

尼泊爾 島峰 Island Peak 攀登 15 天



- 出發日期： 未訂
- 費用： 每位 \$ 元
因應航空票價變動、匯率、原油價格等因素，會於出隊兩個月前最後確認活動費用
- 費用包含： 山下行前會議、活動小手冊、往返經濟艙機票、兵險、機場稅、當地食宿、交通、領隊小費、保險、簽證費用、行政費用等等。
- 訂金： 每位 \$25,000 元需於出團 1 個月前繳交
- 活動等級： B 級適合健腳
- 行程特色： 全程挑夫負責行李輕走—小費請自付

日期	行程內容
第一天	台北/香港/加德滿都 下午搭機經香港，飛往尼泊爾首都加德滿都，抵達後接往飯店休息。 宿 3 星級旅館。
第二天	加德滿都/魯克拉 Lukla2840m-法克定 Phakding2610m-孟鳩 Monjo 2835m(健行約 6 小時) 上午搭機往魯克拉機場，展開喜瑪拉雅山聖母峰基地營之旅。先下降沿 Dudh Koshi 河谷前往，經法克定 Phakding，於 Benkar 跨河前可欣賞 Kusum Kanguru 山 6367m 及 Thameserku 山 6608m 雄姿，在孟鳩過夜。 宿山屋。
第三天	孟鳩-南崎巴札 Namche Bazar3440m (健行約 4 小時) 上午於 Jorsale2740m 進入 Sargamatha 國家公園，於 Dudh Koshi 河及 Bhothe Koshi 河會合處，越過長吊橋開始爬升至南崎巴札 Namche Bazar3440m 過夜。南崎巴札以前是中尼重要貿易中心，現在則是登山準備大本營。下午高度適應，可利用時間到國家公園總部參觀展示的雪巴族文物。 宿山屋。
第四天	南崎巴札-湯坡崎 Tyangboche3860m (健行約 7 小時) 今天先爬升越過山坡，此處可首見聖山 Ama Dablam、Lhots Shar 峰、Taboche 峰等續下石階路到 Phunki Tenga3250m，可見用水力推動的轉輪，越過 Dudh Koshi 河上坡至湯坡崎 Tyangboche3860m，沿途經過冷杉、檜樹及杜鵑花林。湯坡崎是昆布地區的宗教中心，著名的湯坡崎喇嘛寺，值得一訪。 宿山屋。

第五天	<p>湯坡崎-丁伯崎 Dingboche4410m (健行約 6 小時)</p> <p>早上下坡林相與昨天一樣，幸運可見野雉現身，越過 Imja Khola 河，沿途聖山 Ama Dablam 相伴，抵潘坡崎 Panboche3930m。下午往河上游爬升，經過冰河區抵丁伯崎 Dingboche 4410m 過夜。</p> <p>宿山屋。</p>
第六天	<p>丁伯崎-區昆 Chukung(健行約 3 小時)</p> <p>丁伯崎位於 Ama Dablam 山腳下，上午由此前往區昆 Chukung4730m，可觀賞 Lhots 峰南壁、島峰 Island Peak 及諸多插天雪峰。下午自由行動，適應高度。</p> <p>宿山屋。</p>
第七天	<p>區昆-島峰基地營 5087m (健行約 4 小時)</p> <p>今天往東經洛子 Lhotse 冰河冰磧石區，到島峰下 Imja 冰河的邊緣，宿營於 Pareshaya Gyab (5087m)的基地營，下午適應高度。</p>
第八天	<p>島峰基地營-高地營 High Camp5500m (健行約 4 小時)</p> <p>上午適應高度，下午約 4 小時攻往高地營，一路路況良好。扎營於約 5500m 處。</p>
第九天	<p>高地營 High Camp – 攻頂-島峰基地營-區昆 Chukung (健行約 6+6 小時)</p> <p>凌晨 3 點出發，小心踏冰河而上，至寬廣雪地處，由此開始頂峰最後攀登，延架設繩索攀爬約 100 公尺即可登上 6189m 的島峰頂上(原名 Imja tse)。</p> <p>島峰是尼泊爾開放供人攀爬的中級雪峰之一，也是攀登 8000 公尺以上高峰的試腳山。</p> <p>在島峰頂上北方矗立的是聖母峰及 8501m 的洛子峰，南邊是 Amphu Labsta 及 Mera Peak，Ama Dablam 則在西邊。</p> <p>原路小心回基地營收拾行李，再沿 Imja 谷地回區昆過夜。</p>
第十天	<p>區昆-丁伯崎-潘坡崎 Panboche3930m – 波茲 Phortse3810m(健行約 7 小時)</p> <p>今天續沿 Imja Khola 河谷，經丁伯崎、潘坡崎 Panboche3930m，抵雪巴村 Phortse 過夜。</p> <p>宿山屋。</p>
第十一天	<p>Phortse -Khumjung 昆仲 3780m-南崎巴札 (健行約 5 小時)</p> <p>今天到另一山中大鎮 Khumjung 昆仲 3780m，抵達後附近走走，參觀希拉雷登山學校、鬍牛農場等，可在此登觀聖母峰山丘與聖母峰道別。晚上舉行慶功宴，歡慶行程成功。</p> <p>宿山屋。</p>
第十二天	<p>南崎巴札-魯克拉 (健行約 7 小時)</p> <p>最後一天的健行是經 Jorsale、法克定回到魯克拉，與挑夫道別。</p> <p>宿山屋。</p>
第十三天	<p>魯克拉/加德滿都</p> <p>搭機飛回加德滿都，可自由前往 Thamel 區逛街購物。</p> <p>宿 3 星級旅館。</p>
第十四天	<p>加德滿都</p> <p>全天市區觀光，包含德霸廣場、巴丹市、猴廟、黃金寺、聖河及大佛塔等。</p>
第十五天	<p>加德滿都/香港/台北</p> <p>上午搭機經香港轉機回台北，結束難忘的聖母峰基地營之旅。</p>