



萬象瀾滄．老撾八天遊





行程重點

休閒美食

- 傳統文化酒店
- 寮菜、法菜、中菜

遊走四城

- 龍坡邦、豐沙灣（文化遺產）
- 萬榮（山水甲秀）
- 萬象（經濟中心）

山水河畔

- 龍坡邦日落
- 南鬆河

皇宮與佛寺

- 龍坡邦王國
- 玉佛寺、香通寺

D1

香港 ✈️ 曼谷 ✈️ 龍坡邦 Luang Prabang

龍坡邦



Unesco文化城市，1975年前曾是獨立前的首都，
在湄江河之間的半島

香港 ✈️ 曼谷 ✈️ 龍坡邦

早上飛天，預計下午到達龍坡達。

午餐：航班上

晚餐：酒店

住：龍城邦

D2

龍坡邦（早市、藝術民族中心、皇宮博物館、☕百年舊屋 Heuan Chan、香通寺 Wat Xieng Thong、瀑布 Tad Kuang Si、☀普西山 Phousi）

皇宮博物館



藝術及民族中心



簡單把老撾歷史文化來上一課，包括南詔、瀾滄、法屬。博物館本身也帶有法式建築特色，曾旦竹土皇宮的一部分。

老撾擁有不少少數民族，在這裡可以看到他們的傳統美術和手工藝包括布、衣服等等

Tad Kuang Si



老撾十分有名的自然美照，藍藍的小瀑布和湖池，在南康河的叢林中。

早上：

市集、藝術民族中心、皇宮博物館、香通寺

下午：

瀑布 公園、普西山（日落）

早餐：酒店

午餐：百年舊屋

晚餐：法國菜

住：龍坡邦（同上）

D3

龍坡邦（苗寨） > 豐沙灣 Phonsavan

赫蒙族／苗族



豐沙灣



在越戰結束後以及老撾國建立後，許多赫蒙族人受到越南和老撾兩國的嚴重的民族宗教迫害，通過泰國難民營進入美國。

老撾北方，是老撾較為高原地方，1100米高拔，川壙王國的義都，同時較接近中國，歷史上長時期受中國管治。

全天

龍坡邦 > 豐沙灣（車程6小時）

午餐：赫蒙族寨

晚餐：酒店

住：豐沙灣

D4

豐沙灣 (查爾平原 Plain of Jars、佛廟 Wat Phia Wat、佛塔 That Foun Stupa & That Chomphet Stupa)

查爾平原



相傳公元前500年就出現，幾百個石缸用途在考證，最有可能說法是曾經王室儲酒之用，以慶祝對外擴張的成功。

Wat Phia Wat



建於有400年歷史的佛寺和佛像，在戰爭炮戰仍然沒有倒下。

That Foun Stupa



相傳載有從印度佛陀的骨灰，是佛教朝聖地之一。

早上：

查爾平原

下午：

佛廟及佛塔

午餐：待定

晚餐：酒店

住：豐沙灣 (同上)

D5

豐沙灣 > 川壩 Muang Phuan (🚩 佛石洞 Tham Pha Cave、
弄堂湖 Nong Tang Lake) > 萬榮 Vang Vieng

佛石洞



一名農夫遇爾後現洞內有229尊佛像，相信是佛教一度被打壓時竹木躲藏的地方。現在開放，地方對於佛徒神聖。

弄堂湖



兩石灰洞外的湖泊，建成水庫同時助發電作用，是自然美麗的地方。

萬榮



萬榮擁有與中國桂林山水、越南下龍灣的喀斯特地貌，一座座山峰拔地而起，巍然聳立，形態萬千，來到這裡的中國人都稱為「小桂林」。

早上：

川壩、佛石洞、弄堂湖

下午：

萬榮（車程5小時）

午餐：Phou Khoun

晚餐：傳統老撾菜

住：萬榮

D6

萬榮 (🚢南松河 Nam Song、萬榮小鎮) > 永珍 Vientiane

南松河



船遊南松河，欣賞如漓江一般的老撾美景。

永珍



初建於16世紀中期，瀾滄王國都城由琅勃拉邦遷至萬象，成為老撾政治、文化、經濟中心。歷經泰國、法國統治，改稱萬象（Vientiane）又名「永珍」，意即檀木之城。城市佈局沿著彎曲的湄公河延伸，呈新月形又稱「月亮城」。

早上：

南松河、萬榮小鎮

下午：

永珍（車程3小時）

午餐：萬榮小鎮

晚餐：I-Beam Bar

坐：永珍

D7

永珍（早市 Talat Sao、沙格廟Wat Sisaket、塔鑾Pha That Luang、玉佛寺Hor Phra Keo、凱旋門Patuxay Monument）

玉佛寺



1565年瀾滄國王賽塔提拉由琅勃拉邦遷都萬象時興建，用來供奉從與清邁戰爭中得來的玉佛，現在同時成了博物館。

凱旋門



萬象的古蹟，建築於1957至1968年。它與法國的凱旋門相似，但建築具本土特色，例如表面繪有神話中的生物。

塔鑾



外表貼上金箔的佛塔，老撾的國家象徵。建於公元前3世紀，供養阿育王使團帶來的舍利。

全天：

* * 可按時間加香昆寺（佛塑公園）

老撾市內景點

午餐：Joma Cafe

晚餐：Kualao（法式寮菜、傳統表演）

住：永珍（同上）

D8

永珍 ✈️ 曼谷 ✈️ 香港

永珍 ✈️ 曼谷 ✈️ 香港

* * 一天內到港

結束深度8天老撾旅程。