



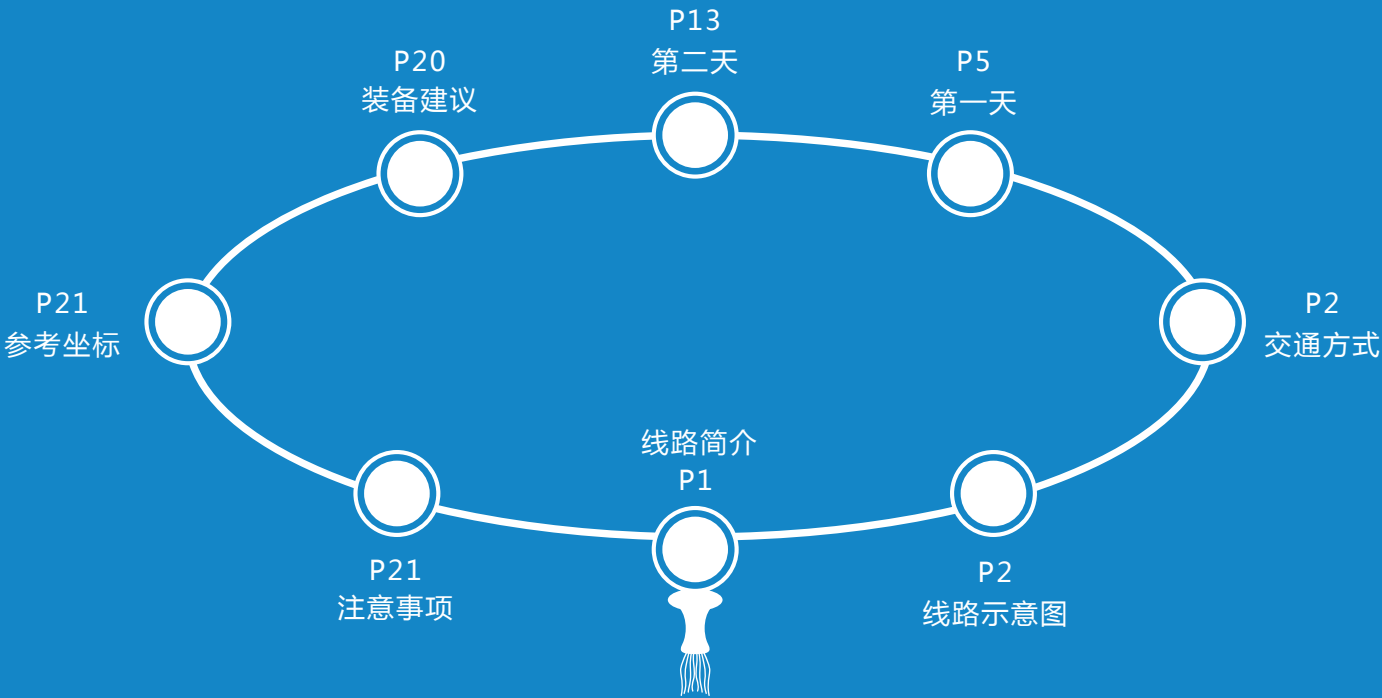
玩转户外全天候



100条徒步路线之
长坪沟毕棚沟

长坪沟毕棚沟

作者：田立锋



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

四姑娘山长坪沟毕棚沟穿越

四川盆地自古就被称为“天府之国”。成都平原四周天险环绕，交通不便，致历史上兵祸战乱不至过多殃及此地，不像中原地区历朝饱受战乱之苦，生产力没有遭受过大的破坏。加上自战国时期李冰主持修建都江堰后彻底铲除了水患，气候温和、物产丰饶的巴蜀之地从此成为人间天堂，故有“少不入川，老不出蜀”一说。

进入四川盆地的道路自古艰险让人心生畏惧，所谓蜀道难难于上青天。但在户外运动逐渐兴起的今天，四川盆地周围的山地，尤其是位于四川西部的川西高原却成为了户外运动的天堂。这里有雄伟的贡嘎雪山、四姑娘山；也有景色秀丽的海螺沟、长坪沟，山地资源极为丰富，自然环境良好，更有众多的未登峰吸引着世界各地的户外运动爱好者。

本攻略介绍的就是位于川西高原上，四姑娘山地区一条经典的徒步穿越路线：长坪沟-毕棚沟穿越。野外行程3天2夜。

8264徒步线路强度指数：23.6（中轻度强度）

8264徒步线路危险度指数：15.4（中低危险度）

最佳穿越时间：每年五一至十一

人员要求：有一定户外运动经验，体能较好的驴友



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

交通方式

起点：

四川省阿坝藏族羌族自治州小金县日隆镇

终点：

四川省阿坝藏族羌族自治州理县毕棚沟景区

如何从成都到达徒步起点



公共交通

1、在成都茶店子长途汽车站乘坐成都-小金的长途汽车，每天早晨6:30开始发车，间隔半小时一趟直到早8点，票价40元。或者从成都西门汽车站乘坐成都-小金的长途汽车，早6:40和7:30各一班，票价37元。

茶店子车站电话：028—87506610

2、在成都到小金途中，过夹金山以后，在达维乡下车。

3、从达维乡可以找到去日隆镇的车，约20分钟路程，15元/人。

全程耗时约11小时，当天即可到达日隆镇。

自驾或包车

包车越野车约5小时从成都到日隆镇，约150元/人，需要提前联系向导和司机

注意：

如果自驾从汶川方向到日隆镇会近一些，但中途会有交通管制，分单双日放行不同方向。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

如何从徒步终点返回成都

公共交通：

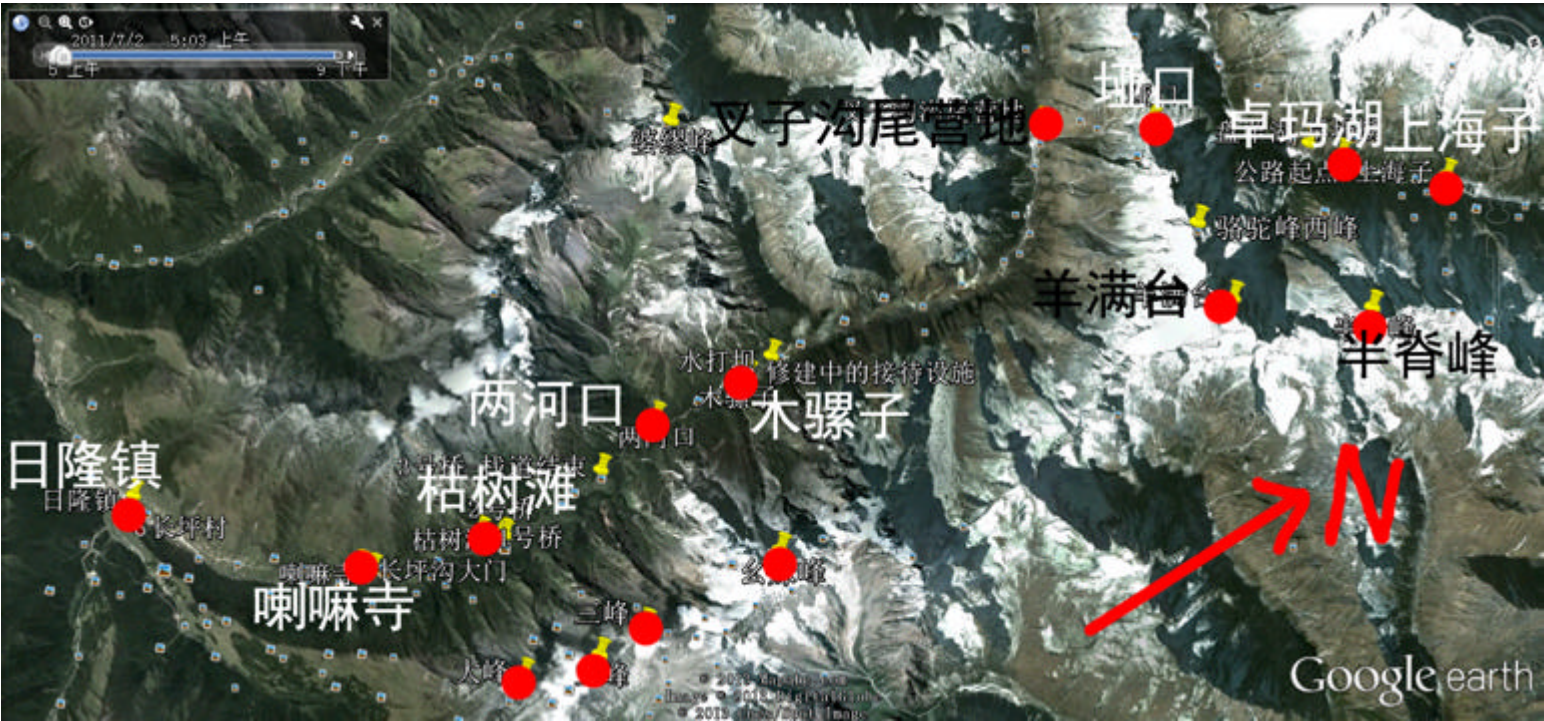
- 1、从上海子接待站找车送到毕棚沟口（50元/人）
- 2、从毕棚沟口到理县，必须提前联系好车。
- 3、从理县长途汽车站坐长途汽车回成都，分别在早6点，早7点；中午11:50和下午3:30有发往成都的班车。

阿坝藏族羌族自治州理县客运站

地址：阿坝藏族羌族自治州理县317国道旁
电话：0837-6822767/6825055

路线行程

长坪沟口（长坪沟景区大门）-喇嘛寺-枯树滩-木骡子-叉子沟-垭口-毕棚沟



通常行程由日隆镇开始。日隆镇不大，呈东北-西南方向沿着山谷延伸，溜达过整个镇子只需要半小时时间。镇上只有一条主路沟通前后，主要建筑、商家都位于这条主路两侧。由这条路向东北方向，地势一路上升，一直走就可以到达长坪村。长坪村位于长坪沟口，以长坪沟得名。走到长坪村的尽头，走到不能通行车辆的地方，就到达了徒步起点：长坪沟景区大门。

需要注意的是，从日隆镇到长坪村既可以乘坐观光车（中巴）过去，也可以直接徒步过去。但是徒步费的时间会比较长，走公路也枯燥，所以还是建议直接在日隆镇坐观光车到达长坪沟大门。

（门票：70元/人，2013年3月30日后90元/人，包含从观光车，从日隆镇游客接待中心上车）

提示：从日隆镇到长坪村，如果是徒步的话可以绕行山上的土路，而不必走公路，能节省一些距离和体力。（行程约5公里）

特别提醒：

根据8264会员，资深协作扎西提供的最新消息，目前长坪沟已经禁止穿越者无向导穿越。所有穿越长坪沟-毕棚沟线路的人必须首先到日隆镇户外运动管理中心登记，携带身份证并交纳进山费180元/人，并需要携带向导的认证资料。在长坪沟里有两道检查站，严格禁止无证进山穿越。



长坪沟毕棚沟

长坪沟毕棚沟 路线行程
D1-3

D1

长坪沟口-喇嘛寺-枯树滩-木骡子



四姑娘景区导游图

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



第一天行程：长坪沟大门-木骡子
制图：星光下守望

由于长坪沟目前作为景区已经开发得很好，所以为了更直接一点，我们也附上一幅长坪沟旅游示意图。

这一天是徒步的第一天，由于路况好，海拔相对较低，上升缓慢，也是适应高原气候的好时机。

从长坪沟景区大门开始，沿着唯一一条大路向长坪沟内走，不到400米距离就到了喇嘛寺。



从喇嘛寺出发，喇嘛寺西侧十几米的地方就是木制栈道的起点。从这往后面的很长一段路由于有木制栈道存在，已经不存在艰险难行和迷路的问题。而且由于此地已经是景区，木制栈道旁也会有一些路标指示，路线更加清晰明显。所以不多说了，你只要记住两点：1、沿着木制栈道走；2、如遇岔口，沿河流行进的方向前进。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

木制栈道是长坪沟的一大特色，09年十一笔者到此的时候，整个木制栈道不过3公里多长，而今却已经修到了下甘海子附近，全长近8公里，是少数既能保护沟内脆弱的生态环境不至被纷至而来的游人踩踏坏又能毫不突兀地融入自然环境的人工设施。

木制栈道全程中有三次过河，我们姑且按照走过的顺序将之称谓1号桥-3号桥。

从喇嘛寺沿着栈道走1.5公里左右会到达一个比较宽敞的小平台，这里左手边有条岔路（也是木制栈道），从这里可以向西走向上去观赏一个落差不小的瀑布（虫虫脚瀑布）。



栈道沿河谷修建，行走方向是逆流而上 摄影：沧桑看云

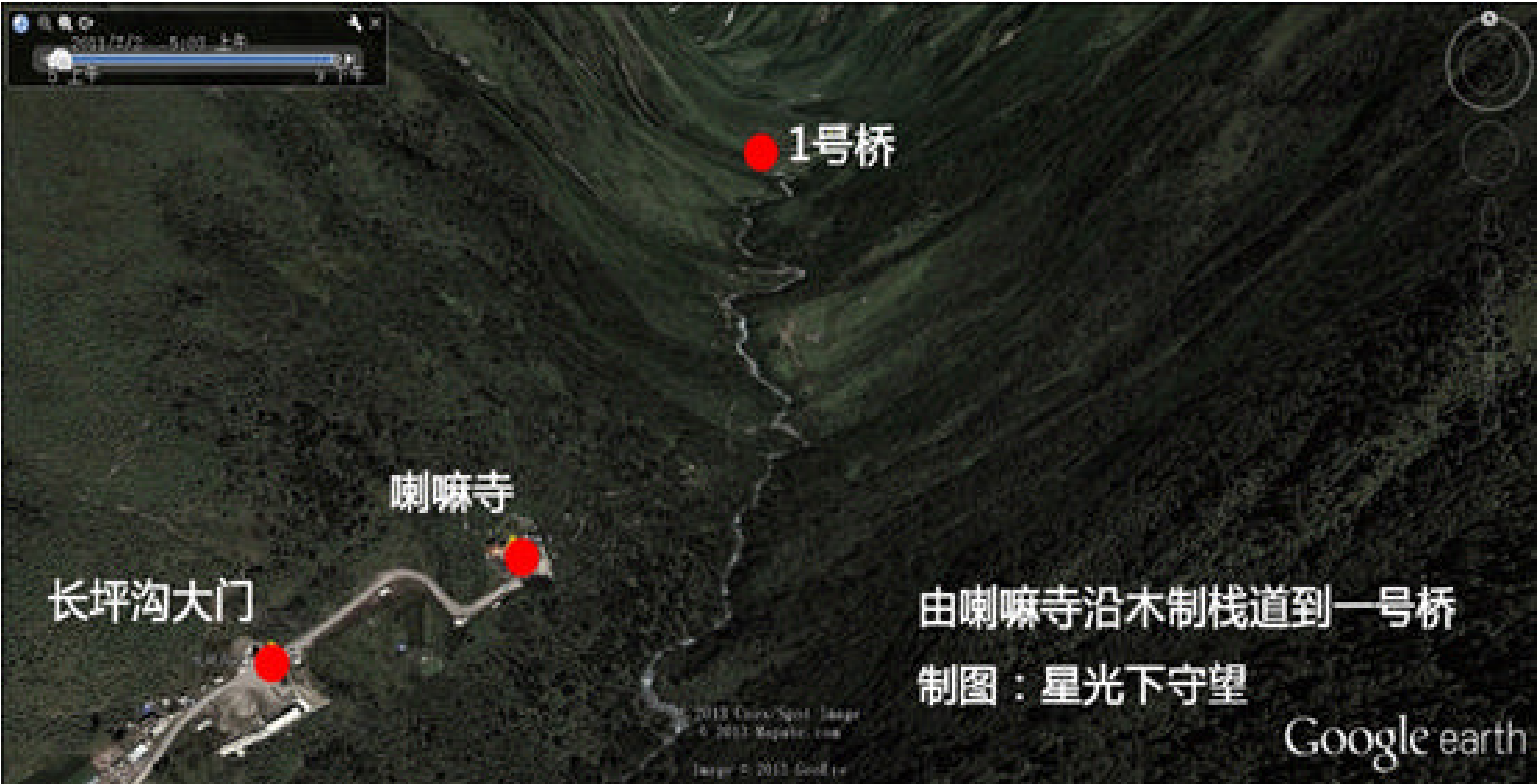
观赏完毕回到小平台，继续沿河栈道方向谷向北行进。



长坪沟内的木制栈道 摄影：兔子拉姆



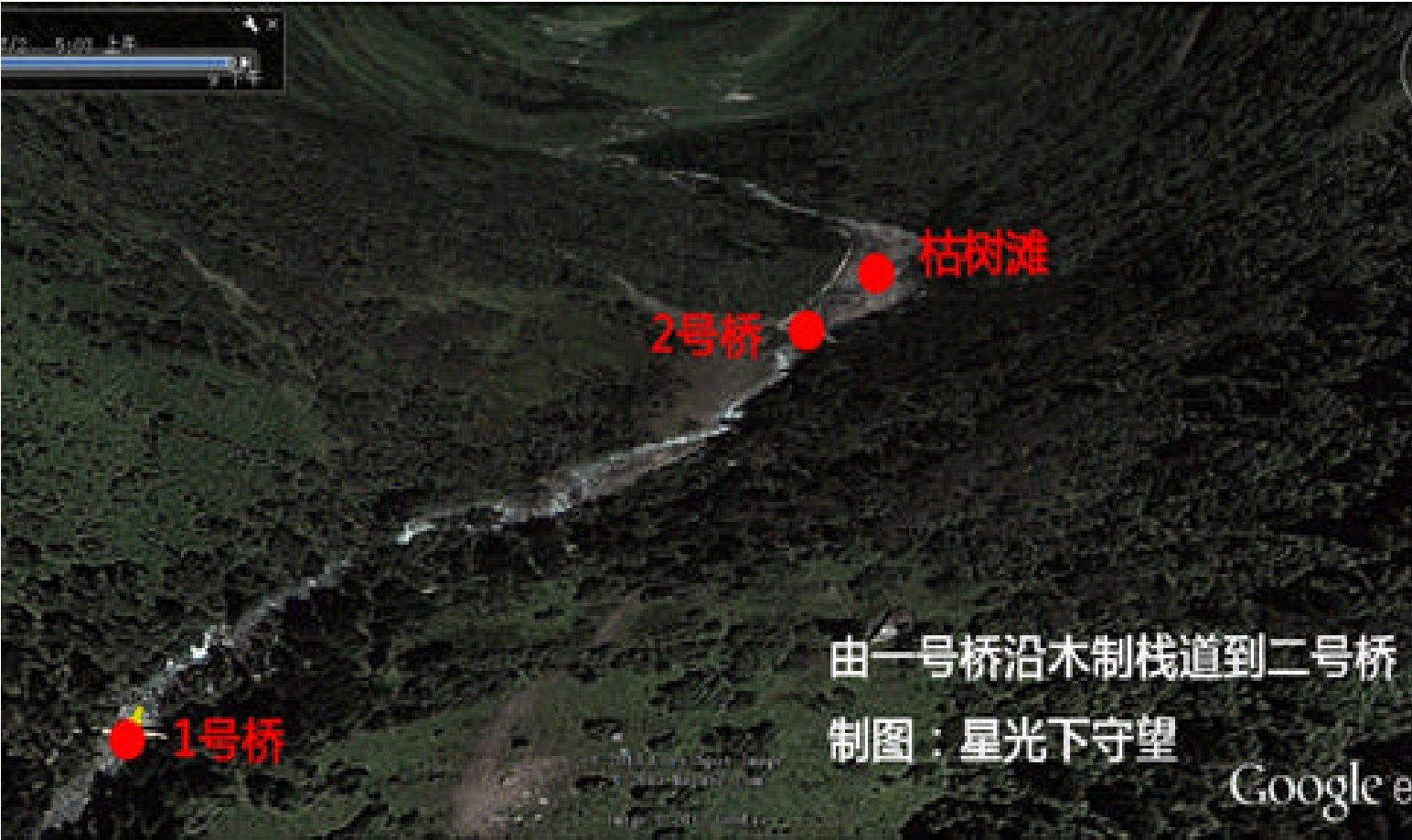
由此小平台可观赏虫虫脚瀑布 从这个角度向右继续前进的方向 摄影：沧桑看云



由喇嘛寺沿木制栈道到一号桥 制图：星光下守望

Google earth

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



由1号桥上行500米就到了2号桥，过桥，由河东回到河西。在2号桥附近，则是著名的枯树滩。

河滩上枯死的树木或站立或倒下，让人触目惊心又不禁惊叹。这里游人也很多。

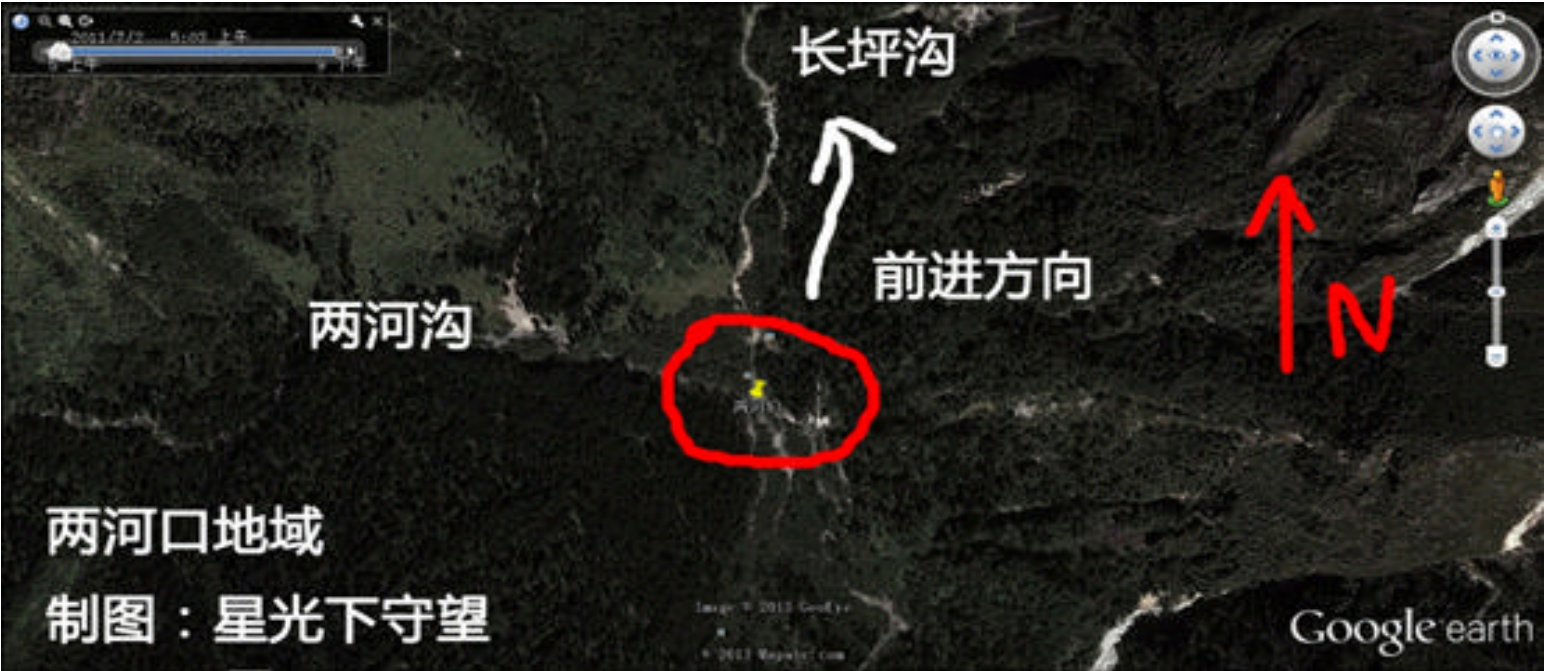
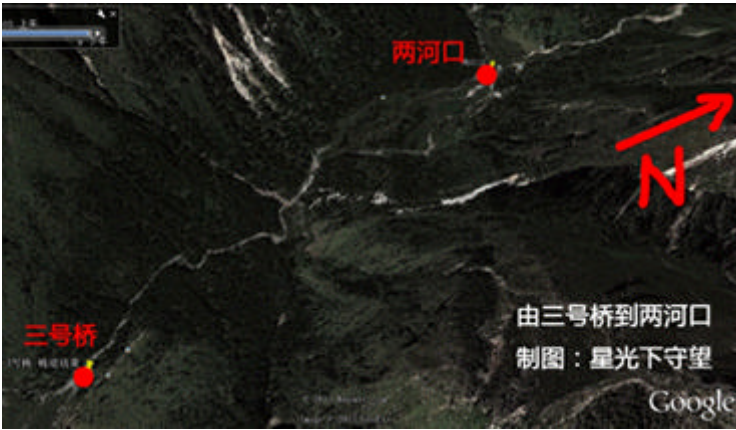
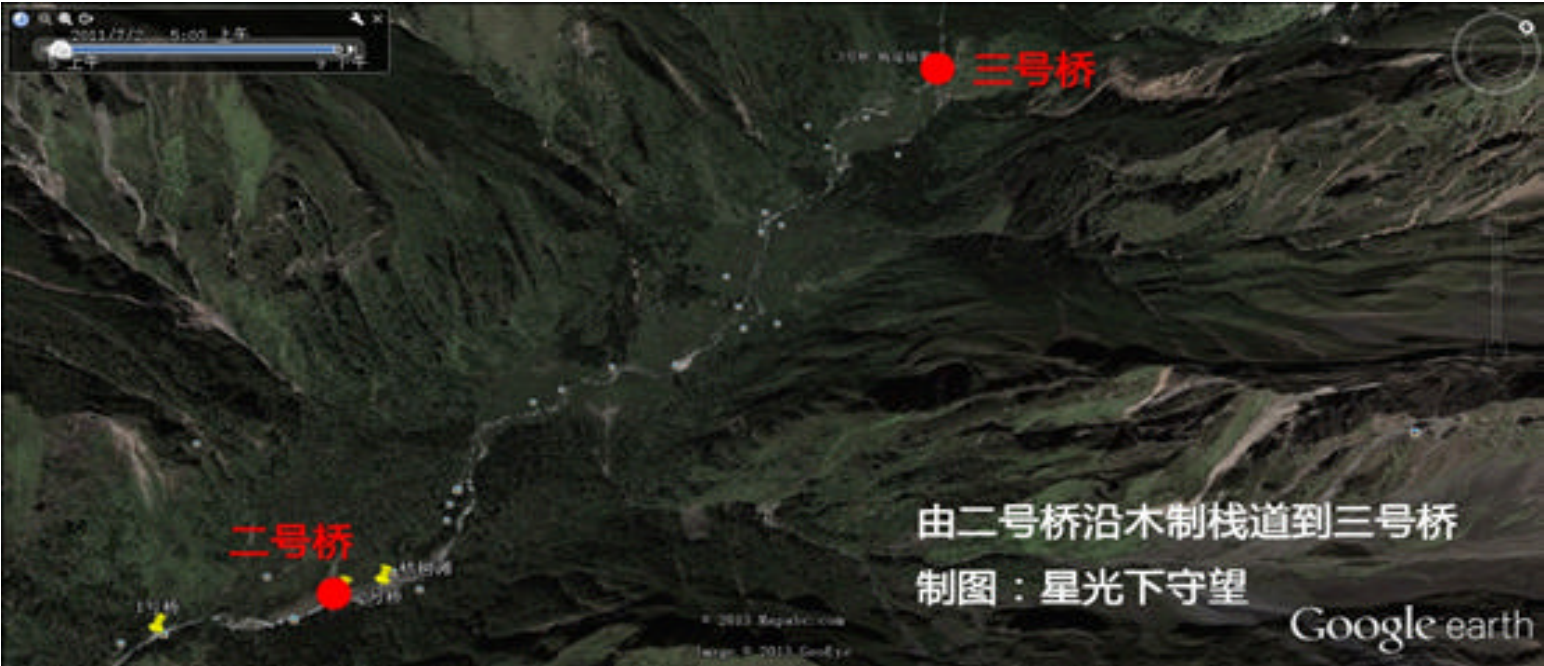
到第三次过河，也就是过了3号桥，此时我们在河流的东面，木制栈道就此结束。开始沿着土路和马道在河滩和树林之间穿行。

由于穿越者众多，现在长坪沟里已经被穿越者和马匹踩出了一条比较明显的路，一直向北延伸到长坪沟深处。

需要注意的是马道难行，往往是泥和水被踩的一塌糊涂，通过时要注意别让鞋进水，也别让鞋被淤泥拔掉。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



由3号桥上溯2公里即到达两河口。所谓两河口指的是两条河的交汇处，由这个区域西侧两河沟内的河流汇聚到长坪沟的河中，此地海拔约3600米。行进至此一定注意别拐进两河沟，要继续向北深入长坪沟。路线是沿沟内主道行进，这里通往木骡子。而从此过桥可进入两河沟。两河口处的沟谷沿西北方向与正北方向之间有一座高耸的花岗岩山峰，即破繆峰。

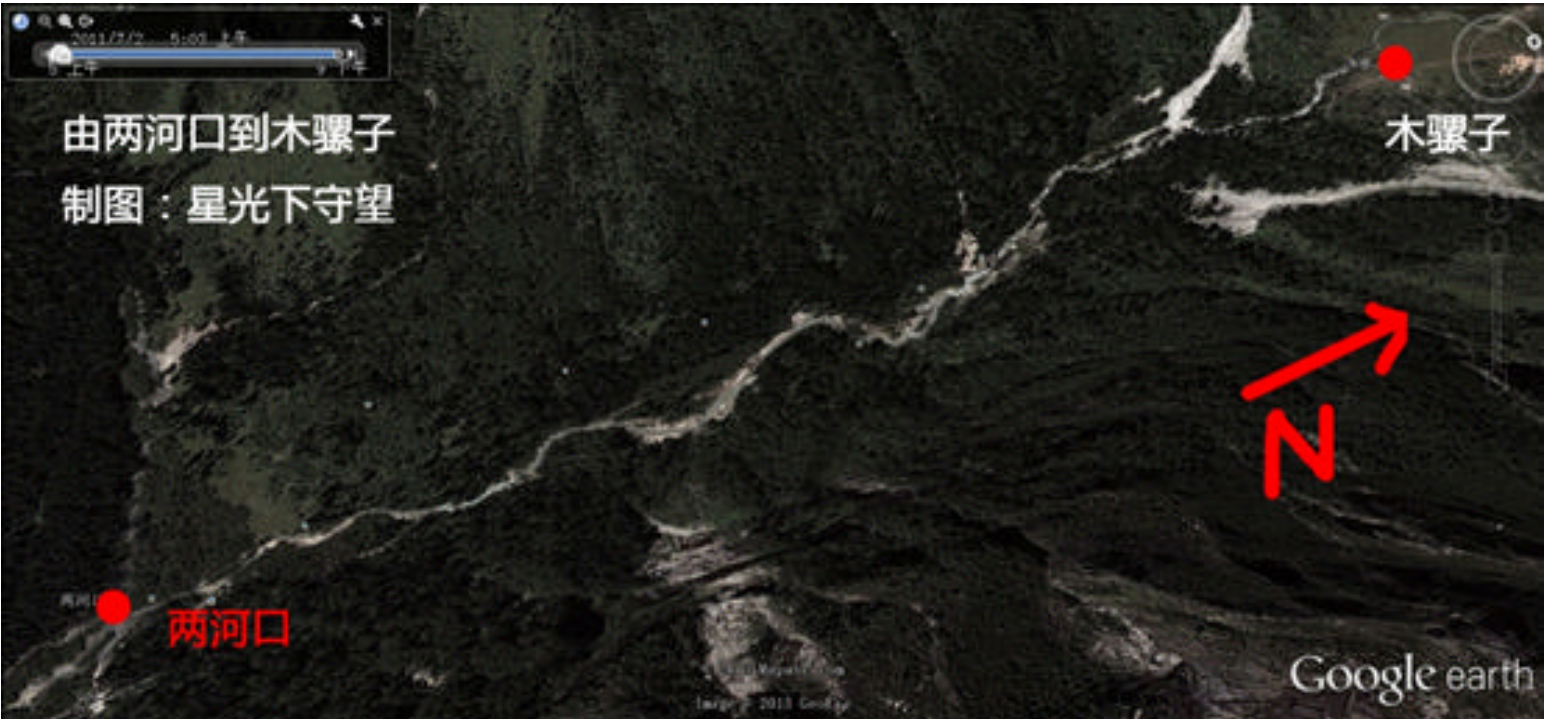
Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



由两河口向北继续前进，其中少不了经常在浅滩上行走，间或也需要过一过独木桥。

不过这里的独木桥都不危险，水深不大，水流不急，大可信步闲庭。

由此向今天的营地——木骡子进发。



Columbia哥伦比亚 Omni-Tech 奥米 • 防水夹克

春季出行户外露营，推荐使用Columbia春夏新款防水可收纳冲锋衣RE2023。Omni-Tech奥米•防水技术提供了良好的防水性能，可迅速排出皮肤湿气。



男式Omni-Tech奥米 • 防水夹克

Omni-Wick Evap奥米•高效速干技术能够将汗水分散到衣服表面，扩大水分蒸发面积，加速蒸发速度。独有的腋下透气设计可再减轻负重。



女式Omni-Tech奥米 • 防水夹克

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



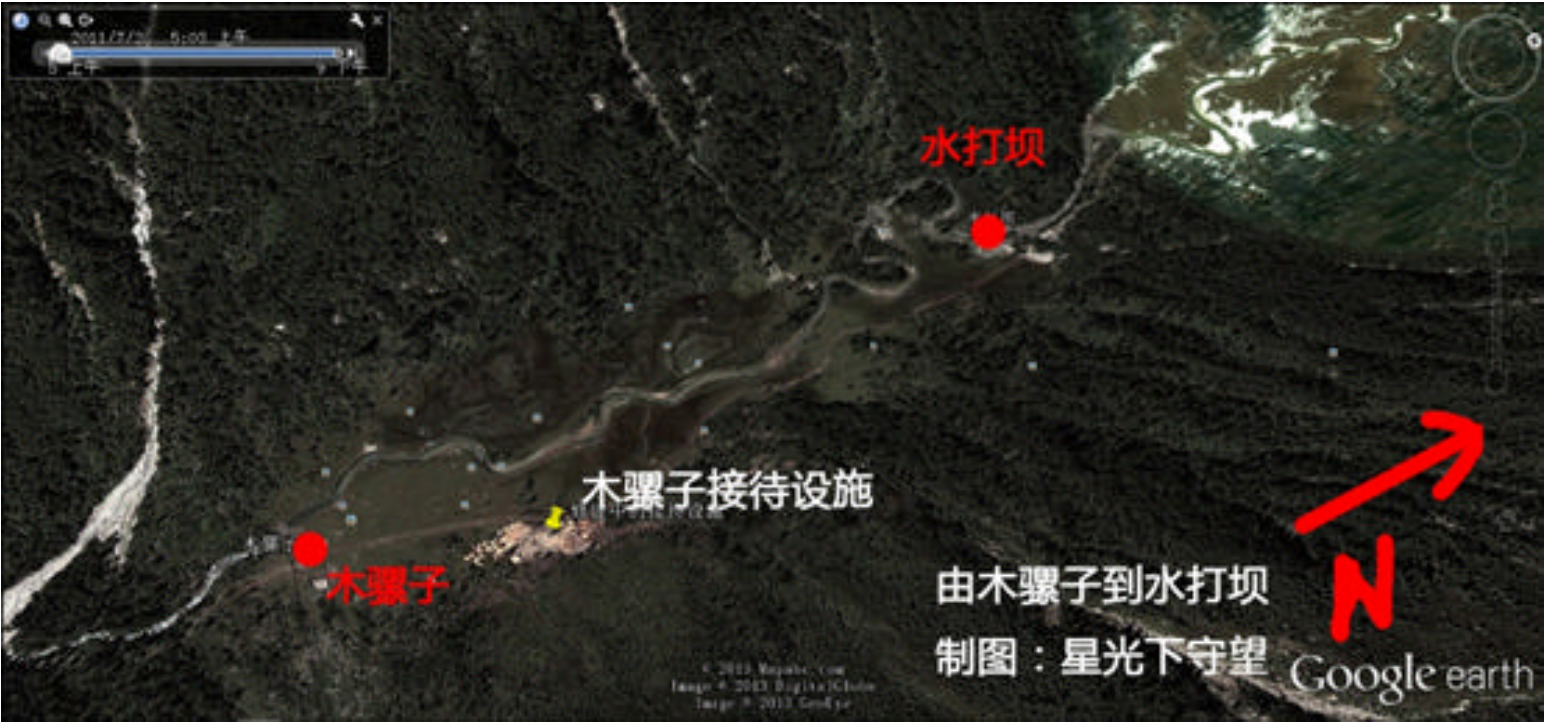
到了距离木骡子还有1公里左右的地方，可以看到河滩上许多石头呈现鲜明的红色，这就是红石滩，可以作为判断里程的标志。

木骡子营地在河东岸，是一大片平缓的草场，加上旁边水源方便，极为适合扎营。

在密集的树林间穿行，经过最后一个小上坡，当你看到一个由原木和树枝构成的栅栏时，木骡子到了。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



09年的时候，木骡子营地还只有一个小木屋。现在已经修起了度假村。

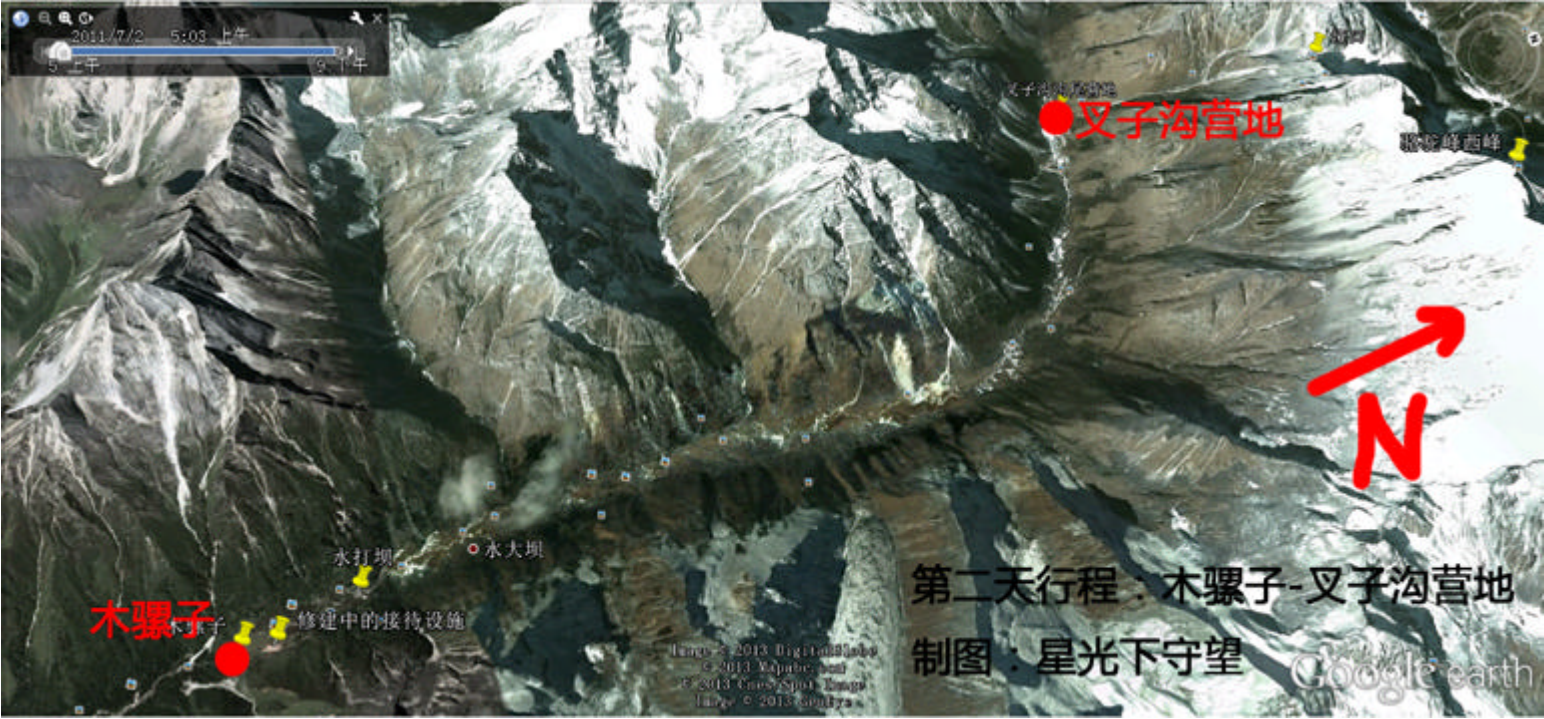
根据笔者在网上查到的，不久之后从三号桥到木骡子的栈道工程可能也会和大家见面，那样长坪沟内脆弱的草地植被会得到更好的保护。

木骡子营地海拔约3700米，在此扎营休息，准备明日的行程。



D2

木骡子-水打坝-叉子沟营地



从木骡子沿土路继续向北。所谓土路其实就是人马踩出来的，有的地方比较泥泞。在这样的地方有时候可以找到路边的原木，从原木上过会比较好。

由木骡子北上约1公里的位置就是水打坝。所谓水打坝实际就是一片大坝一样的河滩。从木骡子营地至此，道路明显并且不用钻大片的树林。唯一要注意的就是上述的潮湿泥泞的道路。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



从水打坝开始，就不断进入林子和浅滩交替的行程了。在山谷中行走，逆流而上，沿着马道和河滩，倒是不存在迷路的危险。注意，马道即使泥泞，也要按照踩出的道走，尤其在高原上会省去很多探路的力气。

途中会经过另一个平坦并且有木屋的地方，叫牛棚子。别在这里扎营，继续前进。这里离今天的目标——叉子沟营地还有一段距离。

牛棚子附近现在也修起了接待设施，相信今后长坪沟-毕棚沟穿越会变得越来越轻松。

当你最终看到远处高大的树木后，群山围绕成的沟底的时候，营地就到了。参照坐标，明天要过的垭口几乎就在正东方向。叉子沟营地也是一片水草肥美的地方，旁边河流可以方便地取水。

这一天大体上没什么太多要注意的，海拔依然是在平缓上升，直到叉子沟营地的3800米。值得一提的是在行程的三分之二处会在河西岸的峭壁上发现大片塌方，塌方体甚至堆积到河道中改变了河流走向。

笔者09年到此的时候，向导说这是08年汶川地震造成的。

在叉子沟营地扎营，适应升高的海拔。

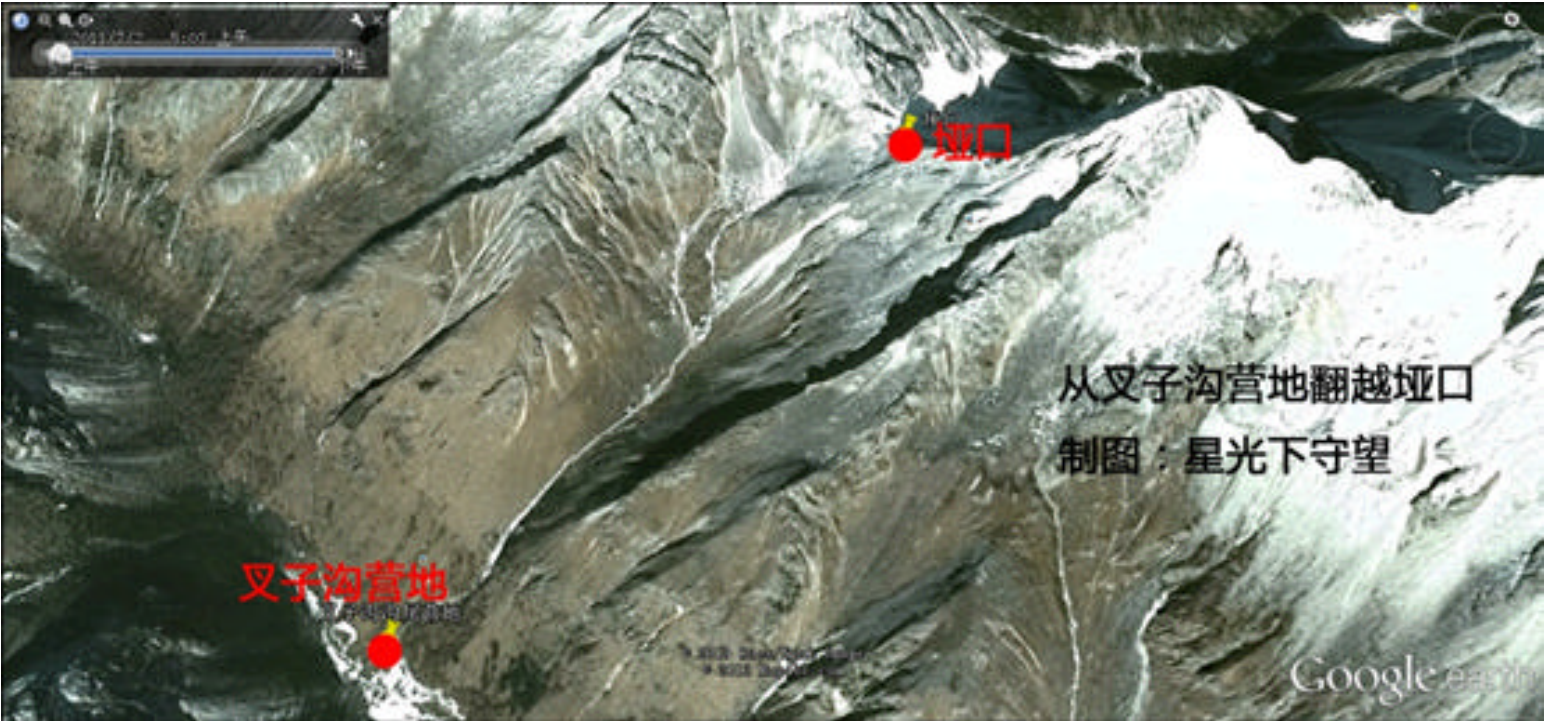
并且晚上一定要吃好早睡，因为第二天凌晨就要起来翻越垭口。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

D3

叉子沟营地-4680垭口-毕棚沟-三棵树营地-上海子接待站

这一天一定要早起，留出足够的时间。因为这一天的路程海拔会急剧上升，对高原适应性不强的人来说会大大加强行走的体力消耗和难度。笔者当年是3点起床，不到5点就抹黑打着头灯踏上了通往毕棚沟的路。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



这一天第一个目标就是叉子沟营地东侧，海拔4668米的垭口。这个垭口连接长坪沟和毕棚沟，长坪沟一侧垭口附近多为松散乱石，行走困难。毕棚沟一侧则常年积雪，雪和石块相混合加上大坡度，下降起来不但费体力而且危险。更有多变的气候会进一步增加穿越的难度。

从叉子沟营地出发，也已经有明显的小路通往垭口。一开始的路比较好走，也好认，之字形上山，海拔快速上升。



到达垭口下海拔大约4200米的地方，会看到一大片相对平坦的地方，有的队伍会在这个平台扎营，第二天一早直奔垭口。从这可以看到到达垭口平台的路不仅坡度大，而且路况差，几乎都是碎石，走一步退半步，这样的地形体力消耗极大。可以在平台上稍事休整，补充体力后一鼓作气杀上垭口。在拼命登上垭口后，经常会看到一个奇观，就是厚重的云层将整个毕棚沟遮盖起来。

Columbia哥伦比亚 Outdry立体轻盈防水鞋

户外徒步建议穿Columbia轻便多功能防水徒步鞋，鞋帮采用OutDry立体轻盈防水技术，专利的一体化立体防水透气结构，去除防水薄膜和鞋面之间的空间，从而无法使水分渗入，在高度透气的同时让你保持干爽。



男式Outdry立体轻盈防水鞋

中底的Techlite轻盈缓震技术给予你舒适的体验和缓震保护，外底更是采用了Omni-Grip户外抓地技术，抓地耐磨，适合多种地面。它可以满足你在不同路面环境行走，行走在路上，享受徒步的乐趣！



女式Outdry立体轻盈防水鞋

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



太阳升起，云雾散去
摄影：沧桑看云

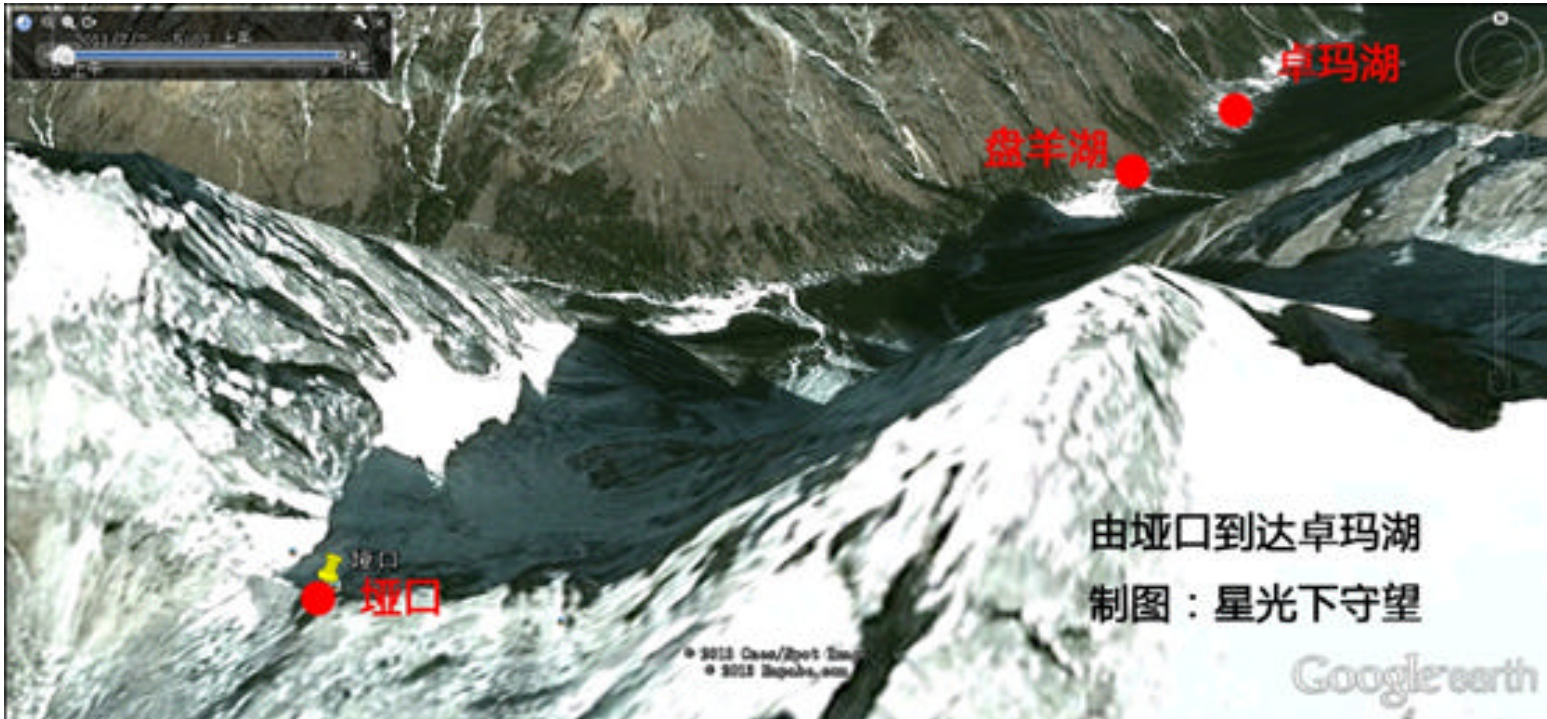
你可能会担心云海会遮断视线，实际上如果天气晴好，随着阳光照进山谷，云雾也会渐渐消散。

接下来的路就是一直下到毕棚沟里。



云雾散去后的毕棚沟
摄影：沧桑看云

在到达栈道之前，还有一段很长很难走的路，坡度大，地形复杂，充满了碎石，对膝盖也是很大的考验。之后则需要钻林子，在高大的树木下的小路上行走，这一段就比较平缓了，是很好的修整路段。



从垭口下撤，到达碎石地带回望来时的路
摄影：沧桑看云



下山路上经过的红石滩
摄影：沧桑看云

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



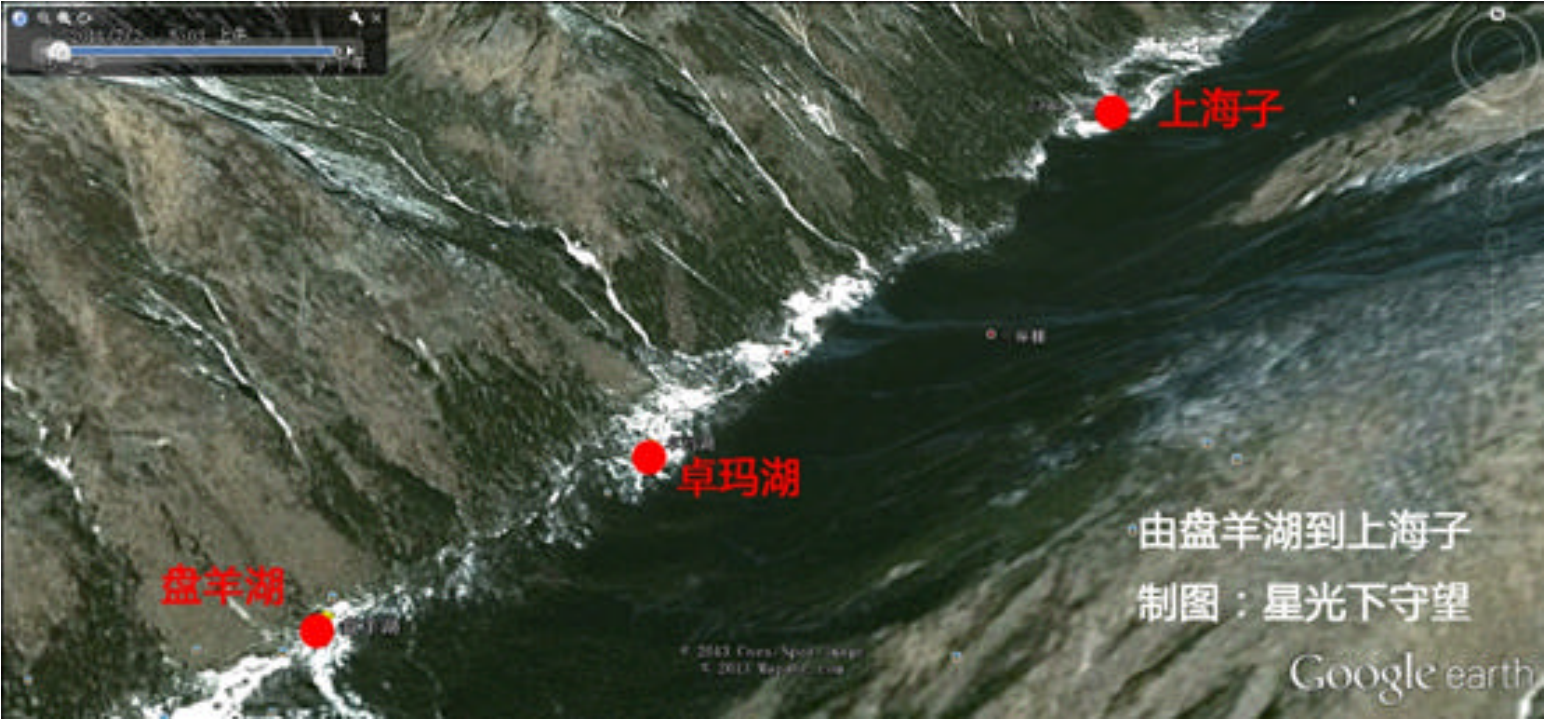
过了独木桥，就到了一片平坦地方。这的名字很有意思，叫“三棵树”，得名于营地里有三棵长在一起的树。如果从毕棚沟反穿长坪沟，这里可以算是徒步起点。同时，到达了三棵树营地就意味着已经从垭口下降到毕棚沟里，后面的路就很好走了，很快就能到达人工修筑的栈道和电瓶车道上。

从三棵树到终点上海子，还要经过盘羊湖和卓玛湖，这也是毕棚沟里河道形成的两个湖泊。

毕棚沟公路现在已经修到上海子，在那里有完备的接待站。从上海子到盘羊湖则修建了供游人和电瓶车行进的道路。因此到了盘羊湖也就算是到了景区，顺着道路走也就不会有迷路的危险。

在此也有两个选择，第一是徒步到达上海子接待站，第二可以乘电瓶车下撤到那里。电瓶车到景区门票口30元，景区门口观光车到毕棚沟沟口50元。

到达上海子接待站，此次穿越行程就顺利完成了。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

商业领队推荐

协作扎西

手机：13778474311、13618143523（如果打不通就是进山了，请短信或QQ留言或打座机）

座机：0837-2791890

盛开的格桑花

联系电话18981984779花花 18980896542长鸣

救援方式

四姑娘山的户外救援力量分为高山救援等几个方面，各自针对不同的领域和人群。但是一旦出现事故，都可以直接致电四姑娘山管理局和户外活动管理中心，由他们统一调配协调救援力量。

四姑娘山风景名胜区管理局户外活动管理中心 联系电话：0837-2791999

四姑娘山管理局 值班电话：0837-2791867

客栈与户外店（成都客栈）

成都登巴客栈	电话：028-87768009,18010642012 地址：成都市金牛区永陵路15号（永陵博物馆对面巷子）
自由驿成都格桑花驴窝	电话：18981984779,18980896542花花 地址：成都市高新区紫荆电影院紫荆东路紫竹花园
成都直必达自助旅舍	电话：028-85578484(前台) 短信：13668274155 qq：2672965530 地址：成都市一环路南四段14号奇伍大厦二楼(紧邻西南民族大学)
四姑娘山老兵客栈	电话：0837 - 2791151 15108170764
红景天山庄	电话：0837-2792205 18990435852 18990435865 QQ：2522021136
嘎兴初之家（长坪村）	手机：13778474311、13618143523、18909048894 座机：0827---2791890 QQ：1339978326
毕棚沟客栈	毕棚沟红叶山庄 电话 0837--6821375 13778470750 地址：毕棚沟景区售票处800米

物资补给

Columbia哥伦比亚成都王府井一店	成都市总府路15号王府井百货6楼 028-64650109
Columbia哥伦比亚成都王府井二店	成都市华科北王府井百货2楼远拓户外 028-62379652
Columbia哥伦比亚成都伊藤双楠店	成都市二环路西一段逸都路6号伊藤洋华堂双楠店3楼
Columbia哥伦比亚成都万象城店	成都市华润路158号万象城4楼75号
Columbia哥伦比亚成都IFC店	成都市锦江区大慈寺路17号成都国际金融中心商场地下一层LG106号商铺

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

装备建议

这条线路为三天两夜的行程，如果加入海拔因素的考虑，属于中等强度中低难度的线路。

背包

男60L以上女50L以上

帐篷

轻量、防水性好的双层三季帐

墨镜

登垭口附近的阳光会相当强烈，加上积雪的原因如不做防护可能会对视线造成影响。另外，墨镜同样可以当风镜使用。

其它

登山杖强烈推荐双杖，尤其在最后一天攀登垭口和从垭口下降的过程中，由于高海拔低温度和强风的影响，会给到达此处的驴友造成较大的体力消耗。加之地形陡峭，碎石和雪遍布，行走更加困难。如果有双杖将对行走起到很大的协助作用，同时节省体力保护膝盖。



Columbia哥伦比亚
男女通用防晒帽



Columbia哥伦比亚
男女通用防晒帽



Columbia哥伦比亚
背包40L



Columbia哥伦比亚
650ML防滑水壶

食品药品

因此至少要准备两早两晚和三顿午餐（路餐）。另外加上一部分紧急情况下的备用干粮和小食品。

以体积小，能量大的主食和肉类等副食为主，肉类最好是熟食不用加工或者仅需简单加工。此地海拔高，造成淡水沸点降低，如处理生食可能会因水温不足而失败。

此外，在高原环境下，淡爽的蔬菜和水果以及榨菜咸菜，都会起到很好的开胃作用，也能改善人的情绪。果珍是很好的补充维生素和开胃的饮料。

还可以准备一些巧克力或者果糖，路上随时补充体能。

另：强烈不建议饮用功能性饮料，尤其在翻越垭口之前。

对于药品方面，首先可以携带一部分西洋参用于提高血氧含量。再带一些防止水土不服而腹泻的药品以及感冒药，最后带一些简单的外伤处理药物。

强烈建议涂防晒霜，无论男女。

此外，如果还不放心，可以携带小瓶的便携式氧气。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

注意事项

四姑娘山

尽管四姑娘山已是如雷贯耳，名声在外。但是还是要首先强调一下，四姑娘山并非一座孤立的山峰，而是由四座相对独立的峰以南北方向顺序排列而成，分别为大峰（大姑娘）、二峰（二姑娘）、三峰（三妹）、幺妹峰。这才是四姑娘山。

四姑娘山地区也不仅仅只有四姑娘，周围的骆驼峰、半脊峰、婆缪峰都很有名。对于登山者来说这里就是天堂。每年国庆期间，四姑娘山长坪沟景区还会举行大规模的登山节，吸引了全国甚至世界各地的登山爱好者前来。

高原反应

本条穿越线路最高海拔4680米，而日隆镇的海拔为3100米左右，木骡子营地3600米，已经可以归纳到高海拔地区。从数据上看，这里的绝对高度并不大，但由于此地是众多初入高原的人第一次接触到高海拔的状况，提前做好心理和生理准备还是非常必要的。首先，在到达日隆镇开始行程之前，建议至少2周内要规律饮食，保证充足睡眠，辅之以适量的运动。尤其注意不要着凉感冒，否则感冒上高原是很危险的事情。其次，如果不放心，可提前两周开始服用一些红景天和高原安等药物。

到高原地区是否发生高原反应只和个人体质有关，但甚至很多登山家即使在4、5千米的海拔也会受到高原反应的困扰。如果只是头疼，胃口不好这样的轻微症状就不用过于担心。如果是比较严重的症状，唯一的缓解治疗方法就是迅速下撤降低海拔。一般人在3-4000米的高度上多喝水，休整一段时间就可以适应。

特别注意：良好乐观的心态是对抗高原反应的最有效的工具。很多人不是被高原反应本身击垮的，而纯粹是自己的担心加重了高反。此外，即使胃口不好，也要尽量多吃东西。饥饿条件下更容易受到高反的困扰。

路线参考坐标点

	纬度	经度
长坪沟景区大门	31° 1'54.98"北	102°52'14.78"东
喇嘛寺	31° 2'1.19"北	102°52'21.14"东
1号栈道桥	31° 3'20.50"北	102°52'29.38"东
2号栈道桥	31° 3'32.54"北	102°52'37.53"东
枯树滩 （卫星地图定位用，不代表整个区域）	31° 3'35.36"北	102°52'39.09"东
3号栈道桥	31° 4'53.70"北	102°52'23.35"东
两河口	31° 5'42.64"北	102°52'2.94"东
木骡子	31° 6'43.91"北	102°51'59.88"东
水打坝	31° 7'12.08"北	102°51'55.59"东
叉子沟营地	31°11'2.80"北	102°50'34.33"东
垭口	31°12'2.56"北	102°51'11.37"东
盘羊湖	31°13'46.20"北	102°52'15.61"东（近）
卓玛湖	31°14'3.65"北	102°52'34.71"东（近）
上海子（接待站）	31°15'5.05"北	102°53'24.07"东
大峰	31° 3'20.21"北	102°54'20.86"东
二峰	31° 4'11.75"北	102°54'29.61"东
三峰	31° 4'46.82"北	102°54'22.71"东
幺妹峰	31° 6'27.19"北	102°54'9.16"东
婆缪峰	31° 7'14.52"北	102°48'44.00"东
半脊峰	31°13'16.21"北	102°54'27.07"东
骆驼峰西峰	31°11'56.33"北	102°52'35.71"东
羊满台	31°11'56.78"北	102°53'37.91"东
大黄峰	31°18'55.55"北	103° 1'2.69"东

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

参考资料

- ★ 《情约川西》 作者：星光下守望
<http://bbs.8264.com/thread-321017-1-1.html>
- ★ 《图记漫步长坪——毕棚沟》 作者：沧桑看云
<http://bbs.8264.com/forum-viewthread-tid-1061359-extra--authorid-16726628-page-1.html>
- ★ 《深秋穿越长坪沟毕棚沟——用生命在穿越》 作者：白色杨树
<http://bbs.8264.com/forum.php?mod=viewthread&tid=1549780>
- ★ 《中秋长坪沟穿越毕棚沟》 作者：兔子拉姆
<http://bbs.8264.com/forum.php?mod=viewthread&tid=956550>
- ★ 《长坪沟露营记：露营新线路婆娑峰脚下》 作者：协作扎西
<http://bbs.8264.com/forum.php?mod=viewthread&tid=1188615>
- ★ 《四川理县上孟乡+毕棚沟穿越长坪沟+四姑娘三峰 记》 作者：tonywei
<http://bbs.8264.com/forum-viewthread-tid-1347250-extra--authorid-16716481-page-1.html>
- ★ 《一路向上,能听见的只有呼吸声,记毕棚沟反穿长坪沟》 作者：张排骨
<http://bbs.8264.com/forum.php?mod=viewthread&tid=791525>
- ★ 《重装徒步长坪沟---毕棚沟，新驴处子之行》 作者：crj3018
<http://bbs.8264.com/thread-1002528-1-1.html>
- ★ 《春暖乍寒时，长坪沟—毕棚沟穿越》 作者：nakupenda
<http://bbs.8264.com/forum.php?mod=viewthread&tid=182676>
- ★ 《四姑娘山--长坪沟》 作者：tubie2
- ★ 《穿越长坪之四姑娘的纯净世界》 作者：麦麦
- ★ 《川行如梦 - - 四姑娘之长坪沟》 作者：青色谷子



扫描二维码 收藏该攻略



特别声明：本攻略仅供出行参考。

本攻略唯一版权方（8264户外资料网）及作者不承担任何责任，特此告知！