阿尔泰夏季迁徙与徒步

DAY 01 : 吉隆坡 — 乌兰巴托（10小时40分）

临晨搭乘中国航空飞往乌兰巴托，于北京转机，同一天上午抵达蒙古首都乌兰巴托。接机送往特勒吉国家公园（Terelj National Park）的度假屋，初步体验蒙古自然风光。

DAY 02 : 乌兰巴托 — 乌勒盖—Dayan（2小时飞程，6小时车程）

早上送往机场，搭乘内陆航班飞往蒙古西部阿尔泰的乌勒盖（Olgii），抵达后乘车前往牧民的春季牧场Dayan，与牧民毗邻而居，看他们如何为隔日的迁徙做准备。

DAY 03 : Dayan — Tastibulak（徒步12km）

这一天，随着牧民从春季牧场迁徙到夏季牧场，与动物一起前进，包括羊、牦牛、骆驼、马等。阿尔泰的牧民每年随着季节的变化而迁徙，冬季迁徙最为艰难，但夏天，只需一天时间就能完成迁徙。

海拔：1900m – 2200m

DAY 04 : Tastibulak – Khoton湖（45公里车程，12公里徒步）

今日与迁徙的牧民告别，驱车前往下一站。中午野餐后，到Baga Turgen瀑布来个轻徒步，一路经过花开满地的草原，直至抵达阿尔泰雪水融化而形成的瀑布。之后前往当晚营地Khoton湖。

海拔：2000米

DAY 05 : Khoton湖 – Ak Su（45公里车程）

从Khoton湖驱车前往Ak Su河谷，也被称为“白水河”（white water river），因河水呈现奶白色而得名。Ak Su河谷也是夏季放牧地，夏天牧民聚集在一块享受他们最喜欢的一个季节。

海拔：2100米

DAY 06 : Ak Su — 熊谷（徒步16公里）

第一天徒步。大背包和帐篷以及炊具等物件将由骆驼和马匹驮运，个人背着小包轻装上阵。熊谷（Bear Valley）徜徉在美丽的大地之间，土壤肥沃，有许多的野生动物，以及清澈的溪流和空气，晚上在此扎营。

海拔：2000m – 2450m

DAY 07 : 熊谷 — Khar Salaa（徒步18公里）

第二天徒步。今日将翻越Tahiltin Davaa垭口（3200米），要从阿尔泰山脉南端进入Khar Salaa河谷，这是唯一也是最高的垭口，这段攀升与下降的崎岖石头路段，将让你领略到蒙古的辽阔。晚上野外扎营。

海拔：2450m – 3200m – 2300m

DAY 08 : Khar Salaa — Tsagaan Gol（徒步14公里）

第三天徒步。途中沿着Tsagaan河前进，这是蒙古其中一条最美丽的河，贯穿塔弯博格多国家公园（Tavan Bogd）。徒步至当天目的地Tsagaan Gol山谷，扎营过夜。途中也会经过圣山 Shiveet Khairkhan 的西侧。Khar Salaa山谷也有机会遇见图瓦游牧民族。

海拔：2300 – 2400m

DAY 09 : Tsagaan Gol — Malchin大本营（徒步15公里）

第四天徒步。当天目的地是塔弯博格多大本营（Tavan Bogd Base Camp）。塔弯博格多意思是5座圣山，其中的一座Malchin峰，将是隔日要挑战并登顶的山峰。沿途欣赏群峰耸立的壮阔景色，徒步至国家公园内最长的冰川Potanin，在冰川边缘扎营过夜。

海拔：2400m – 3000m

DAY 10 : 大本营 — Malchin峰 — 大本营（徒步12公里）

第五天徒步。从山脚到Malchin顶峰的距离虽然只有3公里，但海拔攀升从3000米至4050米，幅度大。早上于大本营出发，沿着Potanin冰川徒步约一个小时，来到Malchin山脚下，地形开始逐渐转成混合岩石和碎石，并在3300米处变得陡峭，攻顶可能耗时5小时。这是一条非技术性路线，但需要毅力才能欣赏到山顶的壮丽景色—北侧是俄罗斯，西侧是中国。之后回到大本营。

海拔：3000m – 4050m – 3000m

DAY 11 : 大本营 — 乌勒盖（徒步15公里，200公里车程）

第六天、也是最后一天徒步。从大本营返回Tsagaan Gol，午餐后坐上车子一路向乌勒盖前进，晚餐时分抵达。好好洗个澡，结束扎营的日子。

DAY 12 : 乌勒盖

休闲的一天。午餐过后到市区闲逛，购物或泡咖啡馆，下午前往了望台俯瞰乌勒盖城市全貌，之后回到住宿地。晚上欢送会上准备了小型音乐会，观赏传统音乐表演。

DAY 13 : 乌勒盖 — 乌兰巴托（2小时飞程）

一早送往机场，搭乘内陆航班返回乌兰巴托。抵达乌兰巴托，在市区转悠，感受蒙古首都的现代化气息。

DAY 14 : 乌兰巴托 — 吉隆坡（11小时10分）

早餐过后送往机场，经北京转机，于深夜抵达家园。结束美好旅程。

价格详情

团费包括：

1. 住宿
    - 乌兰巴托酒店标准间，两人一房
    - 阿尔泰地区扎营（9天），2人一个帐篷
    - 乌勒盖，游客蒙古包营地，多人间，可能男女混居
2. 交通（内陆往返机票，所有陆路交通）
3. 健行装备与用具（帐篷/睡垫/睡袋/露营厕所/厨具等）
4. 当地支援团队（驼队/向导/厨子/助手）
5. 国家公园门票与边疆准证
6. 膳食（乌兰巴托期间不包）

团费不包括：

1. 国际机票（吉隆坡—乌兰巴托往返，建议采用中国国航，预估机票价从RM4,000起； 一旦成团，LevArt将通知团员自行上网订购）
2. 在乌兰巴托期间的膳食，预估USD 100
3. 自由活动期间的开销/选择性活动及娱乐
4. 小费（约USD 120）
5. 任何预料不到的天灾（如公路中断、由氣象导致的班机延迟或行程延误等）导致的额外费用
6. 国际旅游保险（LevArt不承担由于投保不足或没有旅游保险而导致的任何损失）

温馨提醒：

- 马来西亚和新加坡国籍免蒙古签证。
- 温度介于0°C -20°C，需注意保暖。
- 在高原地区和边境地带徒步，存有一定的不确定性，若有必要，行程会依据当时的天气、路况、团员状态而做出更改。
- 徒步期间身处野外，缺乏旅游设施。
- 参加的团友建议在出发前几个月多加锻练体力（如跑步，游泳，健身等）。

难度评估: 4★

- 徒步难度：中等
- 徒步路况多变且挑战
- 山区天气多变，早晚温差大，随时一天经历四季或风雪
- 有些天徒步时间长：10-12小时
- 多天睡帐篷，可能会影响睡眠质量
- 多天无法洗澡
- 途中缺乏厕所，需野外就地解决
- 有高原反应风险

- 乘车路途颠簸