MERRYLAND
TRAVEL SERVICE
SINCE 1983

082-453-9198
063-190-9988
084-982-9428

@merrylandtravel

ใบอนุญาตเลขที่: 11/00183

รายละเอียดเที่ยวบิน : สายการบิน Kunming Airlines (KY)				
昆明航空 Kunming Airlines	เส้นทางการบิน	น้ำหนักสัมภาระ	เที่ยวบิน/เวลา	ระยะเวลาเดินทาง
	กรุงเทพ BKK-KMG คุนหมิง	23KG 1 ชิ้น	KY8370 / 20.10-23.05	ประมาณ 2.20 ชั่วโมง
	คุนหมิง KMG-BKK กรุงเทพ	23KG 1 ชิ้น	KY8369/ 17.20-18.50	ประมาณ 2.20 ชั่วโมง

วันที่	รายการท่องเที่ยว	รายละเอียดมื้ออาหาร			โรงแรมที่พัก/หรือเทียบเท่า
		เช้า	เที่ยง	เย็น	ระดับ 4 ดาว
1	กรุงเทพฯ-คุนหมิง-รับคณะที่สนามบินคุนหมิง-เดินทางเข้าที่พัก (BKK-KMG KY8370 / 20.10-23.05)	-	-	-	Huishang International Hotel
2	ชมดอกไม้ตามฤดูกาลสวน feng xiao yuan – สวนคุนหมิง (Park1903)-นั่งรถสู่ ต้าหลี่-วัดเจ้าแม่กวนอิม-ผ่านชมเจดีย์สามองค์-เมืองโบราณต้าลี่	🍽	🍽 ขนมจีนข้ามสะพาน	🍽	Da Li Mei Rui Hotel
3	ทะเลสาบเอ๋อร์ไห่ (Erhai Lake)-นั่งรถม้า (รวมค่ารถม้า)-ชมโค้งตัวเอส-เดินทางสู่แชงกรีล่า-นาปาไห่+คาเฟ่ Heidou Cafe Shangri-li ไม่รวมค่าเข้าและค่าเครื่องดื่ม -พิพิธภัณฑ์จามรี-เมืองโบราณแชงกรีล่า	🍽	🍽	🍽	Shu Jing Mu Yun Hotel
4	วัดซงจ้านหลิง (Songzanlin Monastery)-ช่องแคบเสือกระโจน (รวมค่าบันไดเลื่อน) -เดินทางสู่ลี่เจียง-สระมังกรดำ-เมืองโบราณลี่เจียง	🍽	🍽	🍽 สุกี้ปลาแซลม่อน	Feng Huang Yang Sheng Hotel
5	ภูเขาหิมะมังกรหยก (รวมค่ากระเช้าใหญ่) - Lijiang Impressions Show - ธารน้ำขาวไป๋สุ่ยเหอ(รวมค่ารถราง)-รถไฟความเร็วสูง สู่คุนหมิง-เข้าที่พัก	🍽	🍽	🍽	Wilton Hotel
6	วัดหยวนทง-อิสระชอปปิ้งถนนคนเดิน-ประตูม้าทองไก่หยก-POP MART-สนามบินคุนหมิง-กรุงเทพฯ (KMG-BKK KY8369 / 17.20-18.50)	🍽	🍽 อาหารหูหนาน	✈	
รายการท่องเที่ยวอาจมีการปรับและเปลี่ยนตามความเหมาะสมและสถานการณ์ โดยจะคำนึงถึงผลประโยชน์ลูกค้าเป็นสำคัญ					

วันที่หนึ่ง กรุงเทพฯ-คุนหมิง-รับคณะที่สนามบินคุนหมิง-เดินทางเข้าที่พัก (BKK-KMG 8L802 / 20.25-23.55)

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

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

23.05 น. **ถึงสนามบินเมืองคุนหมิง หลังผ่านพิธีการตรวจคนเข้าเมืองเรียบร้อยแล้ว นำท่านเดินทางเข้าที่พัก**
(เวลาที่ประเทศจีนเร็วกว่าที่ไทย 1 ชั่วโมง)
จากนั้นเดินทางเข้าสู่โรงแรมที่พัก Huishang International Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่สอง ชมดอกไม้ตามฤดูกาล feng xiao yuan – สวนคุนหมิง (Park1903)-นั่งรถสู่ ต้าหลี่-วัดเจ้าแม่กวนอิม-ผ่านชมเจดีย์สามองค์-เมืองโบราณต้าลี่

เช้า **บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 1)**

ชมดอกไม้ตามฤดูกาล feng xiao yuan เป็นสถานที่ที่น่าท่องเที่ยวเพื่อชมดอกไม้ตามฤดูกาล โดยมีความหลากหลายของดอกไม้ที่บานสะพรั่งตลอดทั้งปี นักท่องเที่ยวสามารถเพลิดเพลินกับการเดินชมดอกไม้ที่สวยงามในบรรยากาศที่สดชื่น และสัมผัสกับความงดงามของธรรมชาติในแต่ละฤดูกาล ตั้งแต่ดอกซากุระในฤดูใบไม้ผลิ ไปจนถึงดอกไม้ฤดูร้อนและฤดูใบไม้ร่วงที่มีสีสันสดใส สวนแห่งนี้เป็นที่พักผ่อนที่เหมาะสำหรับครอบครัวและคู่รักที่ต้องการสัมผัสความงามของธรรมชาติ เมืองคุนหมิงประเทศจีน เป็นที่รู้จักในฐานะ "เมืองแห่งฤดูใบไม้ผลิ" เนื่องจากมีอากาศที่อบอุ่นและเหมาะสมกับการปลูกดอกไม้ตลอดทั้งปี นี่คือฤดูกาลดอกไม้ในเมืองคุนหมิงตามเดือน:

- **มกราคม: ดอกเบญจมาศ (Chrysanthemum)** เริ่มบาน และยังมีการจัดงานเทศกาลดอกเบญจมาศในช่วงนี้
- **กุมภาพันธ์: ดอกซากุระ (Cherry Blossom)** เริ่มบาน โดยเฉพาะในสวนสาธารณะและสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ
- **มีนาคม: ดอกนางพญาเสือโคร่ง (Prunus cerasoides)** และดอกทานตะวัน (Sunflower) เริ่มบาน ทำให้ทิวทัศน์มีสีสันสดใส
- **เมษายน: ดอกลิลลี่ (Lily) และดอกโบตั๋น (Peony)** จะเริ่มบาน โดยมีงานเทศกาลดอกโบตั๋นที่จัดขึ้นในช่วงนี้
- **พฤษภาคม: ดอกพู (Canna)** และดอกไม้ป่าชนิดต่างๆ จะเริ่มบาน ทำให้สวนและทุ่งหญ้าเต็มไปด้วยสีสัน
- **มิถุนายน: ดอกไม้ในช่วงฤดูฝน เช่น ดอกกล้วยไม้ (Orchid)** และดอกไม้พื้นเมืองอื่นๆ จะบานอย่างสวยงาม
- **กรกฎาคม: ดอกไม้ในฤดูร้อน เช่น ดอกดาวเรือง (Marigold) และดอกทานตะวัน (Sunflower)** จะบานเต็มที่
- **สิงหาคม:** ดอกไม้พื้นเมืองและดอกไม้ที่บานในฤดูร้อนยังคงมีให้เห็น โดยเฉพาะดอกไม้ที่ชอบแสงแดด
- **กันยายน: ดอกไม้ในฤดูใบไม้ร่วง เช่น ดอกเบญจมาศ (Chrysanthemum)** และดอกไม้สีสันสดใสอื่นๆ เริ่มบาน
- **ตุลาคม:** ดอกเบญจมาศจะบานอย่างเต็มที่ และมีการจัดงานเทศกาลดอกเบญจมาศในช่วงนี้
- **พฤศจิกายน:** ดอกไม้พื้นเมืองบางชนิดยังคงบาน โดยเฉพาะในสวนสาธารณะ
- **ธันวาคม: ดอกไม้พื้นเมืองที่ทนความหนาว เช่น ดอกเบญจมาศ (Chrysanthemum)** ยังสามารถพบเห็นได้

จากนั้นนำท่าน **ชมสวนคุนหมิง (Park 1903)** เป็นสวนสาธารณะที่ตั้งอยู่ในเมืองคุนหมิง ประเทศจีน ซึ่งเป็นสถานที่ที่เหมาะสำหรับการพักผ่อนและเพลิดเพลินกับธรรมชาติ สวนแห่งนี้มีพื้นที่กว้างขวาง มีเส้นทางเดินเล่น สนามหญ้า และพื้นที่สำหรับกิจกรรมต่างๆ นอกจากนี้ยังมีต้นไม้และดอกไม้ที่หลากหลาย ทำให้สวนมีบรรยากาศสดชื่นและสงบเงียบ เป็นที่นิยมของทั้งชาวเมืองและนักท่องเที่ยวที่ต้องการสัมผัสกับความงามของธรรมชาติและผ่อนคลายในสภาพแวดล้อมที่เงียบสงบ

เที่ยง **บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 2) เมนูพิเศษ : ขนมจีนข้ามสะพาน**

ออกเดินทางสู่เมืองต้าหลี่โดยรถโค้ช โดยใช้เวลาเดินทางประมาณ 3.30 ชั่วโมง

เมืองต้าหลี่ เป็นเมืองที่ตั้งอยู่ในมณฑลยูนนาน ประเทศจีน มีความงดงามของธรรมชาติที่โดดเด่น โดยมีทะเลสาบเอ๋อไห่และภูเขาไห่หนานล้อมรอบ เมืองนี้ยังเป็นศูนย์กลางของวัฒนธรรมชาวหนานที่มีเอกลักษณ์ มีสถาปัตยกรรมโบราณและประเพณีที่น่าสนใจ เมืองเก่าต้าหลี่เป็นจุดหมายปลายทางยอดนิยมสำหรับนักท่องเที่ยวที่ต้องการสัมผัสกับความงามของธรรมชาติและวัฒนธรรมท้องถิ่นที่หลากหลาย

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

ผ่านชม **เจดีย์สามองค์ (Three Pagodas)** เป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ที่สำคัญและมีชื่อเสียงของเมืองต้าหลี่ เจดีย์นี้มีความโดดเด่นและมีคุณค่าทางประวัติศาสตร์ที่มากมาย เจดีย์สามองค์ประกอบด้วยเจดีย์หลักสามองค์ โดยเจดีย์ที่สูงที่สุดคือเจดีย์หยุนทง (**Yunlong Pagoda**) สูงประมาณ 69 เมตร ถูกสร้างขึ้นในสมัยราชวงศ์ถัง (Tang Dynasty) ประมาณ 1,000 ปีที่แล้ว เจดีย์มีการออกแบบที่สวยงามและมีรายละเอียดที่น่าทึ่ง สถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิมของจีนที่แสดงถึงความงดงามและความเชื่อทางศาสนา เจดีย์สามองค์ไม่เพียงแต่เป็นสถานที่ท่องเที่ยว แต่ยังเป็นสัญลักษณ์ของวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ของชาวหนานและเมืองต้าหลี่

เที่ยวชม **เมืองโบราณต้าหลี่ (Dali Ancient Town)** เป็นหนึ่งในสถานที่ท่องเที่ยวที่มีเสน่ห์และมีความสำคัญในเมืองต้าหลี่ ประเทศจีน เมืองโบราณนี้เต็มไปด้วยประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และสถาปัตยกรรมที่สวยงาม เมืองโบราณมีบ้านเรือนที่สร้างขึ้นในสไตล์สถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิมของชาวหนาน มีการตกแต่งที่สวยงามและมีรายละเอียดที่น่าสนใจ มีถนนที่เต็มไปด้วยร้านค้า ร้านอาหาร และตลาดที่จำหน่ายสินค้าท้องถิ่น นักท่องเที่ยวสามารถเดินเล่นและสำรวจได้อย่างสนุกสนาน เป็นศูนย์กลางของวัฒนธรรมชาวหนานที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว นักท่องเที่ยวสามารถสัมผัสกับการแสดงดนตรี การเต้นรำ และประเพณีที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมท้องถิ่น

เมืองโบราณต้าหลี่ (Dali Ancient Town)

เย็น **บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 3)**

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Da Li Mei Rui Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่สาม ทะเลสาบเอ๋อร์ไห่ (Erhai Lake)-นั่งรถม้า (รวมค่ารถม้า)-ชมโค้งตัวเอส-เดินทางสู่แชงกรีล่า-นาปาไห่-พิพิธภัณฑ์จามรี-เมืองโบราณแชงกรีล่า

เช้า **บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 4)**

ชมทะเลสาบเอ๋อร์ไห่ (Erhai Lake) เป็นทะเลสาบที่มีชื่อเสียงและสวยงามในเมืองต้าหลี่ ทะเลสาบเอ๋อร์ไห่มีพื้นที่ประมาณ 250 ตารางกิโลเมตร และตั้งอยู่ทางตะวันออกของเมืองต้าหลี่ โดยมีภูเขาไห่หนานอยู่ด้านตะวันตก ทะเลสาบเอ๋อร์ไห่เป็นที่ตั้งของชุมชนชาวหนานที่มีวัฒนธรรมและประเพณีที่หลากหลาย นักท่องเที่ยวสามารถสัมผัสกับวิถีชีวิตของชาวบ้านและเรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมท้องถิ่น มีบรรยากาศที่เงียบสงบและสวยงาม ล้อมรอบด้วยภูเขาและท้องฟ้าสีฟ้า

การนั่งรถม้าชมทะเลสาบเอ๋อร์ไห่ (Erhai Lake) (รวมค่ารถม้า) เป็นกิจกรรมที่น่าสนใจและเป็นที่นิยมในหมู่นักท่องเที่ยวที่มาเยือนเมืองต้าหลี่ ทำให้คุณสามารถสัมผัสกับบรรยากาศที่เงียบสงบและเป็นธรรมชาติรอบทะเลสาบได้อย่างใกล้ชิด การนั่งรถม้าเป็นวิธีการเดินทางที่มีเสน่ห์และให้ความรู้สึกย้อนยุค ทำให้การเยี่ยมชมทะเลสาบเอ๋อร์ไห่เป็นประสบการณ์ที่น่าจดจำ และท่านจะได้ผ่านบริเวณ **โค้งตัว S** ที่เป็นอีกหนึ่งจุดไฮไลท์ของทะเลสาบ **โค้งตัว S (S-Curve) ที่ทะเลสาบเอ๋อร์ไห่** (Erhai Lake) เป็นหนึ่งในจุดไฮไลท์ที่น่าสนใจและเป็นที่นิยมในหมู่นักท่องเที่ยว บริเวณโค้งตัว S ยังมีหมู่บ้านพื้นเมืองที่ใกล้เคียง ซึ่งนักท่องเที่ยวสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชาวหนานได้

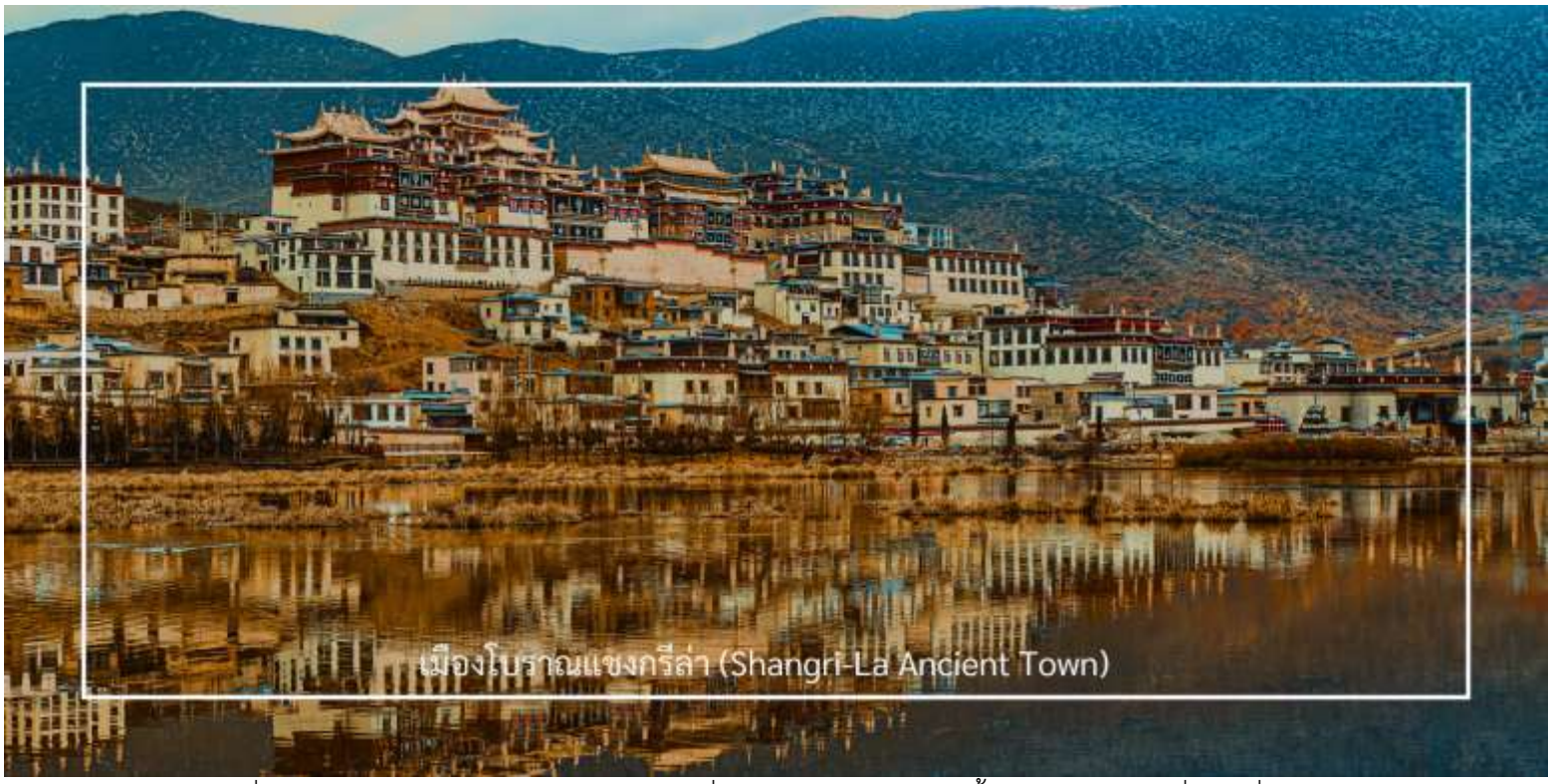
เที่ยง **บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 5)**

ออกเดินทางสู่เมืองแชงกรีล่าโดยรถโค้ช โดยใช้เวลาเดินทางประมาณ 5 ชั่วโมง

เที่ยวชม **ทุ่งหญ้านาปาไห่ (Napa Hai Grassland)** ตั้งอยู่ใกล้เมืองลี่เจียง (Lijiang) ในมณฑลยูนนาน (Yunnan) เป็นพื้นที่ที่มีความงดงามทางธรรมชาติและเป็นที่รู้จักในด้านวิวทิวทัศน์ที่สวยงามและวัฒนธรรมของชนเผ่าท้องถิ่น และเพลิดเพลินกับบรรยากาศของทุ่งหญ้าและธรรมชาติที่แสนงดงาม พร้อมทั้งบริเวณนี้ยังเป็นที่ตั้งของ ร้านคาเฟ่สุดชิค ท่ามกลางโอบกอดของหุบเขาที่มีชื่อว่า **Heidou Cafe Shangri-li** **(ไม่รวมค่าเข้าและค่าเครื่องดื่มประมาณ 50 หยวน)**

เที่ยวชม **พิพิธภัณฑ์จามรี** ในเมืองแชงกรีล่า เป็นสถานที่ที่น่าสนใจและมีความสำคัญทางวัฒนธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการศึกษาเกี่ยวกับประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของชาวทิเบต มีการจัดแสดงเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และศิลปะของชาวทิเบต รวมถึงวัตถุโบราณ เครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน และศิลปะที่เกี่ยวข้องกับศาสนา พิพิธภัณฑ์ตั้งอยู่ในทำเลที่สวยงาม ใกล้กับภูเขาและทิวทัศน์ธรรมชาติที่งดงาม ทำให้การเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์เป็นประสบการณ์ที่น่าประทับใจ

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


เมืองโบราณแชงกรีล่า (Shangri-La Ancient Town)

ของที่ระลึกและสัมผัสกับบรรยากาศของตลาดที่มีชีวิตชีวา เมืองโบราณตั้งอยู่ใกล้กับสถานที่ท่องเที่ยวสำคัญ เช่น วัดซงจ้านหลิง (Songzanlin Monastery) ซึ่งเป็นวัดที่สำคัญที่สุดในเขตนี้

เย็น **บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 6)**

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Shu Jing Mu Yun Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่สี่	วัดซงจ้านหลิง (Songzanlin Monastery)-ช่องแคบเสือกระโจน (รวมค่าบันไดเลื่อน) -เดินทางสู่ลี่เจียง-สระมังกรดำ-เมืองโบราณลี่เจียง

เช้า **บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 7)**

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

เที่ยวชม **ช่องแคบเสือกระโจน (Tiger Leaping Gorge)** **(รวมค่าบันไดเลื่อน)** เป็นหนึ่งในช่องเขาที่สวยงามและมีชื่อเสียงในมณฑลยูนนาน มีตำนานที่น่าสนใจและเป็นที่เล่าขานกันในหมู่ชาวบ้าน ซึ่งตำนานนี้เกี่ยวข้องกับการต่อสู้ของเสือและมนุษย์ ในสมัยโบราณมีเสือที่แข็งแกร่งและชาญฉลาดอาศัยอยู่ในภูเขาแห่งนี้ เสือมีความสามารถในการกระโดดข้ามช่องแคบที่กว้างใหญ่เพื่อหลีกหนีจากการไล่ล่าของนักล่าสัตว์ วันหนึ่ง เสือได้ถูกนักล่าไล่ตามอย่างใกล้ชิด

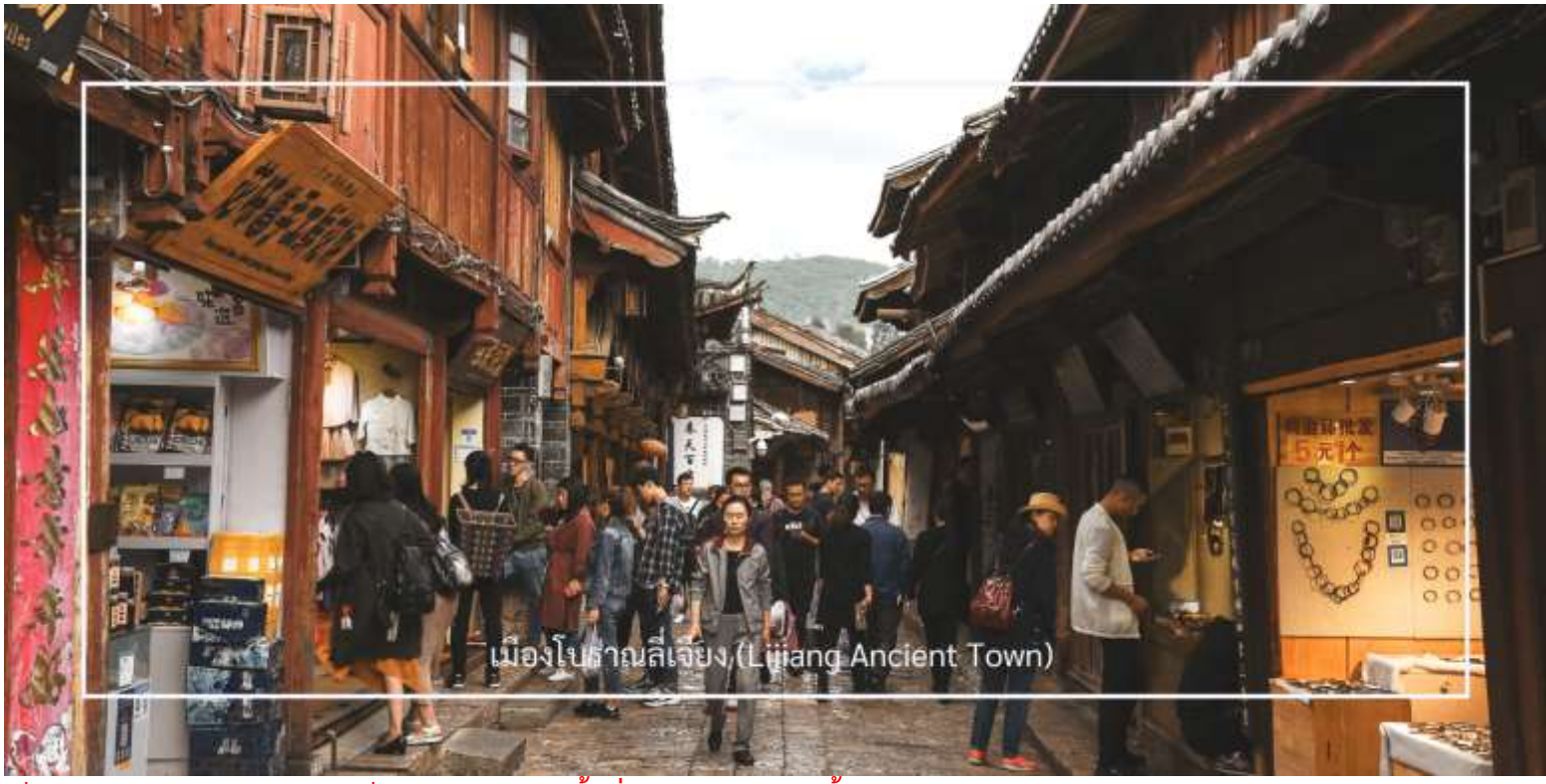
จนมันรู้ว่าถ้าไม่กระโดดข้ามช่องแคบ มันอาจจะถูกจับได้ เสือจึงตัดสินใจกระโดดข้ามช่องแคบด้วยความกล้าหาญและความสามารถของมัน ขณะกระโดด มันได้สร้างความตื่นตะลึงให้กับผู้ที่เห็นเหตุการณ์นี้ จากตำนานนี้ ช่องแคบเสือกระโจนจึงได้ชื่อว่าเป็นสถานที่ที่เสือสามารถกระโดดข้ามได้ และกลายเป็นสัญลักษณ์ของความกล้าหาญและการต่อสู้เพื่อเอาชีวิตรอด วันนี้ ช่องแคบเสือกระโจนไม่เพียงแต่เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงาม แต่ยังเป็นที่เก็บรักษาตำนานที่มีความหมายและความสำคัญต่อวัฒนธรรมของชาวท้องถิ่นอีกด้วย

เที่ยง **บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 8)**

ออกเดินทางสู่เมืองลี่เจียงโดยรถโค้ช โดยใช้เวลาเดินทางประมาณ 1.30 ชั่วโมง

เที่ยวชม **สระมังกรดำ (Black Dragon Pool)** ตั้งอยู่ใกล้กับเมืองลี่เจียง สระมังกรดำมีทิวทัศน์ที่งดงาม โดยมีภูเขาหิมะยู่ในพื้นหลังและน้ำที่ใสสะอาด สร้างบรรยากาศที่เงียบสงบและโรแมนติก นักท่องเที่ยวสามารถเดินเล่นรอบๆ สระ ถ่ายรูป และสัมผัสกับบรรยากาศที่เงียบสงบ นอกจากนี้ยังมีเส้นทางเดินป่าที่นำไปสู่จุดชมวิวที่สวยงาม บริเวณสระมีการสร้างอาคารและสะพานที่มีสถาปัตยกรรมแบบดั้งเดิม เช่น สะพานหินและศาลา ซึ่งทำให้ที่นี่มีความสวยงามและเป็นเอกลักษณ์

เที่ยวชม **เมืองโบราณลี่เจียง (Lijiang Ancient Town)** เป็นหนึ่งในเมืองโบราณที่มีชื่อเสียงและได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นมรดกโลกจากองค์การยูเนสโกในปี 1997 ตั้งอยู่ในมณฑลยูนนาน ประเทศจีน เมืองนี้มีความสำคัญทั้งในด้านประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม เมืองโบราณลี่เจียงมีสถาปัตยกรรมที่สวยงามและเป็นเอกลักษณ์ โดยมีบ้านเรือนที่สร้างขึ้นในสไตล์ดั้งเดิมของชาวหน่าซี (Naxi) ซึ่งมีการตกแต่งที่ละเอียดอ่อนและสวยงาม มีคลองและสะพานที่สวยงาม ซึ่งสร้างบรรยากาศที่เงียบสงบและโรแมนติก นักท่องเที่ยวสามารถเดินเล่นริมคลองและถ่ายรูปได้ มีตลาดที่ขายสินค้าท้องถิ่น เช่น เครื่องประดับแบบดั้งเดิม อาหารพื้นเมือง และของที่ระลึก นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อของที่ระลึกและสัมผัสกับบรรยากาศของตลาด



เย็น **บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 9) เมนูพิเศษ : สุกี้ปลาแซลม่อน**

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Feng Huang Yang Sheng Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่ห้า **ภูเขาหิมะมังกรหยก (รวมค่ากระเช้าใหญ่)-ธารน้ำขาวไป่สุ่ยเหอ (รวมค่ารถราง)-Lijiang Impressions Show -รถไฟความเร็วสูง สู่คุนหมิง-เข้าที่พัก**

เช้า **บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 10)**

อุทยานภูเขาหิมะมังกรหยก (Jade Dragon Snow Mountain) **(รวมค่ากระเช้ากระใหญ่ ขึ้น-ลง)** ตั้งอยู่ใกล้เมืองลี่เจียง (Lijiang) โดยการเดินทางประมาณ 1 ชั่วโมง จากเมืองหลี่เจียง เป็นหนึ่งในสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามและมีชื่อเสียงมากในภูมิภาคนี้ ภูเขาหิมะมังกรหยกมีความสูงประมาณ 5,596 เมตร และมีหิมะปกคลุมตลอดทั้งปี ทำให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ บริเวณใกล้เคียงยังมีหมู่บ้านของชนเผ่าต่างๆ เช่น ชนเผ่าหน่าหรือชนเผ่าหยก ที่มีวัฒนธรรมและประเพณีที่น่าสนใจ การขึ้นไปยังจุดชมวิวที่สูงจะทำให้คุณได้เห็นวิวที่สวยงามของภูเขาหิมะและทุ่งหญ้ารอบๆ ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่น่าจดจำ และยังได้รับการขนานนามว่าเป็น สวิสแลนด์แห่งเมืองจีน ด้วยมาตรฐานแห่งท่องเที่ยวระดับ 5A โดยนักท่องเที่ยวจะต้องนั่งกระเช้าขึ้นไปยังจุดชมวิวความสูงราว 4,506 เมตรจากระดับน้ำทะเล เพื่อสำผัสบรรยาการอย่างใกลชิด นอกจากนี้ยังมีสะพานไม้ทอดยาวขึ้นไปบนยอดเขา โดยนักท่องเที่ยวสามารถ เดินตามสะพานไม้เพื่อพิชิตความสูงตามระดับต่างๆ ที่สุงขึ้นตามลำดับ

คำแนะนำ สำคัญมาก :

การท่องเที่ยวบริเวณภูเขาหิมะมังกรหยกนั้น ถือเป็นจุดที่มีออกซิเจน ที่เบาบางมาก รวมไปถึงระดับความสูง ที่มีอากาศหนาวเย็นและลมแรง ควรเตรียมร่างการของท่านให้พร้อม และปฏิบัติตามคำแนะนำของไกด์ท้องถิ่น และหัวหน้าทัวร์อย่างเคร่งครัด และควรมีกระป๋องออกซิเจนแบบพกพา เพื่อช่วยเหลือฉุกเฉิน ในกรณีที่ท่านมีภาวะการแพ้ความสูงแบบเฉียบพลัน

(หมายเหตุ: กรณีที่มีการประกาศปิดให้บริการกระเช้าไฟฟ้า อันเนื่องมาจากเหตุผลด้านสภาพอากาศไม่เอื้ออำนวย , การปิดซ่อมบำรุง, หรือเหตุผลใดๆ บริษัทผู้จัดขอสงวนสิทธิ์ในการปรับเปลี่ยนโปรแกรมท่องเที่ยวอื่นทดแทน หรือในกรณีที่กระเช้าใหญ่ปิด ทางบริษัทผู้จัด จะเปลี่ยนมาขึ้นกระเช้าเล็กยุนซันผิงแทน โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า)

เที่ยวชม **ธารน้ำขาวไป๋สุ่ยเหอ (Baishui River)** หรือทะเลสาบไป๋สุ่ยเหอ หรืออีกชื่อหนึ่งคือ หุบเขาพระจันทร์สีน้ำเงิน (Blue Moon Valley) **(รวมค่าบริการรถแบตเตอรี่)** เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความงดงามทางธรรมชาติ ที่นี่คือทะเลสาบที่เกิดจากการละลายของหิมะบนภูเขาหิมะมังกรหยก มีน้ำใสสะอาดสะอาดสีเทอควอยซ์สะท้อนกับท้องฟ้าและภูเขารอบๆ เกิดธารน้ำตกหินปูนเล็ก ๆ ที่เรียงลดหลั่นกันชั้น ๆ สวยงามจนเปรียบเสมือนสวรรค์บนดิน ทำให้เป็นสถานที่ ที่เหมาะสำหรับการถ่ายรูปและพักผ่อนเป็นอย่างมาก

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 โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการใช้ภาพและสีสันในงานศิลปะของเขา และอีกหนึ่งจุดเด่นของการแสดงนี้คือ การใช้ฉากธรรมชาติเป็นส่วนหนึ่งของการแสดงทำให้ ผู้ชมตื่นตาตื่นใจและได้รับอถรรรสของการแสดงอย่างแท้จริง

เที่ยง **บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 11)**

จากนั้นออกเดินทางด้วยรถไฟความเร็วสูง นำท่าน นั่งรถไฟความเร็วสูงจากเมืองลี่เจียง สู่ เมืองคุนหมิง (ใช้เวลาเดินทางประมาณ 4 ชั่วโมง) **รวมค่าบริการรถขนกระเป๋าสัมภาระ**

เย็น **บริการอาหารเย็น ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 12)**

เดินทางเข้าโรงแรมที่พัก Wilton Hotel ระดับ 4 ดาวหรือเทียบเท่า

วันที่หก	วัดหยวนทง-อิสระชอปปิ้งถนนคนเดิน-ประตูม้าทองไก่หยก-POP MART-สนามบินคุนหมิง-กรุงเทพฯ (KMG-BKK 8L801 / 17.45-19.20)

เช้า **บริการอาหารเช้า ณ โรงแรมที่พัก (มื้อที่ 13)**

เที่ยวชม **วัดหยวนทง (Yuantong Temple)** เป็นวัดพุทธที่มีชื่อเสียงและมีความสำคัญในเมืองคุนหมิง (Kunming) มณฑลยูนนาน (Yunnan) ประเทศจีน วัดนี้สร้างขึ้นในสมัยราชวงศ์ถัง (Tang Dynasty) และเป็นหนึ่งในวัดที่เก่าแก่ที่สุดในพื้นที่ มีสถาปัตยกรรมที่สวยงามและเป็นเอกลักษณ์ โดยมีการผสมผสานระหว่างศิลปะจีนโบราณและสถาปัตยกรรมพุทธศาสนา ภายในวัดมีพระพุทธรูปหลายองค์ที่มีความสวยงาม รวมถึงพระพุทธรูปทองคำที่เป็นที่เคารพบูชาของชาวพุทธ

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

เที่ยง **บริการอาหารเที่ยง ณ ภัตตาคาร (มื้อที่ 14) เมนูพิเศษ : อาหารหูหนาน**

ได้เวลาอันสมควร เดินทางสู่สนามบิน เพื่อเดินทางกลับ

17.20 น. **ออกเดินทางจากเมืองคุนหมิงโดยเที่ยวบิน KY8369 สายการบิน Kunming Airlines (KY)**

18.50 น. **เดินทางถึงสนามบินสุวรรณภูมิ**

วันเดินทาง	ผู้ใหญ่ (พัก 2-3 ท่าน) (ไม่มีราคาเด็ก)	พักเดี่ยวจ่ายเพิ่ม	Infant (ไม่เกิน 2 ปี)	ค่าทิป (ไกด์+คนขับ+หัวหน้าทัวร์)	มัดจำ/ที่นั่ง
10-15 ตุลาคม 2568	25,999 บาท	5,000 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
21-26 ตุลาคม 2568	24,999 บาท	5,000 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
22-27 ตุลาคม 2568	24,999 บาท	5,000 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
23-28 ตุลาคม 2568	24,999 บาท	5,000 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท
28 ตุลาคม – 2 พฤศจิกายน 2568	24,999 บาท	5,000 บาท	6,000 บาท	1,500 บาท	10,000 บาท

เงื่อนไขการจองทัวร์

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

⚠ กรุณาชำระค่าทัวร์ส่วนที่เหลืออย่างน้อย 20 วัน ก่อนออกเดินทาง หากท่านไม่ชำระภายในระยะเวลาที่บริษัทกำหนด ทางบริษัทจะถือว่าท่านสละสิทธิ์ยกเลิกการเดินทาง และ ขอสงวนสิทธิ์ไม่สามารถคืนเงินมัดจำให้ท่าน ไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งก็ตาม

⚠ กรณีลูกค้าทำการจองภายในระยะเวลาคงเหลือไม่ถึง 15 วัน ก่อนออกเดินทาง ทางบริษัทขอสงวนสิทธิ์ในการเรียกเก็บค่าทัวร์เต็มจำนวน 100%

เงื่อนไขการยกเลิก และ เปลี่ยนแปลงการเดินทาง

⚠ ยกเลิกก่อนการเดินทางตั้งแต่ 30 วันขึ้นไป คืนเงินค่าทัวร์โดยหักค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริง *ในกรณีที่วันเดินทางตรงกับวันหยุดนักขัตฤกษ์ ต้องยกเลิกก่อน 45 วัน*

⚠ ยกเลิกก่อนการเดินทาง 15-29 วัน คืนเงิน 50%ของค่าทัวร์ หรือหักค่าใช้จ่ายตามจริง เช่น ค่ามัดจำตั๋วเครื่องบิน โรงแรม และค่าใช้จ่ายจำเป็นอื่นๆ

⚠ ยกเลิกก่อนการเดินทางน้อยกว่า 15 วัน ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินค่าทัวร์ที่ชำระแล้วทั้งหมด

⚠ กรณีมีเหตุยกเลิกทัวร์ โดยไม่ใช่ความผิดของบริษัททัวร์ เช่น มีนโยบายห้ามการเข้าออกของแต่ละประเทศ หรือการยกเลิกเที่ยวบินโดยสายการบิน บริษัทจะเก็บเป็นเครดิตหรือเลื่อนการเดินทางในพีเรียดถัดไปให้กับลูกค้า โดยยึดตามนโยบายของสายการบินและโรงแรม และไม่สามารถคืนเงินได้ทุกกรณี

อัตราค่าบริการนี้รวม

✅ ค่าบัตรโดยสารโดยเครื่องบิน (ตั๋ว) ไป และ กลับพร้อมคณะ ชั้นประหยัด (ECONOMY CLASS) รวมถึงค่าภาษีสนามบินและค่าภาษีน้ำมันทุกแห่ง กรณีต้องการอัพเกรด 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 ทางบริษัทไม่มีนโยบายจัดคู่นอนให้กับลูกค้าที่ไม่รู้จักกันมาก่อน 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 รุ่นของเครื่องบินแต่ละไฟล์ทที่ใช้บิน ซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงได้อยู่ที่สายการบินเป็นผู้กำหนด
- ❌ ค่าภาษีน้ำมัน ที่สายการบินเรียกเก็บเพิ่ม ภายหลังจากทางบริษัทฯได้ออกตั๋วเครื่องบินไปแล้ว
- ❌ VAT 7% และภาษีหัก ณ ที่จ่าย 3% กรณีต้องการออกใบเสร็จรับเงินในนามบริษัทจากค่าทัวร์เต็มทั้งหมด
- ❌ 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**
- ❌ ค่าวีซ่าเดี่ยวและวีซ่ากรุ๊ปเข้าประเทศจีน ** ในกรณีรัฐบาลจีนประกาศยกเลิกฟรีวีซ่า ไม่ว่าด้วยสาเหตุใดๆทั้งสิ้น ผู้เดินทางจะต้องเสียค่าใช้จ่ายในการทำวีซ่าด้วยตนเอง**

ทางบริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ความรับผิดชอบใด ๆ ในกรณีดังต่อไปนี้

- ✅ หากเกิดกรณีความล่าช้าจากสายการบิน, การประท้วง, การนัดหยุดงาน, การก่อจลาจล, การปิดด่าน,ภัยธรรมชาติ หรือกรณีที่ท่านถูกปฏิเสธการเข้าหรือออกเมืองจากเจ้าหน้าที่ตรวจคนเข้าเมืองหรือเจ้าหน้าที่กรมแรงงานทั้งจากไทยและต่างประเทศ ซึ่งอยู่นอกเหนือความรับผิดชอบของบริษัทฯ
- ✅ หากท่านใช้บริการของทางบริษัทฯ ไม่ครบ อาทิ ไม่เที่ยวบางรายการ, ไม่ทานอาหารบางมื้อ เพราะค่าใช้จ่ายทุกอย่างทางบริษัทฯ ได้ชำระค่าใช้จ่ายให้ตัวแทนต่างประเทศแบบเหมาขาดก่อนออกเดินทางแล้ว
- ✅ หากเกิดทรัพย์สินสูญหายจากการโจรกรรมและ/หรือ เกิดอุบัติเหตุสูญหายที่เกิดจากความประมาทของตัวนักท่องเที่ยวเอง
- ✅ ตั๋วเครื่องบินเป็นตั๋วราคาพิเศษ หากท่านไม่เดินทางพร้อมคณะไม่ว่าจะด้วยเหตุใดก็ตาม ไม่สามารถนำมาเลื่อนวันเดินทางหรือคืนเงินได้

สำคัญมากโปรดอ่าน

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

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

อากาศแพ้ที่สูง สามารถเกิดได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัย ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของหัวหน้าทัวร์และไกด์ท้องถิ่นอย่างเคร่งครัด เคลื่อนไหวช้า ไม่วิ่งหรือทำอะไรรวดเร็วเกินไป ดื่มน้ำให้เพียงพอ และควรมีออกซิเจนกระป๋อง เพื่อช่วยเหลือฉุกเฉิน ในกรณีที่ท่านมีภาวะการแพ้ความสูงแบบเฉียบพลัน เพื่อให้การท่องเที่ยวเป็นไปอย่างปลอดภัย ทางบริษัทขอแนะนำให้ท่านซื้อประกันสุขภาพที่ให้ความคุ้มครองเพียงพอสำหรับค่ารักษาพยาบาลและค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะมีประโยชน์อย่างมากในกรณีที่เจ็บป่วยฉุกเฉิน