沙巴簡介

沙巴，婆羅洲的簡稱，位於世界第三大島婆羅洲島的北上端，馬來西亞最東端，西臨南中國海，東臨蘇祿海與西裏伯斯海，面積7.25萬平方公裏。沙巴是一個多元文化的社會，由超過30種族群組成，其中以原住山民、巴夫、毛律為三大族，多信仰伊斯蘭教，使用馬來西亞語、華語、英文，這裏有著獨具凈樸的生活，也有著緊張緩步的經濟，沙巴素有「風下之都」的美譽之名，主要是因為沙巴位處於颱風帶，下雪，全年不受颱風和其他天災的襲擊影響，是馬來西亞的度假天堂。

沙巴小檔案

面積：76,115 平方公里
人口：約 2,980,700 萬人
語言：馬來語 / 語 / 中文 / 淡米爾文
時差：格林威治標準時間 (GMT) 快 8 小時
與中國、香港、台灣、澳門沒有時差。
景點：沙巴的精華景點有兩都比婆海洋國家公園、美人魚島、神山國家公園等知名景點，為沙巴旅遊的必訪景點。

稻城與亞丁 地球上最後一片淨土

位於四川西隅，氐羌西藏的甘孜藏族自治州。人口有80多萬、州內共有約20個少數民。

【稻城】清光緒年間，曾在此試種水稻因而取名稻城。稻城有數不盡的風光美景，就是看不到半畝稻田。稻城的北部是青藏高原最大的古冰遺跡--海子山自然保護區，自然景觀曠遠、原始、混沌，它的中部是開闊的河谷、草原、牧草豐茂、鮮花飄香。

【亞丁】自然保護區內有62個大大小小的高山湖泊和40多座高山，當中以品字排開的三座神山（北峰仙乃日6032公尺、東峰夏諾多吉5958公尺、南峰央邁勇958公尺）是保護區的核心。

走訪景點 巴姆聖山、亞丁風景區、海子山、貢嘎郎吉嶺寺、崩波寺

中甸 仙境香格里拉

世界有幾個地方都自稱是小說消失的地平線中的香格里拉，雲南的中甸是其中之一。虛構中香格里拉的國度，是個充滿東方神秘色彩，信仰藏傳佛教存在於靜謐山谷中的理想國度，在雲南、西藏、不丹尼泊爾有許多符合此原型的地點，香格里拉縣也是其中之一。藏傳佛寺松贊林寺是香格里拉縣最知名的景點。

走訪景點 金沙江第一灣、屬都湖、碧塔海、虎跳峽

麗江 位於雲南省西北部雲貴高原與青藏高原的連接部位，北連迪慶藏族自治州，南接大理白族自治州，西鄰怒江傈僳族自治州，東與四川涼山彝族自治州和攀枝花市接壤。麗江市建於宋朝，城內有多種民族交雜居住，之後逐漸發展至明清最盛，在90年即被劃入世界文化遺產保護，以傑出有情調的生活為其特色。

走訪景點
中國歷史文化名城、世界遺產【麗江古城】
玉龍雪山下最大的神泉【玉水寨】
麗江納西族自治縣境五大喇嘛寺之一【玉峰寺】
明代滇西北的重要集鎮【東河古鎮】

大理 是白族自治區的中心，組成民族以白族為主。在唐朝時，白族統合附近部族建立南詔國並對唐朝產生威脅，唐朝南征軍多次被擊敗，後來改權替換改號大理國，經五代十國，北宋南宋，被蒙古元軍所滅亡，共有五百多年的國祚，崇聖寺三塔、古城遺跡是大理市最知名的景點。

走訪景點 大理古城、洋人街、洱海、三塔寺、蒼山

昆明 是雲南最大的都市，從建立以來一直扮演重要的西南方政治中心的角色。三國時代諸葛亮在此社建寧都、元代滅大理後將行政中心由大理遷至昆明，後來在反清、討袁、抗日等等時期，昆明都成為作為反抗勢力的重要根據地。今天的昆明民族組成已經由漢人為主、滇池四季如春的亞熱帶高原自然景觀和周邊人文景觀，是昆明最知的名景點。

走訪景點 滇中第一佳境之譽【西山森林公園】、天下第一長聯處【大觀樓】、昆明的象徵【金馬碧雞坊】