

豫見中原 茶色花香

Tea Hues & Floral Aromas

養生與文化體驗7天之旅





豫見中原·茶色花香 養生與文化體驗 7 天之旅

鄭州·焦作·洛陽·南陽·信陽·許昌

亳都新象/太極拳教學體驗/洛邑古城/龍門石窟/洛陽牡丹園/老君山/
南陽府衙/賒店古鎮/信陽毛尖茶園/胖東來超市/曹魏不夜城/護城河水上巴士/
曹丞相府

行程特色

- ❖ 習練【陳家溝太極拳】，於太極宗師故里沉浸式體驗剛柔並濟的精髓，感受東方哲學的身心合一
- ❖ 品嘗【懷藥養生宴】，在藥香氤氳中領略千年中醫智慧與自然饋贈
- ❖ 尋味【洛陽水席】，流水佳餚裹挾著千年帝都的煙火氣，舌尖重演武周盛宴華章
- ❖ 朝聖【龍門石窟】，聆聽千年古剎的晨鐘暮鼓，感受石刻藝術的千年風霜
- ❖ 沉醉【洛陽牡丹園】，徜徉花海與隋唐建築間，定格國色天香的盛世華章
- ❖ 登臨【老君山】，乘雲海索道俯瞰十里畫屏，於金殿道觀間尋訪老子歸隱傳說
- ❖ 探秘【南陽府衙】，穿越明清官制文化，在六科九房佈局中觸摸古代地方治理的智慧脈絡
- ❖ 流連【賒店古鎮】，七十二道胡同如時光隧道串聯晉商票號與鏢局會館，追尋「天下第一店」的漕運盛景
- ❖ 摘春【信陽毛尖茶園】，四月採茶季親手採摘毛尖，在茶香氤氳中體驗信陽毛尖的匠心傳承
- ❖ 打卡【胖東來超市】，領略人性化服務與網紅商品特色，感受零售業天花板的人間煙火
- ❖ 體驗【護城河水上巴士】，兩岸垂柳輕拂曹魏舊事，在粼粼波光中邂逅三國煙波往事



——簡單行程——

天數	行程安排	交通	用餐	住宿
第一天 4月8日 週三	香港-飛機-鄭州-亳都新象 參考航班：CX952 香港-鄭州 12:45-15:20	汽車/ 飛機	晚	鄭州五星酒店
第二天 4月9日 週四	鄭州-焦作溫縣-太極拳體驗-懷藥養生宴-洛陽- 洛邑古城-洛陽水席-外觀隋唐洛陽城應天門夜景	汽車	早午晚	洛陽五星酒店
第三天 4月10日 週五	洛陽牡丹園-龍門石窟-樂川	汽車	早午晚	樂川五星酒店
第四天 4月11日 週六	老君山(含二級索道往返)-南陽-藥膳養生宴	汽車	早午晚	南陽五星酒店
第五天 4月12日 週日	南陽府衙-賒店古鎮-信陽	汽車	早午晚	信陽五星酒店
第六天 4月13日 週一	信陽毛尖茶園-許昌-胖東來超市-曹魏不夜城	汽車	早午晚	許昌五星酒店
第七天 4月14日 週二	護城河水上巴士-曹丞相府-鄭州-飛機-香港 參考航班：CX957 鄭州-香港 16:30-19:25	汽車/ 飛機	早午	溫馨的家



——報價及費用說明——

香港 往返	出發日期：2026年4月8日	
	CX952 香港-鄭州 12:45-15:20	時間約 2 小時 35 分鐘
	CX957 鄭州-香港 16:30-19:25	時間約 2 小時 55 分鐘
	報價	HK\$9100/人，已享受部分景區門票優惠（限港澳和大陸居民有效證件）
	60 周歲及以上	
	不滿 60 周歲	需補 HK\$400/人
成團人數：20 人/團		

若人數或行程細節有變動，則最終價格以確認行程為準。

航司/航班僅供參考，以實際出票為準。

費用包含：

1. 香港至鄭州往返經濟客位團體機票，機場稅；費用以政府及航空公司公佈為準，參加者或須補回差價；
2. 河南行程內 38 座或以上豪華旅遊大巴；
3. 住宿：當地五星標準酒店 6 晚住宿（標準雙人房,2 人 1 房）；若需安排單人房，補單人房附加費 HK\$1850 元/人；
4. 含行程所列 7 個早餐、12 個正餐（午餐標準 HK\$65/人、晚餐標準 HK\$75/人、藥膳宴特色餐標準 HK\$85/人、洛陽水席特色餐標準 HK\$135/人）；
5. 含行程中所列景點大門票、景點電瓶車費用；
6. 安達團體綜合保險（人身意外及醫療費用最高賠償合共\$600,000）及旅遊業議會規定購買的團費 0.15%印花稅；
7. 領隊、導遊、司機服務費；
8. 每天為每位參加者提供 1 支飲用水；
9. 為參加者各提供名牌、行李牌、行程手冊（紙質版）；
10. 提供車頭紙、橫額（不小於 300cm×80cm）。



— 詳細行程 —

天數	行程
D1	<p>香港-鄭州 (晚餐 宿：鄭州五星酒店)</p> <p>於香港機場集合，搭乘飛機前往河南鄭州。 (參考航班：CX952 香港-鄭州 12:45-15:20)</p> <p>抵達鄭州，遊覽【亳都新象】，鄭州商代都城遺址旁的城市更新典範，商都千年文脈在此煥發新生，鄭州首個「遺址+文創」沉浸式文化街區，以商代青銅紋飾為靈感，將甲骨文元素融入現代建築肌理，以「商潮」為主題打造沉浸式文化體驗空間。</p>
D2	<p>鄭州-洛陽 (早、午、晚餐 宿：洛陽五星酒店)</p> <p>酒店早餐，乘車前往焦作溫縣陳家溝太極拳文化區(車程約2小時)，體驗【太極拳教學】，這裡被譽為「太極故里」，是陳氏太極拳薪火相傳的根脈所在。首先參觀太極拳祖祠，通過祠內的史料、文物和壁畫，了解太極拳的起源、演變和流派傳承，追尋陳王廷創拳的歷史足跡，感悟「太極生兩儀」的哲學智慧。由陳氏太極拳傳人帶領，進行一場陳氏太極拳體驗課程，從最基礎的無極樁、纏絲功學起，在一招一式中體會太極拳松活彈抖、剛柔相濟的獨特魅力。</p> <p>午餐品嘗【懷藥養生宴】，此宴以四大懷藥(山藥、地黃、牛膝、菊花)為核心食材，結合本地新鮮蔬果與優質穀物，精心烹製出兼具美味與滋補的佳饈，不僅能品味地道風味，還能體驗溫縣獨特的飲食文化，是探索中原養生之道的絕佳方式。</p> <p>乘車前往洛陽(車程約2小時)，遊覽【洛邑古城】，仿照北魏都城風貌重建的文化旅遊區，融合了隋唐至明清建築風格，被譽為「中原渡口」。入口處矗立著北宋文峰塔，相傳供奉文曲星與魁星，象徵文化昌盛。塔後是新潭遺址，唐代曾為運河碼頭，碧水映橋，錦鯉嬉戲，垂柳拂岸，如詩如畫。古城內古跡眾多，包括金元城牆夯土臺和清代河南府文廟，漫步其間可感受千年歷史沉澱。</p> <p>晚餐品嘗【洛陽水席】，洛陽千年美食代表，以流水席形式及24道菜式得名，分前八品、四鎮桌、八中件、四掃尾，融合酸辣鮮香，水席注重食材本味，多用胡椒提香，湯汁勾芡，口感層次豐富。</p> <p>外觀【隋唐洛陽城應天門】夜景，這座始建於隋大業元年的宮城正門，曾是武則天登基稱帝的聖地，夜幕降臨後璀璨燈光點亮，宛如一座穿越時空的夢幻城堡，夜色中更顯恢弘壯麗。</p>



天數	行程
D3	<p>洛陽-樂川 (早、午、晚餐 宿：樂川五星酒店)</p> <p>酒店早餐，遊覽【洛陽牡丹園】，追溯至隋唐盛世，洛陽便與牡丹結下了不解之緣，牡丹以其雍容華貴之姿，被賦予了「花中之王」的美譽，成為皇家御苑中的寵兒。「洛陽地脈花最宜，牡丹尤為天下奇」，這句流傳千古的佳話，不僅道出了洛陽獨特的地理優勢，更彰顯了牡丹在此地的非凡地位。每年4月至5月牡丹盛放，不同品種牡丹形成五彩斑斕的景觀，牡丹園以「國色天香」聞名，花海面積超千畝，涵蓋九大色系牡丹，如姚黃、魏紫等名品，春季形成連綿的彩色波浪。</p> <p>遊覽【龍門石窟】，是中國三大石窟之一，被譽為世界文化遺產，始鑿於北魏、盛於唐代的世界文化遺產，依伊河兩岸對峙的龍門山與香山而建，現存2300餘座窟龕、10萬餘尊造像，是中國古代石刻藝術的巔峰之作。依次參觀潛溪寺、賓陽三洞、萬佛洞，最終抵達奉先寺仰望那尊高達17.14米的盧舍那大佛，其慈悲莊嚴的微笑，穿越千年時光，依然能帶來直擊心靈的震撼。在伊水潺潺、清風拂面的環境中，閉上雙眼，嘗試與這片承載了無數工匠信仰與智慧的历史場域進行深度對話，讓浮躁的心緒在历史的厚重感中慢慢沉淀。</p> <p>乘車前往樂川縣(車程約2小時)。</p>
	<p>樂川-南陽 (早、午、晚餐 宿：南陽五星酒店)</p> <p>酒店早餐，遊覽【老君山(含二級索道往返)】，秦嶺餘脈八百里伏牛山的主峰，也是道教中歷史最長的山脈。春秋時期，被公認為道教始祖的老子李耳到此歸隱修煉，使之成為「道源」(道教起源地)和「祖庭」(祖師之庭)，北魏始於其上建老君廟以紀念，唐貞觀十一年(西元637年)，唐太宗派尉遲敬德重修景室山鐵頂老君廟，並賜名為「老君山」，明萬曆三十一年(西元1603年)，明神宗詔諭老君山為「天下名山」，被譽為「中原第一峰」。這座道教聖山以其獨特的峰林景觀和終年繚繞的雲霧聞名，乘坐纜車緩緩上升，腳下雲海翻涌，群山漸次隱現，走在十里畫屏的懸空棧道上，彷彿漫步天際，奇峰怪石在雲霧中若隱若現，每一步都是全新的風景。金頂道觀群在陽光下熠熠生輝，與浩瀚雲海相映成趣。我們在這裡盡情取最將「遠赴人間驚鴻宴，一睹人間盛世顏」的絕美畫面永遠珍藏。</p> <p>乘車前往南陽(車程約3小時)，晚餐品嚐【養生藥膳宴】，以醫聖張仲景「藥食同源」為理念，精選伏牛山道地藥材與本地食材，均依據《本草綱目》古方改良，兼具美味與滋補功效，搭配青瓷餐具呈現「色香味形效」五美合一。</p>
D4	



天數	行程
D5	<p>南陽-信陽 (早、午、晚餐 宿：信陽五星酒店)</p> <p>酒店早餐，遊覽【南陽府衙】，又稱為南陽府署，始建於元世祖至元八年（西元 1271 年），面積 72000 平方米，衙門古建築有 30 多座共 140 餘間，總體佈局然保留了明清時期的格局和風貌，南陽知府衙門是中國清代唯一一座保存至今而且佈局依然完整的府衙建築。其中留存的明清時期楹聯牌匾多達 150 多個，涵蓋了當時社會的價值主張和法律文化。從執政理念到為官準則，從權力制約到公正公開，體現出為官者的胸懷、志向和修養，每一處細節都彰顯著法律與秩序的重要性。</p> <p>乘車前往社旗縣（車程約 1 小時），遊覽【賒店古鎮】，明清時期「萬里茶道」的重要樞紐，以九座城門和完整商埠風貌聞名，青石板路與木質門樓勾勒出中原商鎮的古樸輪廓，山陝會館的琉璃照壁與懸鑿樓戲臺展現清代三雕藝術精華，被譽為「天下第一會館」。漫步瓷器街，72 家老字型大小舊址訴說著昔日「金漢口，銀賒店」的繁華。乘車前往信陽（車程約 2.5 小時）。</p>
	<p>信陽-許昌 (早、午、晚餐 宿：許昌五星酒店)</p> <p>酒店早餐，遊覽【信陽毛尖茶園】，體驗【採茶】，早上的茶山雲霧繚繞，層層善善的茶園青翠欲滴。跟著茶農學習採摘技巧一芽一葉，輕撚慢取，信陽毛尖講究「一芽一葉」的標準，需用指尖輕提芽根，動作如行雲流水般輕柔，感受茶葉在指尖的鮮活。信陽毛尖的魂，深植於「淮南茶，光州上」的千年傳奇，陸羽在《茶經》中的讚譽，蘇軾「淮南茶信陽第一」的定調，讓這片茶園成為茶文化的活態博物館。</p> <p>乘車前往許昌（車程約 2.5 小時），自由遊覽【胖東來超市】，1995 年它從街頭巷尾的一家糖煙酒店起步，在波瀾壯闊的市場浪潮中，一步步發展壯大，近年來更是憑藉火爆人氣頻頻「出圈」，以「服務天花板」聞名，被稱為「沒有淡季的 6A 級景區」，這種「超市界海底撈」模式，成為國內零售業標杆。</p> <p>夜遊【曹魏不夜城】，青磚古巷映燈火，一步千年入魏都，夜幕下的曹魏古城，雕樑畫棟披上霓虹，南城門如巨龍盤踞，燈影裏仿佛聽見金戈鐵馬。登城樓俯瞰，整座古城化作琉璃世界，摔碗酒的脆響混著街頭藝人的琴音，連空氣都浸著建安風骨。</p>
D7	<p>許昌-香港 (早、午餐)</p> <p>酒店早餐，乘坐【護城河水上市】，護城河環繞許昌老城區，水質清澈，兩岸綠樹成蔭，歷史建築與現代景觀交相輝映。沿途可欣賞春秋樓、文峰塔等名勝古跡，感受三國文化與許昌歷史的厚重。參觀【曹丞相府】，原為東漢末年曹操處理軍政事務、</p>



天數

行程

頒佈屯田令與求賢令的核心場所，建安年間曹操迎漢獻帝遷都許昌，其府第歷經丞相府、魏王府至曹丕稱帝後皇宮基址的演變。

乘車前往鄭州機場（車程約 1 小時），搭乘飛機返回香港，結束愉快行程。

（參考航班：CX957 鄭州-香港 16:30-19:25）