毛料，可以买来制作时装或裁成围巾。
5. 尼泊尔出售的红茶多半是印度大吉岭红茶和阿萨姆红茶，有的红茶以高雅的木盒包装，有的则是放在一只民俗风味十足的小背袋里。购买这种红茶送礼非常合适，因为除了品茗红茶的芳香外，小背袋又可当作零钱包使用。

#### 六. 其他注意事项：

1. 您的护照和机票将由客人自己妥善保管。
2. 手提携带上飞机的行李，不得超过 5 公斤，行李箱的尺寸不得超过：20CM\*30CM\*50CM。
3. 请保管好自己的物品，不要帮助陌生人拿东西。携带拉杆箱的客人请务必上锁，防止被窃。
4. 请您不要携带刀具。打火机、指甲钳可放于托运行李中以防被尼泊尔边防没收。
5. 每人可以免费托运一件不超过 20 公斤的行李，贵重物品请不要放在托运行李箱内，若超重请您自付超重费。
6. 海关规定每人最多可以携带 20000 元人民币或等值于 5000 元美金的外币出境。
8. 无时无刻都会被要求付小费，尤其是小孩，注意请不要随便给钱与不相干的人。
9. 若酒店的服务员帮忙搬运行李，可付 R20 作小费。
10. 行程中有看日出的行程客人应随身带备小电筒。

中国驻尼泊尔王国大使馆联系电话：00977-01-4434792。



## 尼泊尔纯净天堂8晚9天经典之旅<港龙国泰航空+博卡拉观雪山日出>

团号：CJ001SK19072464823190724110

### 线路特色

航空公司：港龙航空豪华客机当天即抵加德满都，行李直挂加德满都

悠然假日：精选尼泊尔境内特色酒店，享受舒适旅途。

丛林探险：亲临世界自然遗产保护区奇特旺，骑大象体验丛林探险之乐趣。

趣味民俗：穿梭尼泊尔街市里弄，感受风土人情，探寻神秘的宗教文化和独特的精神世界。

雪山奇观：观雪山日出，赏博卡拉盛景，享受身穿短衫看雪山的乐趣，于酒店房间眺望雪峰领略心灵震撼。

美景尽览：艺术之城~加德满都、亚洲瑞士~博卡拉、野生动物天堂~奇特旺、喜马拉雅观景台~纳加廓特

领队服务：安排优秀领队全程陪同，温馨服务，保证质量

### 行程安排

第一天 北京  香港  加德满都


北京-香港（转机） [KA港龙] 901 起飞时间12:05，预计抵达时间15:55

香港-加德满都 [KA港龙] 104 起飞时间19:10，预计抵达时间21:15

首都国际机场T3航站楼搭乘港龙国泰航空公司豪华客机前往尼泊尔首都加德满都（香港转机，行李直挂加德满都），抵达后导游接机后送至酒店休息。

早餐：敬请自理 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理

住宿：五星级酒店（SHANGRILA或同级）

第二天 加德满都  奇达旺

（行车时间5.5小时左右，约160公里）

早餐后，乘车前往奇特旺国家森林公园。奇特旺国家森林公园是亚洲最好的自然保护区，以高度密集的野生生物资源著称于世，它提供了可以观赏在自然栖息地生活的动物的机会。途中午餐，抵达丛林宾馆后可以到宽阔的娜普娣河畔，在夕阳之中，端上一杯醇香的咖啡，一瓶啤酒。欣赏娜普娣河美丽的日落。晚餐后入住酒店。

早餐：含 午餐：含 晚餐：含

住宿：四星级度假村（Rhino Residency Resort 电影《等风来》酒店）

第三天 奇达旺

清晨在鸟儿的鸣唱声中醒来，早餐后，骑着大象（时间100分钟）在丛林中穿越，观看悠然自在，见人不惊的梅花鹿、麋鹿，可爱的小猴；你也许会看见孟加拉虎在丛林中信步，看到贪食的熊，敏捷的花豹以及众多的野生动物在丛林之中悠然地生活。这儿生活着亚洲独有的独角犀牛，骑着大象去寻找，是比较容易见到的。午餐后参观原始塔奴村，下午乘坐独木舟（时间45分钟），在Narayani河上漂流，如果运气好的话还可以看到野生的鳄鱼和漂亮的水鸟。到大象基地听导游介绍大象生活习性等。晚餐后观看塔奴人的原始歌舞表演（约45分钟）。晚餐后入住酒店。

早餐：含 午餐：含 晚餐：含

住宿：四星级度假村（Rhino Residency Resort 电影《等风来》酒店）

#### 第四天 奇达旺 博卡拉

(行车时间5.5小时左右, 约150公里) 早餐之后前往美丽而恬静的博卡拉小镇。抵达后午餐, 下午游览大卫瀑布(游览时间约30分钟), 然后前往费瓦湖, 在费瓦湖上泛舟(游览时间约60分钟), 湖上可以观赏到连绵的雪山, 湖上的小岛平静而美丽, 小岛上有夏克蒂女神庙, 傍晚博卡拉小镇上自由活动。晚餐后入住酒店。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 五星级酒店

#### 第五天 博卡拉

清晨观喜马拉雅山日出(时间100分钟), 眺望喜马拉雅山安娜普尔娜段群峰, 令人叹为观止的日出变色美景, 万年冰雪巨峰呈现眼前, 鱼尾峰呈现现金色, 蔚为壮观。而后返回酒店用早餐。今天您可以自由支配全天的时间: 既可以欣赏美丽的湖光山色, 也可以漫步在湖边绵延3-4公里的(嬉皮士街), 欣赏博卡拉谷地美丽的湖光山色。还可以在这个小城里自由自在的到处逛逛; 即使您什么也不做, 静静的呆在这悠闲而平静的小城, 依然让您会感激世界上竟有如此闲雅幽静的地方, 像置身于天堂一般。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 五星级酒店

#### 第六天 博卡拉 加德满都 纳加阔特

博卡拉-加德满都-纳加阔特

早餐后, 乘车返回加德满都, 下午前往距加德满都55公里处的纳加阔特(Nagarkot), 这里海拔2150米, 在这里可以俯瞰加德满都峡谷及眺望喜马拉雅山脉, 风光秀丽, 巍峨壮观。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 四星级酒店

#### 第七天 纳加阔特 加德满都

(行车时间1.5小时左右, 约55公里)

清晨起床后可在花园内观赏壮观的雪山日出。早餐后乘车前往游览始建于13、14世纪的巴德岗杜巴广场【约120分钟】: 55窗宫、帕特萨拉女神庙、尼亚塔波拉塔等。十五世纪以后, 巴德岗的城市核心是杜巴广场, 这里有长达500年马拉王朝的王宫, 包括许多各具艺术特色的宫殿、庭院、寺庙、雕像等, 被誉为“中世纪尼泊尔艺术的精华和宝库”, 素有“露天博物院”之称, 展现出一幅中世纪尼泊尔的瑰丽图画。观毕返回加都市区, 游览南亚最大的“博达哈大佛塔”(游览时间约60分钟), 这是藏传佛教的圣地, 俗称“小西藏”。在宏大的白色穹形上矗立着一个方形的塔, 四面都画有巨大的、洞察世俗的佛眼, 是世界上最大的佛塔之一。一览街市里巷的风土人情。晚上品尝尼泊尔风味餐, 看尼泊尔歌舞表演。晚餐后入住酒店。

早餐: 含 午餐: 含 晚餐: 含

住宿: 五星级酒店 (SHANGRILA或同级)

#### 第八天 加德满都 香港

参考航班: KA10323: 05/06: 00

早餐后, 上午酒店调整休息。中午集合后午餐, 午餐后参观加都市区被联合国教科文组织定为世界自然文化遗产的杜尔巴(DURBAR)广场(游览时间约120分钟)。在这里可参观皇宫、故宫哈禄曼多卡宫, 门口有著名的以英勇善战而闻名的廓尔喀士兵守卫。其他景点还有: 最富于传奇色彩, 同时也是最为扑朔迷离的活女神庙—皇家库玛丽神庙; 塔莱珠女神庙, 参观尼泊尔境内最富盛名的、被联合国教科文组织命名为“联合国人类文化遗产”的藏传佛教寺—斯瓦扬布那特寺(游览时间约60分钟)。由于该寺野生猴子不少, 并且这些猴子顽皮可爱, 因而有“猴庙, 指定时间集合乘车前往加德满都机场, 搭乘港龙国泰航空公司豪华客机经香港转机返回北京。

早餐：含 午餐：含 晚餐：含

第九天  香港 北京

香港 北京 [KA港龙]900 起飞时间07:30，预计抵达时间10:50  
抵达北京，结束愉快旅程！

早餐：敬请自理 午餐：敬请自理 晚餐：敬请自理

## 日期

发团日期：2019-07-24

## 费用说明

成人价格：7990.00元 / 人	20人以上含清华往返接送
2-12岁儿童价格：7490.00元 / 人	

单间差：2000.00元 / 人

导游服务费：600元 / 人

费用包含：12岁以下儿童占床视为成人价，不占床价格为成人-600

- 1、国际段机票含税；
- 2、参考酒店双人标准间7晚住宿，如出现自然单间，请补齐单房差；成都住宿，航空公司赠送机场附近商务酒店，取消不退费用；
- 3、1辆35座单冷豪华空调车；（公务活动期间每天行驶80公里，工作8小时，超出部分另外付费）；
- 4、酒店自助早餐；当地、中式午晚餐；加德满都为中餐厅或当地餐厅用餐-8菜1汤，其他城市为当地餐厅或酒店自助用餐，一共包含7早餐、7午餐、7晚餐；
- 5、国际机场接送；
- 6、当地籍专业司机、当地籍中文导游；
- 7、行程所列景点门票；
- 8、每人每天2瓶矿泉水；
- 9、司导服务费；
- 10、尼泊尔签证费；（仅限中国护照落地签或者贴纸签）
- 11、**旅游意外保险**；

- 费用不含：
- 1、个人消费、行程以外的景点门票；
  - 2、境内消费，境外个人消费如机场行李搬运、景点需缴纳的相机携带费、酒店洗衣、电话、医疗费等；餐中另要酒水，保险费等；
  - 3、医疗费、交通延阻罢工及其人力不可抗拒的因素所导致的额外费用；
  - 4、以上未提及一切费用。

注：此价格基于酒店普通标准间核算，如确认团组时无普通标准间，此价格将做相应调整。

## 签证材料

### 尼泊尔旅游注意事项

#### 一. 文化禁忌：

（1）从宗教上来看，尼泊尔是世界上唯一印度教王国，而有很多印度教的寺庙是不允许异教徒进入的。在获得许可进庙后，要脱鞋，还要脱掉身上任何皮制的东西，如皮带，皮包等。（2）请勿触摸寺庙内的任何供品及前往神龛的信徒，请按顺时针方向参观寺庙。

- (3) 在尼泊尔，火是非常神圣的，所以不要将垃圾丢进火中。
- (4) 和很多东南亚国家一样，在尼泊尔头被认为是非常高贵而神圣的，所以不要去摸小孩的头。
- (5) 在尼泊尔打招呼时，和男性可以握手，但和妇女只许双手合十，道上一声 Namaste 即可。
- (6) 尼泊尔人的着装比较保守，所以女士们切忌穿吊带衫等比较暴露的服装。
- (7) 很多旅客喜欢骑在神像、神兽上面拍照，虽然尼泊尔人不会认为你这样是冒犯神灵，但还是应该尊重别人的信仰。
- (8) 一般来说，寺庙、佛塔、纪念碑都允许拍照，但拍照前最好问一下有关人员，获得准许后再拍照。

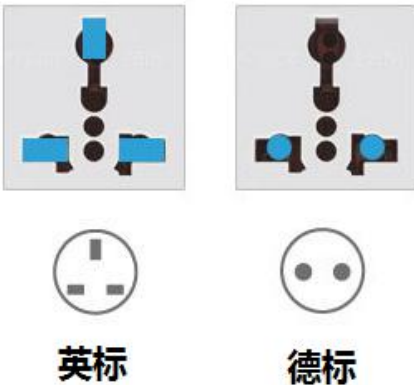
## 二. 气候与服装：

尼泊尔的城市海拔较低，大家完全不用担心高原反应，老人孩子都不会有任何的不适感。

- (1) 一般来说，尼泊尔 7 月到 8 月平均温度为 22—28 度，建议穿轻薄的衣服
- (2) 加德满都白天的气温在 22—28 度，晚上在 10 度左右；博卡拉的白天气温在 28 度，晚上 15 度左右。
- (3) 帽子，墨镜，防晒霜等请自行带好，缺一不可。
- (4) 在尼泊尔漂流时请最好穿上易干的汗衫，凉鞋等。
- (5) 请自带牙膏，牙刷和拖鞋。

## 三. 时差、货币与电压：

- (1) 尼泊尔当地时间比北京时间晚 2 小时 15 分钟。
- (2) 尼泊尔官方货币为卢比，人民币与卢比的比价约为 1：15，您也可以使用美金兑换卢比，美金与卢比的汇率约为 1：98（以当日银行牌价为准）。兑换后，请务必保管好发票，这样你可以将多余的卢比在离开尼泊尔前兑换成美金或人民币。但是在当地人民币兑换卢比的银行比较少，所以请尽量携带美金。
- (3) 当地电压为 220—240V，插座为英标和德标，建议客人携带多功能转换插头。



- (4) 尼泊尔国家代码为 00977，加德满都区号为 01，博卡拉区号为 61，当地手机信号较差，仅中国移动开通漫游的手机可以使用，但价格昂贵，通话约为 25 元/分钟，发短信价格约为 3 元/条，具体拨号方式如下：直拨 0086-10-85262620（举例）。如果在尼泊尔长期工作或短期出差，用电话较频繁可以在当地购买电话 SIM 卡，费用大概在 100 卢比，如要购买需提供护照原件及两张照片。

## 四. 出入境

1. 在飞机上要先填写出入境卡和海关申报表，抵达后，要步行前往入境大楼，先过移民局，分有签证和没有签证两边，已有签证的会快很多，入境卡会被撕去，出境卡会留在护照内。过了移民局可领取行李，取回行李后即可离开，海关申报表不一定有人收取。
2. 领取行李时常有不知名人仕帮忙，例如将行李搬上行李车之类。除非打算付小费，否则应拒绝任何人的帮忙。推着行李出禁区时，已有许多的士司机、酒店经纪之类人物和游客接触，出机场大楼后情况更混乱。若事先已安排接机，应尽快和司机联络上，这可避免不少麻烦。

## 五、尼泊尔的纪念品，有购物天堂的美誉

1. 尼泊尔手工艺品种类繁多，价格低廉，但品质参差不齐。包括有：木雕、（沙玲吉）四弦琴、镶嵌首饰盒、尼泊尔帽、绣上佛眼的 T 恤。
2. 目前加德满都的唐卡画（Thangka 彩绘卷轴）多半是为观光客而画的，有的还利用烟熏处理，使人乍看之下以为古画。印度教或藏传佛教宗教用品很多，例如：佛教、祈祷轮、佛像绘画、冥思符、符咒盒、护身符、经文彩



布、经文碑石、木制嵌银西藏茶碗等，应有尽有。

3.廓尔喀军人使用的弯刀，在刀身底部会有小小的v形凹痕，可以将血导开以免沾污刀柄；而且刀鞘背面应该有两把小刀，是用来削东西去皮的。真真假假的廓尔喀弯刀到处都有卖。印度手工艺品在尼泊尔很受欢迎，镶嵌金线或镜片的拉贾斯坦桌布、门帘、背心、衣服、帽子、背包，以及宝石工艺首饰盒。

4.以尼泊尔或印度布料缝制而成的背心、长裤、洋装，很具民俗风味，此外还有西藏式几何图案的粗毛线外套、背心或背包，不过有些衣服都是西方人的尺寸。传统尼泊尔上衣和西藏服饰都不卖现成的，但是可以自行剪布，然后找师傅量身订做，制作时间只要一、两天，工钱十分便宜。尼泊尔沙丽布料有棉质、纱质、麻料和毛料，可以买来制作时装或裁成围巾。

5.尼泊尔出售的红茶多半是印度大吉岭红茶和阿萨姆红茶，有的红茶以高雅的木盒包装，有的则是放在一只民俗风味十足的小背袋里。购买这种红茶送礼非常合适，因为除了品茗红茶的芳香外，小背袋又可当作零用钱包使用。

#### 六. 其他注意事项:

1. 您的护照和机票将由客人自己妥善保管。
2. 手提携带上飞机的行李，不得超过 5 公斤，行李箱的尺寸不得超过：20CM\*30CM\*50CM。
3. 请保管好自己的物品，不要帮助陌生人拿东西。携带拉杆箱的客人请务必上锁，防止被窃。
4. 请您不要携带刀具。打火机、指甲钳可放于托运行李中以防被尼泊尔边防没收。
5. 每人可以免费托运一件不超过 20 公斤的行李，贵重物品请不要放在托运行李箱内，若超重请您自付超重费。
6. 海关规定每人最多可以携带 20000 元人民币或等值于 5000 元美金的外币出境。
8. 无时无刻都会被要求付小费，尤其是小孩，注意请不要随便给钱与不相干的人。
9. 若酒店的服务员帮忙搬运行李，可付 R20 作小费。
10. 行程中有看日出的行程客人应随身带备小电筒。

中国驻尼泊尔王国大使馆联系电话：00977-01-4434792。

**地址：五道口东升大厦 B 座 5 层 512 房间**

**联系电话：82526076、82526078**

**联系人：刘海艳，手机：13911637191**