**西欧最高峰勃朗峰攀登－古特木屋线 8 Days**

日内瓦-霞慕尼...-图尔冰川的右岸-攀登白头峰-攀登南高峰-拉夏峰-红头峰-霞慕尼

线路类型：登山

天数：8天

**综合强度：5星**

最小参团年龄：12岁

参考成团人数：4-12人



**它是西欧的最高峰，它是阿尔卑斯山脉的象征，它是海拔4810米的勃朗峰！前往现代登山运动的起源地朝圣，应该是每一位登山爱好者的梦想；古特木屋线是几条攀登路线中最受欢迎的，难度也是最低的，可以体验基础的冰雪和冰川行走，学习处理不规则岩石和混合路面。整个行程的安排，从南高峰到拉夏峰时的忐忑不安，从红头峰到古特峰的迫不及待，从古特鼓包到勃朗峰登顶的激动不已，高潮迭起，让我们一起启程吧！**

|  |
| --- |
| **行程亮点：** |

▪ 登顶勃朗峰，体验一览众山小的豪迈；

▪ 阿式攀登学习交流，行走攀登技术装备使用等技巧培训；

▪ 合理的向导比例，专业高山领队保驾护航；

▪ 朝圣霞慕尼，感受阿尔卑斯山区攀登氛围；

▪ 精选古特木屋线，保证较高的登顶率。

**行程难度分级：**

本行程的难度级别为**5星**。（请参见行程后的户外难度等级说明）

|  |
| --- |
| **行程安排** |

**Day 1** **到达日内瓦（Geneva） - 霞慕尼...（Chamonix...）**

**行程：**

**出于您出行方便的考虑以及保证行程的顺利进行，我们建议您选择当天下午18点前抵达的航班**

始发地航班前往日内瓦，机场接机随即乘坐小巴前往法国户外小镇夏慕尼住宿。

**住宿**：霞慕尼...精品酒店

**餐饮**：早餐；午餐（自理）；晚餐

|  |  |
| --- | --- |
|  | **人文亮点：** |

**霞慕尼...**

霞慕尼小镇，因坐落于欧洲屋脊阿尔卑斯山最高峰——勃朗峰脚下而享誉世界。霞慕尼拥有欧洲最高、最好的缆车，能从山脚直达高度3842米的南针峰。1955年，霞慕尼的缆车道正式启用，它将海拔1035米的霞慕尼和海拔3842米的南针峰（Aiguille du Midi）连接起来。霞慕尼小镇除了滑雪和登山更有刺激非凡的直升飞机游览和空中跳伞活动。直升飞机游览从山脚出发，全程45分钟左右，可以观赏到勃朗峰的全貌。每年1月初－2月底是欧洲滑雪的最旺的季节，也是霞慕尼滑雪最旺的季节，全世界的滑雪爱好者都会聚集这里。

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 2** **图尔冰川的右岸（图尔冰川的右岸）**

**行程：**

领队分配专业的登山装备（有可能需要租赁）。简单的讲解过后，我们朝着图尔的一座小镇进发，从那里搭乘上坡的牵引装置前往巴尔姆山口。继续向前，我们在坐落在图尔冰川右岸的高山小屋Albert 1er歇脚（海拔2702米）。整个下午，我们在一片天蓝蓝雪茫茫的世界中度过，开启关于冰川和白雪的第一堂课。

**住宿**：图尔冰川的右岸特色高山小屋

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（野餐）；晚餐

**徒步时间**：4-5小时

**累计升降**：+450米

**最高海拔**：2702米

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 3** **攀登白头峰（攀登白头峰）**

**行程：**

穿上鞋底钉，换好一身装备，我们向白头峰进发。这是一座最高海拔3429米的高峰。随后我们在图尔连绵的山峰间穿行，寻找纯白世界里的感动。今晚，我们在Trient小镇的小屋中过夜。

**住宿**：攀登白头峰特色高山小屋

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（野餐）；晚餐

**徒步时间**：6-7小时

**累计升降**：＋850，-850米

**最高海拔**：3429米

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 4** **攀登南高峰（攀登南高峰）**

**行程：**

我们从位于Trient小镇的小屋出发，攀登南高峰（海拔3235米）。随后我们返回高山小屋Albert 1er稍作歇息。我们乘坐缆车，在一座座美丽的村庄上空一路向下。缆车站，不知道见证了多少成功的喜悦和失败的沮丧。当我们返回夏慕尼的营地时，领队会结合当天的天气预报和山况决定接下来的行程安排。同时，他也将为我们准备攀登勃朗峰所需的装备设施。

**住宿**：攀登南高峰帐篷营地

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（野餐）；晚餐（营地餐）

**徒步时间**：6-7小时

**累计升降**：＋400,-1000米

**最高海拔**：3235米

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 5** **拉夏峰（拉夏峰） - 红头峰（Aiguille Rouge）**

**行程：**

开启攀登勃朗峰的行程。我们首先乘坐Bellevue的索道，随后转乘勃朗峰的有轨电车直到拉夏峰。今天的徒步从Rognes的小道开始。小道沿着峡谷向前延伸，我们从高处向下俯瞰，Goûter峡谷的美景尽收眼底。向北前行，眼前的路突然宽敞起来，一大片被白雪覆盖的平地朝着远处铺展。路的尽头坐落着红头峰全新的高山小屋。下午不再安排别的活动，看看不远处比奥纳塞峰的美丽风景，为明天的行程养精蓄锐。

**住宿**：红头峰特色高山小屋

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（野餐）；晚餐

**徒步时间**：3-4小时

**累计升降**：＋800米

**最高海拔**：3167米

|  |  |
| --- | --- |
|  | **人文亮点：** |

**红头峰**

红针峰是法国阿尔卑斯山萨瓦省瓦努瓦瓦地块北部的一座山峰。它位于Mont Pourri的北部，在Bourg-Saint-Maurice和Villaroger公社领土的边界上

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 6** **霞慕尼（Chamonix）**

**行程：**

清晨出发，我们专业的高山领队早已门外等候多时。待队员们都换上合适的装备，我们朝着古特峰高山小屋前进。一条狭窄的小路向前延伸，两边便是陡峭的岩壁，这是一条常有山石下落的小径。不用担心，我们专业的高山领队会给予我们最有效的建议和最及时的帮助。绳索连接着队员们的身体，双手联通了队员们的心，大家相互鼓励，互相帮助，共同向前。古特峰的高山小屋就好像一座观景台，从里向外望去，云海翻滚，冰川闪耀。

如果勃朗峰明天的天气情况不明朗，我们选择今天直接登顶（途中在古特峰高山小屋稍作休息）。基于天气情况和队员人数，领队将做出最适合的决定。

**住宿**：霞慕尼特色高山小屋

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（野餐）；晚餐

**徒步时间**：3-4小时

**累计升降**：＋650米

**最高海拔**：3817米

|  |  |
| --- | --- |
|  | **人文亮点：** |

**霞慕尼**

霞慕尼小镇，因坐落于欧洲屋脊阿尔卑斯山最高峰——勃朗峰脚下而享誉世界。霞慕尼拥有欧洲最高、最好的缆车，能从山脚直达高度3842米的南针峰。1955年，霞慕尼的缆车道正式启用，它将海拔1035米的霞慕尼和海拔3842米的南针峰（Aiguille du Midi）连接起来。霞慕尼小镇除了滑雪和登山更有刺激非凡的直升飞机游览和空中跳伞活动。直升飞机游览从山脚出发，全程45分钟左右，可以观赏到勃朗峰的全貌。每年1月初－2月底是欧洲滑雪的最旺的季节，也是霞慕尼滑雪最旺的季节，全世界的滑雪爱好者都会聚集这里。

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 7** **霞慕尼（Chamonix）**

**行程：**

清晨2点起床，简短的吃一下早餐，我们向着勃朗峰发起最后的冲击。这注定是不平常的一天！我们沿着宽阔的雪坡翻上古特鼓包。雪坡并不陡峭，我们只需要掌握前进的节奏和攀登的技巧。随着夜色渐渐消失，海拔4303米的古特鼓包已经在我们的脚下了。当白天到来，我们已经到达专门用于救援的无人木屋瓦洛木屋。

山尖的空气稀薄，阳光更显得跳跃而充满活力。我们继续向前！渐渐的，雪坡变成了狭窄而陡峭的山脊，大小博斯横在我们的眼前。拉紧我们的绳索，这是最后的挑战。一步一个脚印，我们艰难而沉稳的前进。当视线逐渐开阔起来，勃朗峰突然出现在我们眼前。欢迎来到海拔4810米！

我们沿原路返回，在古特峰高山小屋稍作休息。途中我们会经过翼巢，在那里经常出没着令人惊奇的野山羊。我们在晚间返回日内瓦。

**住宿**：霞慕尼精品酒店

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（野餐）；晚餐

**徒步时间**：8小时以上

**累计升降**：+1000/-2750米

**最高海拔**：4810米

|  |  |
| --- | --- |
|  | **人文亮点：** |

**霞慕尼**

霞慕尼小镇，因坐落于欧洲屋脊阿尔卑斯山最高峰——勃朗峰脚下而享誉世界。霞慕尼拥有欧洲最高、最好的缆车，能从山脚直达高度3842米的南针峰。1955年，霞慕尼的缆车道正式启用，它将海拔1035米的霞慕尼和海拔3842米的南针峰（Aiguille du Midi）连接起来。霞慕尼小镇除了滑雪和登山更有刺激非凡的直升飞机游览和空中跳伞活动。直升飞机游览从山脚出发，全程45分钟左右，可以观赏到勃朗峰的全貌。每年1月初－2月底是欧洲滑雪的最旺的季节，也是霞慕尼滑雪最旺的季节，全世界的滑雪爱好者都会聚集这里。

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Day 8** **日内瓦（Geneva）；返程或继续延展行程**

**行程：**

参观日内瓦，轻轻地和日内瓦说声再见，带着一路风尘，怀着登顶时的喜悦踏上归国的路。

**住宿**：自理

**餐饮**：早餐（酒店）；午餐（自理）；晚餐（自理）

|  |  |
| --- | --- |
|  | **人文亮点：** |

**日内瓦**

日内瓦（Geneva）是瑞士第二大城市，位于日内瓦湖西南角，湖上的大喷泉是日内瓦的象征，日内瓦湖光山色四季皆具吸引力，它同时是世界各国际机构云集的国际化城市。日内瓦以其深厚的人道主义传统，多彩多姿的文化活动、重大的会议和展览会、令人垂涎的美食、清新的市郊风景及众多的游览项目和体育设施而著称于世。日内瓦也是世界钟表之都，钟表业与银行业成为日内瓦的两大经济支柱。

日内瓦也是一座世界著名的国际化都市，在两次世界大战之间，国际联盟的总部就是设立在此地。日内瓦在国际上享有的高知名度主要得益于这里无数的国际组织或办事处，包括有红十字会的总部。属于联合国的组织有世界卫生组织、联合国日内瓦办事处等。

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**行程说明：**

**特别注意：**仅为品牌宣传和目的地渲染所制作的部分微信稿和其他类似宣传海报，视频等，不作为我方最终准确的细节行程依据，同时也不作为报价的依据。

以上宣传内容为展示内容，仅供参考。感谢理解。

|  |
| --- |
| **参考酒店清单** |

**住宿说明：**

鉴于户外行程的特殊性，我方对于酒店 / 住宿的定义，可能包括：

1. 标准酒店（独立卫浴）；

2. 酒店式公寓（我方为独立的公寓，公寓内我方自己团员公用卫浴，比如四室两厅两卫）；

3. 高山小屋（多人间，一般为公用卫浴）；

4. 特色营地：2-4人间；一般公用卫浴，部分独立卫浴；

**非经特别说明，我们所有的住宿均为酒店或者酒店式公寓（大床或者双床需要提早预约，默认是双床）；**

所有最后的住宿清单，请以我方最终发送的**排期行程文件（含具体行程日期）和行程确认书**为准。我方会给予最为准确的说明。

|  |
| --- |
| **参考餐饮清单** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **早餐** | **午餐** | **晚餐** |
| Day 1 |  | 自理 |  |
| Day 2 | **酒店** | **野餐** |  |
| Day 3 | **酒店** | **野餐** |  |
| Day 4 | **酒店** | **野餐** | **营地餐** |
| Day 5 | **酒店** | **野餐** |  |
| Day 6 | **酒店** | **野餐** |  |
| Day 7 | **酒店** | **野餐** |  |
| Day 8 | **酒店** | 自理 | 自理 |

|  |
| --- |
| **户外补充说明** |

**本行程所涉及的户外活动及难度级别：**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **徒步** | **骑行** | **登山** | **漂流** | **浮潜** | **潜水** | **航行** | **游猎** |
| **0.5星（亲子）** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1星** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2星** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3星** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4星** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5星** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6星** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7星** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**难度级别说明如下：**

**0.5星（亲子）**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 完全针对中国的家庭和孩子的实际情况，分为4-6岁组，6-12岁组以及12岁以上组； |
| **设计理念：** | 户外启蒙； |
| **强度：** | 每天的行走时间不超过2小时，可能涉及以徒步、登山或漂流为代表的各种运动组合，专门为中国市场定制的难度等级，一般来说适合所有4岁以上的孩子 |
| **户外风险：** | 完全可控；极低；全套专业和规范流程； |
| **参加要求：** | 身体健康；满足年龄需求；无需任何户外经验；无需任何特殊户外装备； |

**1星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 针对没有任何户外经验，或者有1年以内户外经验；追求不一样的旅行体验的体验性人群； |
| **设计理念：** | 户外教育；户外进阶；不一样的旅行； |
| **强度：** | 每天的行走时间不超过4小时，可能在公路，步道，山野小径 |
| **户外风险：** | 完全可控；较低；全套专业和规范流程； |
| **参加要求：** | 身体健康；对体验旅行的理念有认知并认同；无需任何户外经验；基础户外装备； |

**2星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 针对没有任何户外经验，或者有1年以内户外经验；追求不一样的旅行体验的体验性人群； |
| **设计理念：** | 户外教育；户外进阶；不一样的旅行； |
| **强度：** | 每天的行走时间在4-5小时，可能在公路，步道，山野小径，或者峡谷穿越 |
| **户外风险：** | 完全可控；较低；全套专业和规范流程； |
| **参加要求：** | 身体健康；对体验旅行的理念有认知并认同；无需任何户外经验；基础户外装备； |

**3星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 需要有**1年以上**户外经验或者完全符合需求的体力；追求不一样的旅行体验的体验性人群；**可能需要接受我们的电话访问**； |
| **设计理念：** | 户外教育；户外挑战；户外改变你的世界； |
| **强度：** | 每天的平均徒步时间5小时，平均爬升度在600-800米，平均徒步距离15公里 |
| **户外风险：** | 有一定户外风险；安全完全可控；全套专业和规范流程； |
| **参加要求：** | 身体健康；对体验旅行的理念有认知并认同；需要一定户外经验；需要相应的户外装备；无需特别的技术装备； |

**4星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 需要有**1年以上**户外经验或者完全符合需求的体力；追求不一样的旅行体验的体验性人群；**可能需要接受我们的电话访问**； |
| **设计理念：** | 户外教育；户外挑战；户外改变你的世界； |
| **强度：** | 每天的平均徒步时间6小时，平均爬升度在700-1000米，平均徒步距离15-18公里，可能有部分路段高海拔 |
| **户外风险：** | 有一定户外风险；安全完全可控；全套专业和规范流程； |
| **参加要求：** | 身体健康；对体验旅行的理念有认知并认同；需要一定户外经验；需要相应的户外装备；无需特别的技术装备； |

**5星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 需要**2年以上**户外经验；对于体力要较高需求；追求不一样的旅行体验的体验性人群；**需要接受我们的电话访问和筛选**； |
| **设计理念：** | 户外挑战；户外改变你的世界； |
| **强度：** | 每天的平均徒步时间6-7小时，平均爬升度在1000米以上，同时/或者平均徒步距离20公里，部分路段高海拔，可能包含部分登顶（容易） |
| **户外风险：** | 有户外风险；全套专业和规范流程；需要对风险和难度有心理认知； |
| **参加要求：** | 身体健康；对户外旅行的理念有认知并认同；需要2年以上户外经验；需要相应的户外装备；可能需要特别的技术装备； |

**6星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 需要**2年以上**户外经验；对于体力要较高需求；追求不一样的旅行体验的体验性人群；**需要接受我们的电话访问和筛选**； |
| **设计理念：** | 户外挑战；户外改变你的世界； |
| **强度：** | 每天的平均徒步时间7-8小时，平均爬升度在1000米以上，同时/或者平均徒步距离20公里，部分路段高海拔，部分路段需要结组，需要具备阿式登山技巧 |
| **户外风险：** | 有户外风险；全套专业和规范流程；需要对风险和难度有心理认知； |
| **参加要求：** | 身体健康；对户外旅行的理念有认知并认同；需要2年以上户外经验；需要相应的户外装备；可能需要特别的技术装备； |

**7星**

|  |  |
| --- | --- |
| **人群：** | 需要相应领域的成熟户外经验；对体力和毅力都有完美的需求；追求高难度等级的户外挑战和极限之美；需要接受我们的履历筛选和实地考察； |
| **设计理念：** | 户外挑战；极限户外； |
| **强度：** | 每天的平均徒步时间超过8小时，平均爬升度在超过1000米，同时/或者平均徒步距离20公里以上，部分路段高海拔，部分路段需要结组，需要具备阿式登山技巧 |
| **户外风险：** | 有较强户外风险；全套专业和规范流程；需要充分了解风险； |
| **参加要求：** | 不做定义；按实际选择线路，活动和日期量身定制； |

|  |
| --- |
| **来自我们的专业外籍户外领队：户外出行提醒 & 户外装备建议** |