

【嗨翻內蒙古 希拉穆仁草原】

一粒沙世界響沙灣 哈素海 五當召 大召寺 7 日

全程無購物站、無自費

特別安排內蒙古民俗體驗、響沙灣沙漠活動

響沙灣



響沙灣也叫銀肯響沙，周邊延綿的沙山層層疊疊，形成一幅壯觀的沙海奇景。該處的沙子，只要受到外界撞擊，或腳踏、或以物碰打，都會發出雄悍而奇妙的“空—空—”聲。人走聲起，人止聲停。因此，人們風趣地將響沙稱作“會唱歌的沙子”。但是，陰天下雨或搬運到異地，沙子就不響了。響沙是一種自然現象，但目前尚未得出令人信服的科學解釋。

獨特文化風情

希拉穆仁草原

希拉穆仁草原位於內蒙古自治區達爾罕茂明安聯合旗。蒙古語意為“黃河”，因在希拉穆仁河畔有一座清代喇嘛召廟“普會寺”而得名。普會寺背後環繞著希拉穆仁河，跨過河上大橋可達阿勒賓包山上觀賞草原風光，一望無際的景色，讓人如醉如癡。希拉穆仁草原是典型的高原草場，每當夏秋時節綠草如茵，鮮花遍地。在希拉穆仁草原，遊客不僅可以觀賞草原美景，品味草原游牧民族的豪邁心情，還可以參與隆重的“祭敖包”儀式，享用草原民族典型的風味餐飲，體會獨特濃郁的蒙古民族文化風情。



哈素海

哈素海，蒙古語哈拉烏素海的簡稱，意為黑水湖，是面積約32平方公里的天然湖泊。距呼和浩特70公 哈素海上的旅遊設施裡。湖北為大青山，東、南、西三面被農田和牧場所包圍。哈素海是天然湖泊，有“塞外西湖”之稱。水面面積32平方公里，水深2米左右，湖底雜草叢生，水質肥沃，盛產草、鯉、鯽、團頭魴、武昌魚等魚類及河蝦蟹。湖面蘆葦蕩內繁衍著各種鳥類，凌空起飛時盤旋在煙波浩渺的湖面上，組成一幅十分壯觀的圖景。



呼和浩特將軍衙署

呼和浩特將軍衙署綏遠城將軍衙署位於內蒙古呼和浩特新城區鼓樓西側，是一座擁有數百年歷史的建築。清雍正年間，為了鞏固西北邊防，清王朝在距呼和浩特舊城2.5公里處修建了一座新城，用以屯兵戍防。新城建成於1739年，被命名為綏遠城，特設立了綏遠將軍統領，負責管轄綏遠城駐防八旗及下屬各盟的軍政要務。這座將軍衙署既是當年的將軍們辦公的地方，在清朝，曾有七十八位將軍在這裏任職。將軍衙署按照當時的一品封疆大吏規格建造，占地三萬平方，共有三十二間房屋組成。衙署經過多次修繕，基本保持了原有佈局。



千年偉人戎馬一生

成吉思汗陵，簡稱成陵，是蒙古帝國第一代大汗成吉思汗的衣冠塚，位於內蒙古自治區鄂爾多斯市伊金霍洛旗草原上。

由於蒙古族盛行“密葬”，所以真正的成吉思汗陵究竟在何處始終是個謎。史料記載吸收成吉思汗最後一口氣一也就是靈魂的駝毛，幾百年來就收藏於成吉思汗陵。

陵園占地約 5.5 公頃，對研究蒙古民族乃至中國北方游牧民族歷史文化，具有極其重要的價值，核定為全國重點文物保護單位，中國旅遊 5A 級景區。



成吉思汗陵



內蒙古佛教

最高學府

五當召

蒙古語“五當”意為“柳樹”；原名巴達嘎爾召，藏語“巴達嘎爾”意為“白蓮花”，“召”為“廟宇”之意。

始建於清康熙年間，乾隆十四年重修，賜漢名廣覺寺。第一世活佛羅布桑加拉錯以西藏紮什倫布寺為藍本興建，經過多次擴建逐步擴大始具今日規模。

因召廟建在五當溝的一座叫做敖包山的山坡上，所以通稱其名五當召。有大小殿宇、經堂、僧舍 2500 餘間。是一幢層層依山疊砌的白色建築，群山環繞，為蒼松翠柏掩映，雄渾壯觀。



精選飯店

呼和浩特喜來登酒店



酒店位於便利的市中心地帶，地理位置得天獨厚，酒店擁有裝潢時尚的客房和套房，可盡情享受宛如居家一般的溫馨舒適。

透過寬敞明亮的窗戶，將呼和浩特的繁華美景盡收眼底。而酒店著名的喜來登特色睡眠體驗則將為客人帶來舒適甜美的一夜酣眠。

酒店公共區域及客房均可提供的高速 Wifi 服務及寬頻接入，住店泊車位、住店游泳。無論您是繁忙的商務人士，還是休閒的度假旅客，這裡都將是您理想的居停之所。



博源豪生酒店



酒店位於城市主幹道鄂托克西街中段，緊鄰城市綠地及政府辦公區，擁有得天獨厚的暢快交通。

是內蒙一家豪生品牌酒店，擁有多間潔淨舒適，優雅現代的各式客房，客房設計均出自設計師之筆。各式中西餐廳，傳統和現代相結合，特色的蒙古美食。現代快捷的多媒體設備，光影交錯，美倫美奐的宴會廳，凸顯主人的高雅尊貴。

康體設施，游泳池一應俱全，讓您能享受溫柔靜謐之愜意時刻，追求個性化的服務讓您盡情享受商旅的輕鬆和快樂。

青山賓館



賓館迎賓樓位於包頭市青山區迎賓路，依託著如詩如畫的園林景致，交通便捷。

酒店內設客房及套房，舒適的“金可兒”定制寢具為您褪去一天的疲憊，大理石打造的豪華浴室中，幹濕分區讓使用更舒適。酒店內可享受便捷WiFi 與客房高速網路，房內保險箱及貼心的喚醒服務，為賓客締造奢華服務及禮遇。

個性化的客房送餐服務，及入住後健身體驗。酒店 3 間風格迥異的餐廳——黃河中餐廳、賽汗塔拉蒙餐廳與草原晨曲咖啡廳，以及酒吧、棋牌室、檯球室、模擬高爾夫室、試聽室及大堂吧等休閒區域。

風味餐食

- 薩面風味 ● 燒麥風味 ● 餃子風味 ● 烤鴨風味 ● 滋養火鍋 ● 手把肉風味 ● 京宴府
- 巴盟風味 ● 巴盟風味 ● 西北燴菜 ● 中式合菜 ● 素食簡餐 ● 一粒沙餐廳



貼心贈送

熱水無限量供應

每人每日礦泉水一瓶

內蒙古特色小紀念品和特色零食每人一份



- ◎ 保證不進購物站和景中站、旅遊品質有保障
- ◎ 全程無自費
- ◎ 導遊在遊覽車上會推薦當地土特產等小物自由選購，絕不強迫！



【航班時間】 正確航班時間，以說明會資料和當日實際起飛時間為準。

出發天數	航空公司	航班編號	起飛城市	抵達城市	起飛/抵達時間
第 1 天	中華航空	CI511	桃園 TPE	北京 PEK	07:30/10:55
第 7 天	中華航空	CI518	北京 PKE	桃園 TPE	20:20/23:35

【行程內容】

第一天

桃園 → 北京/動車-呼和浩特【網紅打卡~夜遊惱包村】



今日帶著愉快雀躍的心情集合於桃園國際機場，由專業領隊協助辦理登機手續飛往北京，抵達後由專業熱忱的導遊接機，享用完午餐隨後搭乘動車前往**呼和浩特**。

【**呼和浩特**】簡稱呼市，被譽為“中國乳都”。民國時期以及建國初時稱歸綏，為綏遠省省會，後綏遠省撤銷，併入內蒙古，此城市改名**呼和浩特**，成為內蒙古自治區首府，II型大城市，中國北方沿邊地區重要的中心城市。下轄 4 個區、4 個縣和 1 個旗，總面積 1.72 萬平方千米。聯接黃河經濟帶、亞歐大陸橋、環渤海經濟區域的重要橋樑，也是中國向蒙古國、俄羅斯開放的重要沿邊開放中心城市。**呼和浩特市**是國家歷史文化名城，華夏文明的發祥地之一。先秦時期，趙武靈王在此設雲中郡，故址在今呼市西南托克托縣境。呼市中心城區本是由歸化城與綏遠城兩座城市在清末民國合併而成，故名歸綏。1954 年，改名為**呼和浩特**，蒙古語意為“青色的城”。**呼和浩特市**是國家森林城市、國家創新型試點城市、全國民族團結進步模範城市、全國雙擁模範城市、中國優秀旅遊城市和中國經濟實力百強城市。

【**夜遊惱包村**】打卡**呼和浩特**網紅村落，人間煙火氣最撫凡人心在惱包村，既可以感受傳統文化的魅力，也能體驗現代時尚的新潮。每到傍晚，這個充滿活力的村莊，就熱鬧沸騰了起來，這裡的夜市一定不要错过。

早餐：XXX

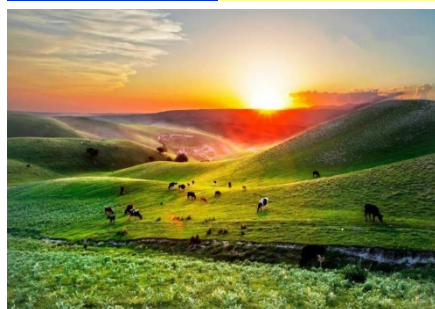
午餐：京宴府 RMB50/人

晚餐：條面風味 RMB50/人

住宿旅館：★★★★**呼和浩特**華辰旅悅酒店 或同級

第二天

呼和浩特-希拉穆仁草原【蒙古歡迎儀式下馬酒+熬奶茶+體驗蒙古族服裝+學習蒙古語+射箭體驗】-呼和浩特



【**希拉穆仁草原**】是典型的高原草場，每當夏秋時節綠草如茵，鮮花遍地，是著名的內蒙古草原旅遊點。它南迎**呼和浩特**的暖風，北聆百靈廟的鈴聲，因清王朝賜名的“普會寺”喇嘛寺屹立河畔，又名**召河**。草原的夏秋，香花遍野，芳草依依，迷人的美景使人心曠神怡。羊、馬、牛、駝，一群群，一片片，或疾馳，或漫遊，象彩霞在天際飄動，也像仙女撒下的珍珠、瑪瑙，落在銀鏈般的**希拉穆仁河**兩岸。**希拉穆仁**蒙古語意為“黃河”**希拉穆仁草原**旅遊俗稱“**召河**”，因在**希拉穆仁河**畔有一座清代喇嘛召廟“普會寺”而得名。寺院內二重殿洞，雕樑畫棟，頗為壯觀。普會寺背後環繞著**希拉穆仁河**，跨過河上大橋可達**阿勒賓包山**上觀賞草原風光。一望無際的景色，讓人如醉如癡。

早餐：酒店內早餐

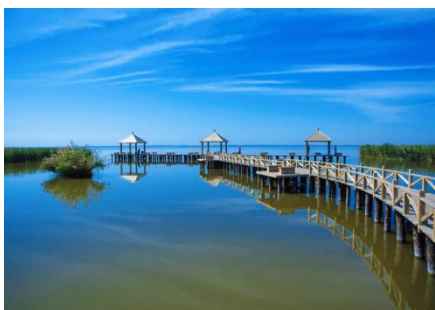
中餐：手把肉風味 RMB50/人

晚餐：中式合菜 RMB50/人

住宿旅館：★★★★**呼和浩特**華辰旅悅酒店 或草原豪華商務空調蒙古包 或同級

第三天

呼和浩特【莫尼山非遺小鎮、馬頭琴博物館、伊利健康谷、塞外西湖~哈素海(含電瓶車)、聖主廣場、呼和塔拉敖包】-達拉特旗



【**莫尼山非遺小鎮**】小鎮以紅色文化、農耕文化、非遺展示、文化交流和舞臺演繹為核心，旨在打造成為內蒙古自治區非物質文化遺產展示及交流的重要視窗，面向民間藝人、文化團體及各地域旅遊機構，搭建專項非物質文化遺產展示體系。同時深度挖掘“大青山騎兵”和“萬裡茶道”文化內涵，形成文旅+非遺+小鎮的新業態。

【**馬頭琴博物館**】是一家以傳承和弘揚馬頭琴為代表的蒙古民族音樂藝術的非國有博物館。內蒙古馬頭琴藝術博物館成立以來，收集了大量的蒙古民族樂器，其中包含馬頭琴、潮爾、冒頓潮爾等多種

樂器，集聚了全區享譽國內外的演奏大師、非遺傳承人，同時還收錄了各種民族音樂、表演視頻等的版權。

【**伊利健康谷**】伊利健康谷工業旅遊專案由草原乳文化博物館、敕勒川生態智慧牧場、智造體驗中心、液態奶全球智造標杆基地、奶粉全球智造標杆基地共同組成。場館建設方面引用 VR、XR、裸眼 3D 等技術手段，以科技化、智慧化、現代化乳製品產業基地和乳文化多元體驗、融合為核心，打造“全過程、一站式、體驗式”的智慧旅遊體系。

【**哈素海**】是黃河變遷而遺留的牛軛湖，屬大黑河水系的外流淡水湖泊。過去曾稱陶思浩西海子，俗稱後泊兒。哈素為蒙古譯音，原名哈拉烏素，意為青水湖，由青色湖水得名。有“塞外西湖”之稱。湖內有一座水庫和一個漁場，設置遊船供遊客飽覽湖光山色，並可在船上品嚐鮮魚。

【**聖主廣場**】有目前世界上最大的成吉思汗組合雕塑。雕塑根據天圓地方的理念，以三級平臺和四根角柱為基礎，高高擎起的一座穹頂天宮。天宮穹頂為日、月、火組合寶頂，表現宇宙—天、地、日、月、星辰，以及萬物生命之間神秘聯繫的寓意。整體雕塑完美呈現蒙古特色的建築風格。雕塑正中是端坐在朵雲紋寶座上的成吉思汗肖像，聖主雙目注視正前方，抬舉右手，象徵著目光所向，天下所聚。

【**呼和塔拉敖包**】位於聖主廣場的東側。即祭天的騰格裏敖包。是由一座主敖包和環繞其周的十二卒敖包組成。象徵著十二生肖圍繞宇宙長生天，蘊含著草原民族崇尚自然、敬畏山河、關愛生態、注重天人相諧的文化理念。

早餐：酒店內早餐	中餐：烤鴨風味 RMB50/人	晚餐：巴盟風味 RMB50/人
住宿旅館：準★★★★★達旗錦園賓館 或同級		

第四天

達拉特旗【千年偉人戎馬一生~成吉思汗陵、康巴什建築群、烏蘭活佛府】-鄂爾多斯



【**成吉思汗陵**】簡稱成陵。是蒙古帝國第一代大汗成吉思汗的衣冠塚，位於內蒙古自治區鄂爾多斯市伊金霍洛旗草原上，距鄂爾多斯市區 40 公里。由於蒙古族盛行“密葬”，所以真正的成吉思汗陵究竟在何處始終是個謎。史料記載吸收成吉思汗最後一口氣——也就是靈魂的駝毛，幾百年來就收藏於成吉思汗陵。現今的成吉思汗陵經過多次遷移，直到 1954 年才由青海的塔爾寺遷回故地伊金霍洛旗。陵園占地約 5.5 公頃，對研究蒙古民族乃至中國北方游牧民族歷史文化，具有極其重要的價值，核定為全國重點文物保護單位。緊鄰

的成吉思汗陵旅遊區為 5A 級景區。

【**康巴什建築群**】康巴什，蒙古語意為“卓越的老師”。康巴什隸屬內蒙古自治區鄂爾多斯市。是鄂爾多斯市的中心城區，位於內蒙古自治區西南部、鄂爾多斯市中南部，地處鄂爾多斯高原腹地。一棟建築映射一座城市的繁華，更是一座城市永久的記憶，一起來打卡鄂爾多斯地標建築。

【**烏蘭活佛府**】烏蘭活佛府由民族宗教文化展示中心、活佛府邸和閉關修行中心三部分組成。建築風格主要是突出蒙、藏、漢三族文化特點，並以聞、思、修、行為線索，以佛法壇城為意理，通過一些傳統的藏傳佛教建築設計手法，融合中式傳統院落遞進的概念，形成一種蒙式的主帳和分帳暗合帳落的新組合。烏蘭活佛府邸的建成，是歷代烏蘭活佛事蹟的見證，更是一個城市，一個部族歷史的傳承。

早餐：酒店內早餐	中餐：西北燴菜 RMB50/人	晚餐：滋養火鍋 RMB80/人
住宿旅館：★★★★★博源豪生酒店 或同級		

第五天

鄂爾多斯【會唱歌的沙漠~響沙灣(含沙漠活動：纜車往返、全地形車、騎駱駝、軌道自行車、沙海衝浪車、滑沙(乙次)、贈沙襪)、內蒙古佛教

最高學府~五當召(含電瓶車)】-包頭



【響沙灣】也叫銀肯響沙(“銀肯”為蒙古語，意為“永久”)，位於內蒙古鄂爾多斯達拉特旗境內，背依大漠龍頭庫布其沙漠，面臨罕台大川，高大的沙丘呈月牙形狀約有 80 多米高，橫亙數公里，金黃色的沙坡掩映在藍天白雲下，有一種茫茫沙海入雲天的壯麗景象，好似一條金黃色的臥龍。呈彎月狀的巨大沙山回音壁綴在大漠邊緣，是一處珍稀、罕見、寶貴的自然旅遊資源。該處的沙子，只要受到外界撞擊，或腳踏、或以物碰打，都會發出雄悍而奇妙的“空—空—”聲。人走聲起，人止聲停。因此，人們風趣地將響沙稱作“會唱歌的沙子”。

但是，陰天下雨或搬運到異地，沙子就不響了。神秘的沙歌現象吸引中外著遊客紛至沓來，沙響妙音春如松濤轟鳴，夏擬蟲鳴蛙叫，秋比馬嘶猿啼，在冬日則似雷鳴劃破長空，關於響沙的成因眾說紛紜。

【五當召】蒙古語“五當”意為“柳樹”；原名巴達嘎爾召，藏語“巴達嘎爾”意為“白蓮花”，“召”為“廟宇”之意。始建於清康熙年間，乾隆十四年重修，賜漢名廣覺寺。第一世活佛羅布桑加拉錯以西藏紮什倫布寺為藍本興建，經過康熙、乾隆、嘉慶、道光、光緒年間的多次擴建，逐步擴大始具今日規模。因召廟建在五當溝的一座叫做敖包山的山坡上，所以通稱其名五當召。五當召依地勢面南而建。有大小殿宇、經堂、僧舍 2500 餘間，占地 300 多畝，分佈在 1.5 公里長的山坡上。它是一幢層層依山壘砌的白色建築，群山環繞，為蒼松翠柏掩映，雄渾壯觀。

早餐：酒店內早餐

中餐：一粒沙餐廳 RMB50/人

晚餐：老菜館 RMB50/人

住宿旅館：★★★★★青山賓館 或同級

第六天

包頭-呼和浩特【大召寺、網紅打卡~塞上老街、將軍衙署、雕塑博物館】



【大召寺】大召寺是中國內蒙古呼和浩特市玉泉區南部的一座大藏傳佛教寺院，屬於格魯派(黃教)。大召寺其中“召”為藏語寺廟之意。漢名原為“弘慈寺”，後改為“無量寺”。因為寺內供奉一座銀佛，又稱“銀佛寺”。大召不僅是一處佛教聖地，而且還是一處聞名中外的旅遊勝地。輝煌的召廟建築、珍貴的文物和藝術品，以及神秘的恰木舞蹈和佛教音樂，構成了大召獨特的“召廟文化”。

【塞上老街】塞上老街是呼和浩特市發祥地之一，是條有著 400 多年歷史的老街。據呼和浩特史料記載，早在明代，這裡就有了商業貿易的集市。清朝中期，大召、玉泉井一帶，已經市井繁華，店鋪林立，大召與玉泉井之間的廣場上，佈滿了小攤。銷售的貨物琳琅滿目，五花八門。從珍稀的古玩到笨重的日用雜貨，應有盡有。還有一處處雜耍攤，藝人們的吆喝聲與叮咚的鑼鼓聲，不絕於耳，就好像當年開封大相國寺一般繁盛熱鬧。

【將軍衙署(每週一閉館)】又稱綏遠城將軍衙署，是一座位於中國內蒙古自治區呼和浩特市清代建築群。該衙署始建於清代乾隆二年(1737 年)，是為了鞏固疆土、穩定邊陲而設立的。它是清代綏遠將軍管轄歸化城、漠南蒙古及統領大同、宣化等地駐兵的辦公衙門。建築風格主要是清代風格，占地面積約為 3 萬平方米。整個衙署按照一品封疆大吏的規格建造，具有嚴格的對稱性和防禦功能。將軍衙署不僅是清代綏遠將軍的府邸，也是呼和浩特歷史發展的見證。它記錄了近 300 年來呼和浩特的發展脈絡，承載著珍貴的史料。如今，將軍衙署已經成為呼和浩特市的一個著名旅遊景點，吸引著眾多遊客前來參觀體驗。

注：如遇週一閉館，則會前後調整行程景點順序，請貴賓見諒~

【雕塑博物館】是一座依地形而建的半地下建築，屋頂用草坪覆蓋，就像從草原中‘生長’出來一般，隨著四季更替，也會呈現出不同的樣貌。雕塑，用型記史，用形鑄魂，它不僅記載人類歷史文明，更是心靈互通的紐帶。

早餐：酒店內早餐

中餐：素食簡餐 RMB50/人

晚餐：燒麥風味 RMB50/人

住宿旅館：★★★★★呼和浩特喜來登酒店 或同級

第七天

呼和浩特【昭君博物院】/動車-北京→桃園



【昭君博物院(每週一休館)】稱昭君墓，又稱“青塚”，昭君墓最早記載，見於唐代李白、杜甫等人的詩中，如李白的“死留青塚使人嗟”，杜甫的“獨留青塚向黃昏”等，白居易《青塚》詩。可見昭君墓當時不僅早已存在，而且遠近聞名。現為中國AAAA級旅遊景區、內蒙古自治區重點文物保護單位。**注：如遇週一休館，則會前後調整行程景點順序，請貴賓見諒~**

享用完午餐隨後搭乘動車前往北京機場，辦理出境手續後，搭乘豪華客機返回臺北，團員們互道珍重再見後，平平安安、快快樂樂地歸向闊別多日的家園，結束這次愉快的七日之旅。

早餐：酒店內早餐	午餐：餃子風味 RMB50/人	晚餐：機場自理
住宿旅館：溫暖的家		

以上行程順序僅供參考，實際行程順序以當地旅行社為準 #
本行程團費所含景點門票均已分攤老人/小孩等優待票差價，亦不另行退還差價，敬請見諒!