

 Columbia

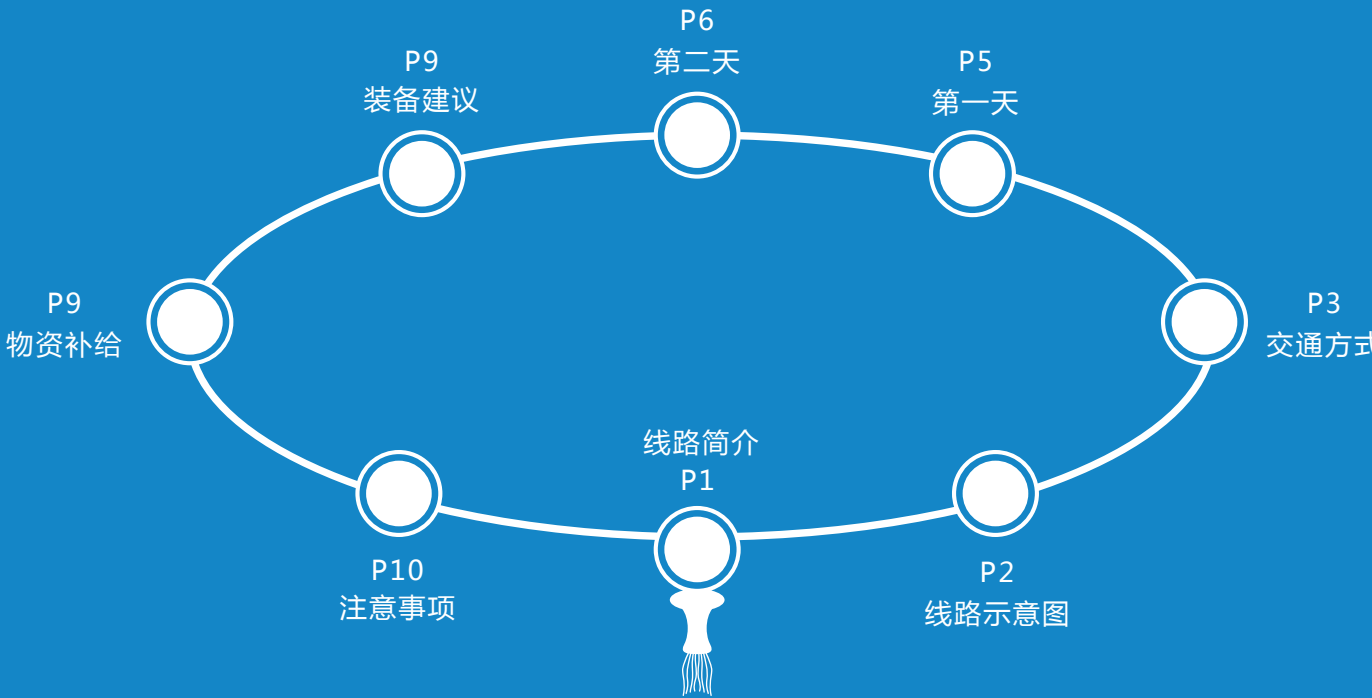
玩转户外全天候



100条徒步路线之
喀纳斯

喀纳斯

作者：谁怕归去！



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

喀纳斯-路线简介



喀纳斯月亮湾



照片说明：本攻略花海绿意盎然的照片是6-9月拍的，有白雪的照片来自冬季。驴友切记此徒步线路攻略只适合6-9月出行（强烈建议团队），冬季不能徒步切记。

喀纳斯，蒙古语是美丽富庶、神秘莫测的意思。

喀纳斯是中国新疆阿勒泰地区布尔津县北部一著名淡水湖（平均深度120米），位于阿尔泰山脉中，曾被称为“中国最后一块净土”，富有瑞士风光特色。

外形呈月牙状，被推测为古冰川强烈运动阻塞山谷积水而成。该湖风景优美，四周林木茂盛，主要居民为图瓦人。被誉为“东方瑞士、摄影师天堂”，也是动植物的天堂，为中国国家5A级旅游景区。

早在800年前，喀纳斯的名字就和成吉思汗的名字连在一起，成吉思汗西征路过喀纳斯湖时，被喀纳斯湖的美景所吸引，亲自下马欢捧湖水，仰头痛饮。所以后人都把喀纳斯湖的水称作“王者之水”。

湖中有大型鱼类-哲罗鲑，体长可达2-3米，也有湖怪的传说。

干湖之黑湖：西距喀纳斯村13公里，处于喀拉苏阿河和格牙阿能尔库河分水岭地带，也是喀纳斯冰川作用的结果。干湖由喀拉苏阿仁河和格牙阿能尔库河分水岭中山带的湖泊群组成，海拔2160~2500米，其上大大小小的湖泊星罗棋布，数以千计。

哈语“门琼库尔”，语意为1000个坑。干湖湖泊最大者为黑湖，其它还有喀拉穹库尔、壳斯库尔、下恨诺尔等小湖泊群，数量多、面积小，其形状为圆形或长形，分布高度基本上是由南向北逐渐升高。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

喀纳斯东线

贾登峪 → 禾木 → 黑湖 → 喀纳斯

喀纳斯路线说明

乌鲁木齐 → 北屯（布尔津）→ 贾登峪 → 禾木 → 黑湖 → 喀纳斯 → 贾登峪 → 布尔津 → 北屯 → 乌鲁木齐

实际徒步从贾登峪出发，至喀纳斯结束，总距离约65公里。该线路难度适中，风景绝美，有最美的村庄，有高山湖泊，有泰加林，有图瓦人音乐风俗，适合大多数徒步爱好者。每年的6-9月份是最佳的徒步季节。

喀纳斯东线主要景观

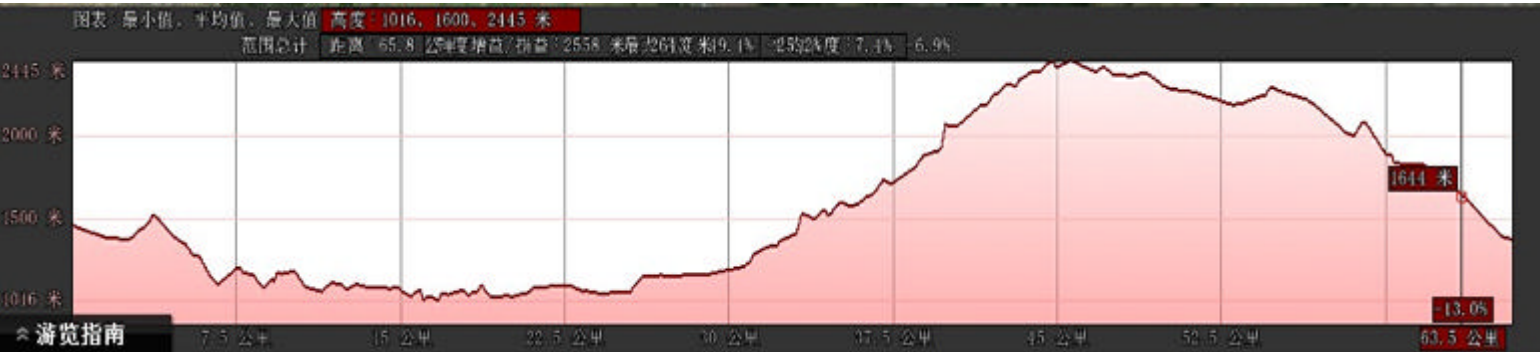
贾登峪国家森林公园、禾木河谷、禾木草原、禾木村、黑湖、喀纳斯湖、喀纳斯村（千里长堤、观鱼亭、卧龙湾、神仙湾、月亮湾）。

该线路起点海拔：1500米最高点海拔：约2445米，徒步中上升：1000米，终点1382米下降：约1050米，平均坡度7.4%，最大坡度30%。

喀纳斯东线谷歌线路地图



高度配置图



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

去程、返程交通方式及价格

驴友可以从乌鲁木齐出发包车送接（去贾登峪，回乌鲁木齐），车费根据车大小14座-39座不同（每天1200-2500元不等），联系电话张师傅：18690296330。

外地驴友也可以直接在乌鲁木齐飞机布尔津，机场距喀纳斯湖约50公里，位于布尔津县城西北74公里处的黑流滩地区。票价260-2900元不等（不建议坐飞机，虽快但领略不了美丽北疆沿途风景）。

也可坐火车到北屯再坐车到布尔津或者直接包车去贾登峪。乌鲁木齐至北屯票价150-190元不等，出站口有很多车，去布尔津班车也有票价20元左右，出租车每人40元，包车可面谈淡季旺季价格700-1500元/天，也可坐班车至布尔津。

- 1、班车信息：乌鲁木齐到布尔津汽车。
- 2、里程：车型半卧铺/卧铺，全程票价50-94元。
- 3、联系电话：0991-4327438。
- 4、联系地址：新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市北郊客运站。
- 5、发车时间：18:00。
- 6、乌市碾子沟长途汽车站(咨询订票电话:5282443、5878614)。
- 7、乌市到布尔津19:30，2班-3班，卧铺。
- 8、从乌鲁木齐到布尔津有720多公里，车至少要跑8个小时的，如果早上的车坐不上，建议坐夜班车吧。
- 9、建议从乌鲁木齐包车接送，方便实惠。

野外行程介绍

车程

乌鲁木齐 → 布尔津720多公里沿河谷路况好

布尔津 → 贾登峪135公里左右路况好

徒步线路

- D1 贾登峪 → 禾木河宿营地（19公里左右）
白桦林、布拉勒汗桥、喀纳斯河大拐弯、半路客栈、两河汇合口、禾木河谷营地海拔1060米，有水源。
- D2 禾木河宿营地 → 禾木村（11公里左右）
- D3 禾木-小黑湖 → 达坂下的宿营地（17公里）
- D4 达坂下下的宿营地 → 大黑湖 → 喀纳斯（18公里）



喀 纳 斯

喀纳斯 路线行程
D 1 - 4

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

Day 01

贾登峪 - 禾木河宿营地（19公里左右）

租车到达徒步起点贾登峪，简单的准备及热身运动之后，开始贾登峪-禾木-黑湖穿越徒步。

这里可以租马只用来驮包那么两天到达禾木的路程就可以一天轻装到达，一匹马200-400不等，只能驮4个包，马夫100-200元每天，贾登峪有很多牧民，就不留联系方式，但是重装徒步就是为了更深度游览人间净土禾木的美丽，这里只是介绍重装徒步的路程及攻略。布拉勒汗桥坐标点48°31'34.82"北87°12'32.74"这里过河。

喀纳斯河与禾木河交汇处坐标点48°30'18.21"北87°19'31.00"东（三角地也可以扎营，但今天一路下行，建议往前多走几公里，这样第二天有更多的时间欣赏禾木）交汇处往左行进。全天行程沿着河谷前行，有明显的公路及马道。



Columbia哥伦比亚 Omni-Tech奥米 • 防水徒步鞋

户外徒步，路况复杂，建议穿着Columbia哥伦比亚 Omni-Tech奥米 • 防水徒步鞋，轻质低帮徒步鞋，鞋帮采用Omni-Tech奥米 • 防水技术，合成革与网布鞋面。



男式Omni-Tech奥米 • 防水徒步鞋

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，抓地耐磨性，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Omni-Tech奥米 • 防水徒步鞋

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

Day 02

禾木河宿营地-禾木村（11公里左右）



早晨睡到自然醒，之后拔营出发去目的地，最美的村庄禾木。禾木河支流交汇点坐标（48°33'8.80"北87°24'20.93"东）这里向主河道行进左拐。

禾木可住木屋50-100元/每人，重要的是可以吃到原生态的风干牛羊肉，每公斤淡旺季不同150-220元/公斤。吃是一种文化，但不是最重要的，最重要的是这里营地上的的风景。也可以扎营在观景台下边的草坪上，去附近的美丽峰还有观景台，眼睛和镜头都是不够用的地方，而且这种美丽因为季节的不同而迥异。

有水源。

全程沿着河谷前行，有清晰的公路及马道。

注意事项：准备厚衣物、防水雨具、电池，尊重当地习俗。



Columbia哥伦比亚 Omni-Tech 奥米 · 防水夹克

早晚温差较大，推荐穿着Columbia哥伦比亚春夏新款防水可收纳2.5层防水夹克，采用奥米·防水技术和全缝线位密封。



男式Omni-Tech奥米 · 防水夹克

这款夹克具有良好的防水性能，可迅速排出皮肤湿气，可调节风帽和下摆，防水寒气倒流。下颌采用防磨保护。



女式Omni-Tech奥米 · 防水夹克

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

Day 03

禾木-达坂下的宿营地（17公里）

早晨可以早起去观景台拍日出中的禾木，吃过早餐后9点半出发（这里建议租马，因为今天是四天行程中最难的一天，一路爬升，过河）。季节不同水位也不同，如果水大马匹可以帮助队员过水。其中取水点坐标：48°37'22.88"北 87°19'46.09"东，从禾木营地回撤至禾木至喀纳斯峡谷处（48°34'0.18"北 87°25'0.25"东）向西北逆流而上，今天的营地在喀腾格尔山下面营（坐标点：48°38'14.45"北 87°15'8.98"东）。

注意事项：涉水鞋、绳子、主锁、扁带等雨季注意沼泽。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

Day 04

达坂下的宿营地-小、大黑湖-喀拉苏托斯-动得沙拉-喀纳斯（18公里）

一路下行，今天比较轻松。

会经过小黑湖：（48°38'44.42"北87°14'51.66"东）

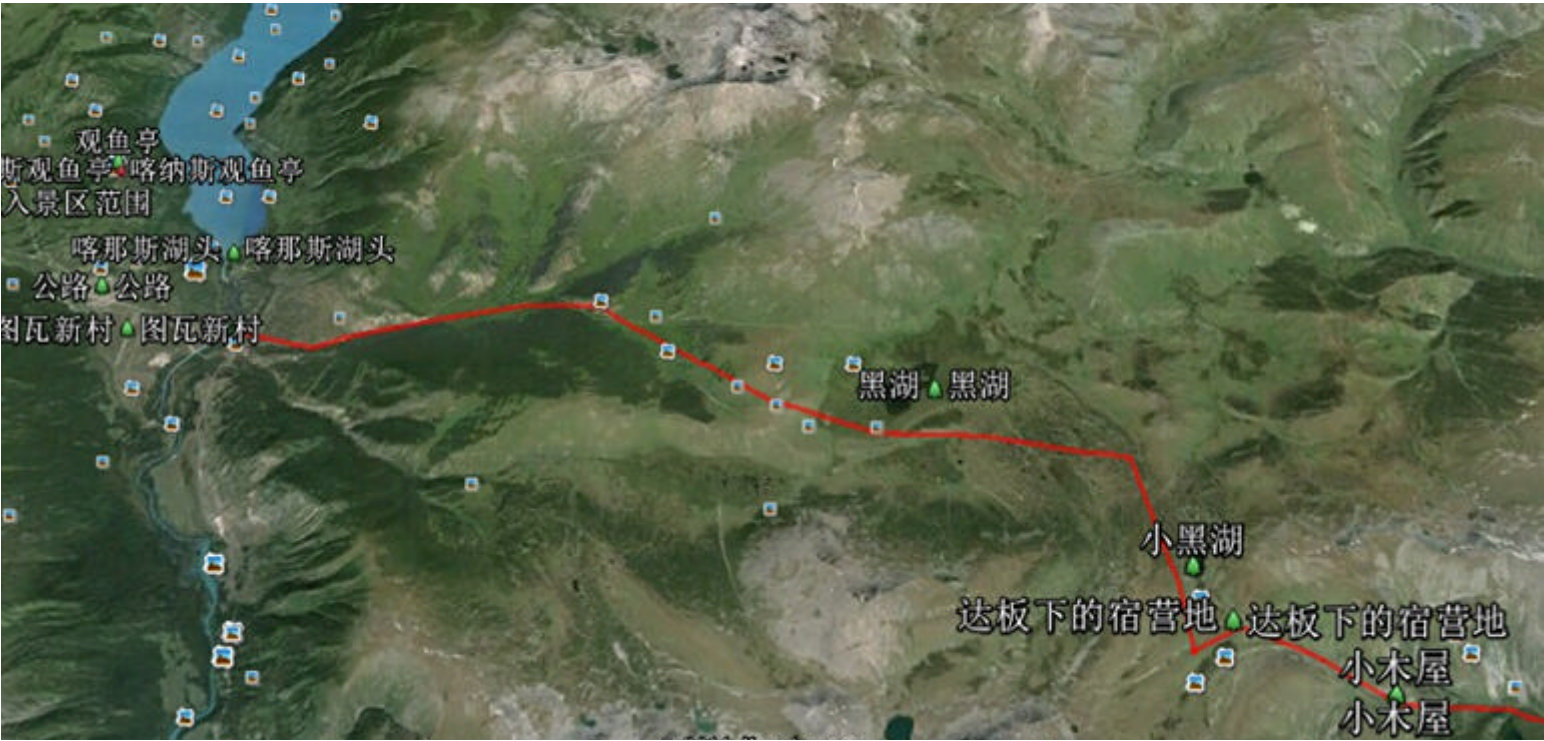
大黑湖：（48°40'30.48"北87°11'15.43"东）

动得沙拉：（48°41'57.59"北87°6'7.84"东）

终点喀纳斯：（48°41'44.53"北87°1'45.77"东）

喀纳斯景点

乘区间车前往观鱼亭，观赏云海、喀纳斯湖、喀纳斯国家地质公园。从观鱼亭下来后可沿木栈道去十里枯木长堤，之后坐区间车游览鸭泽湖、神仙湾、月亮湾、卧龙湾等景点。其中喀纳斯门票150元，区间车90元。



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

装备要求

徒步鞋、背包（65升以上）、背包、帐篷、舒适度-10°睡袋、防潮垫（建议泡沫防潮垫）、雪套、双手杖、冲锋衣裤、雨披、保暖服、保暖手套、3-4双袜子、头灯、墨镜、防晒用品、炉头、锅灶、气罐、火机、照相机、小刀、红糖、食品（两顿早餐+两顿午餐+两顿晚餐）、其中禾木喀纳斯都有食宿可以补充，零食（葡萄干、干果、巧克力、牛肉干、压缩饼干等）、根据自己身体状况携带一些自备药品。抗高反药红景天。

建议带1瓶葡萄糖水。葡萄糖水能迅速增加人体能量、耐力、可用作血糖过低、感冒发烧、头晕虚脱、四肢无力及心肌炎等症的补充液。可用葡萄糖粉兑制，价格500克装的葡萄糖粉5元左右，各药店均有销售。男士背包控制在20公斤左右，女士背包控制在15公斤左右。



Columbia哥伦比亚
男式防晒遮阳帽



Columbia哥伦比亚
女式防晒遮阳帽



Columbia哥伦比亚
背包40L



Columbia哥伦比亚
500ML保温水壶

物资补给

Columbia哥伦比亚天山百货店	乌鲁木齐市天山百货大楼 5 层
Columbia哥伦比亚美美百货店	乌鲁木齐友好北路589号美美百货四楼
Columbia哥伦比亚友好商场店	乌鲁木齐友好北路518号友好商场4楼
Columbia哥伦比亚友好购物中心店	乌鲁木齐市北京北路147号汇嘉时代购物中心3楼

公用装备

GPS、指北针、绳索、主锁、扁带、急救包、熟悉次线路的向导。

人员要求

本活动对队员体力要求较高，不得有心肺病史及糖尿病等不适合高山剧烈运动的病情。出发前3天前请坚持体能锻炼，以保证穿越过程有一个良好的身体及生理状态。

当地美食

清炖羊肉、大盘鸡、风干牛羊肉、格瓦斯、酸奶、烤冷水鱼、汤饭、抓饭、马肠.....



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

注意事项

- 1、参加活动的队员须服从指挥，遵时守纪，不得擅自行动。
- 2、在户外活动中，团队精神格外重要，欢迎有互助精神的朋友参加。
- 3、参加队员自己的垃圾自己带，不得沿途抛弃。

风险评估

- 1、来自于徒步过程中脚部扭伤，正确穿着徒步登山鞋，科学分配体力，遇到脚扭伤请速与领队取得联系，以便及时处理。
- 2、来至于车程长的危险，请用好的车及熟悉车路的司机。
- 3、晒伤：提醒带遮阳帽，抹防晒霜，戴太阳镜。
- 4、车程较长：最好找有资质的车和司机
- 5、过河：做好保护。
- 6、少数民族地区：尊重当地宗教习俗。

当地客栈

红山有麦田青年旅社

电话：0991-4591488
地址：乌鲁木齐友好南路726号

新疆雷鸟国际青年旅舍

地址：乌鲁木齐市友好南路捷径巷11号
电话：0991—8833579 4212000 4212200
移动：13899961935。都在市中心凯宾斯基宾馆两边，经济实惠。

小白羊国际青年旅舍

将会为持优惠券的背包客和驴友，免费提供线路咨询，行程安排，行李寄存等其他服务和帮助。
咨询电话：0906-6528966 6528967（布尔津店） 18719927666（喀纳斯店）

当地户外队

度分秒户外探险俱乐部

电话：13899925570 谁怕！归去！，砾石探险俱乐部电话：0991-4599158

1+1探险俱乐部

电话：13999931911

周边线路

白哈巴、双湖、白湖、五彩滩、白沙湖.....

户外救援队

乌鲁木齐山友救援队 电话：15899100113 13579956100
蓝天救援队 电话：4006009958



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！