

 Columbia

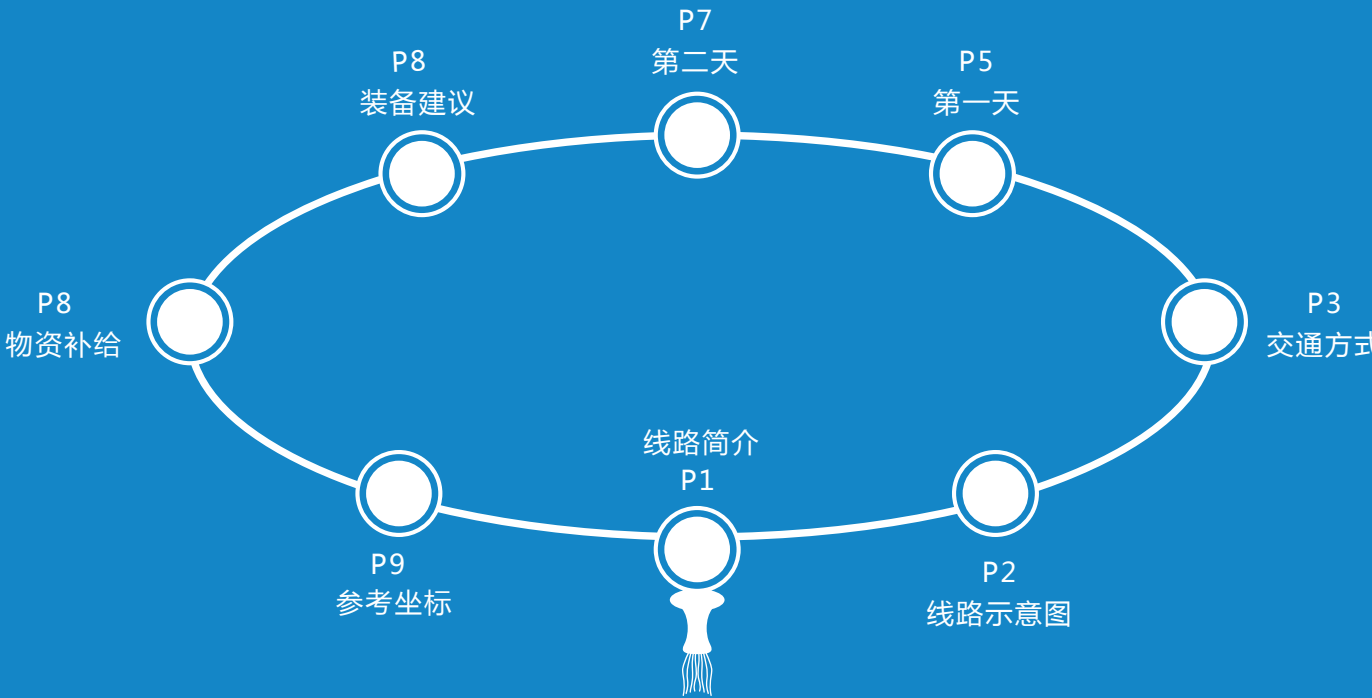
玩转户外全天候



100条徒步路线之
南北驼梁

南北驼梁

编辑：seasky



Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

南北驼梁

驼梁山位于平山县西北部冀晋两省交界处，与佛教圣地五台山遥遥相望，因山顶恰似驼峰而得名。主峰海拔2281米，为河北省五大高峰之一。驼梁层峦叠翠，林海涛涛，幽峡如画，瀑布成群，云海频出，气候宜人，万千景色引人入胜，集森林风光、草原风光、山岳风光为一体，植被茂盛、山青水秀。



驼梁四季宜人，春天，冰瀑遍布，杜鹃满山；夏天，千山披翠，万瀑齐飞；秋天，层林尽染，五彩缤纷；冬天，银妆素裹，冰雕玉剔。

驼梁穿越，也称南北驼穿越，主峰南驼与海拔2144米的北驼（百草驼）南北相望，距离20多公里，周围分布着五岳寨、天生桥、南驼三个国家级风景区，地形复杂、景色多变、植被丰富，是河北境内仅次于小五台的一条户外经典线路。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

南北驼梁

野外线路

南北驼是两座独立的山峰，范围比较大，且南驼、五岳寨与天生桥已经商业开发，因此围绕着两座山峰、三个景区派生出多条徒步线路，其中最常走的线路有：

- 1、跑泉厂1线：中台山-南驼-材林里-跑泉厂-山脊-北驼-辽道背-瓦窑（或北驼-天生桥-朱家营）
- 2、跑泉厂2线：中台山-南驼-箭杆沟-跑泉厂-山脊-北驼-辽道背-瓦窑（或北驼-天生桥-朱家营）
- 3、华塔线：中台山-南驼-运木沟-华塔-北沟-北驼-辽道背-瓦窑（或北驼-天生桥-朱家营）
- 4、旧营线：中台山-南驼-芦芽沟-旧营-香炉石-北驼-辽道背-瓦窑（或北驼-天生桥-朱家营）
- 5、羊道线：五岳寨-芦芽沟-南驼-秋卜潭沟-羊道-二王庄-北驼-辽道背-瓦窑（或北驼-天生桥-朱家营）

这其中的跑泉厂1、2号线路，穿越两个驼峰，线路成熟，道路清晰可见，不过需要两上两下，具有一定强度，一般需要2-3天完成。

华塔线强度强于跑泉厂路线，线路也更原始，尤其是北沟上山脊一线基本上没有现成山路，需要向导带路，否则很难走出来，一般需要3天时间完成。旧营线是路程最远、爬升最多的线路，强度比华塔线又强了不少，但是一路上森林、草甸、峡谷、溪流、村庄比比皆是，风景最美，一般需要3天时间完成。

羊道线是最原始、强度和难度最大的线路，除了线路更荒凉、更危险，羊道村到二王庄间还要翻一道山，且二王庄到北驼无水补给，负重也更大，因此羊道线是目前南北驼穿越中最考验体能和意志的线路。

跑泉厂的两条线路是驴友最常走的，一来线路成熟，不需要向导，二来沿途补给充足，无需过大负重，并且可以根据情况随时改变计划前往任何一个风景区。



去程、返程交通方式及价格

去程

每天早晨7:00，有一般从石家庄汽车北站前往驼梁（前大地）的班车，需要四五个小时，票价35元，中午到。

如果赶不上，可先从石家庄北站乘车抵达平山县，每5分钟一班，票价10元，车程40分钟，平山客运站每天早上8:00、8:30与15:00有班车前往驼梁，票价23元，车程两个多小时，如果没有班车的话，还有各种出租车，30元/人。

返程

从瓦窑或者朱家营，班车都是早晨前往阜平，所以下午或者晚上想要赶回石家庄或者保定，只能包车前往阜平县，价格大约200元/车，然后乘车前往保定或者石家庄离开。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

南北驼梁

野外行程介绍

行程介绍

D1

中台山村

▼

南驼

▼

材林里/箭杆沟

▼

跑泉厂村

D2

跑泉厂村

▼

山脊

▼

北驼

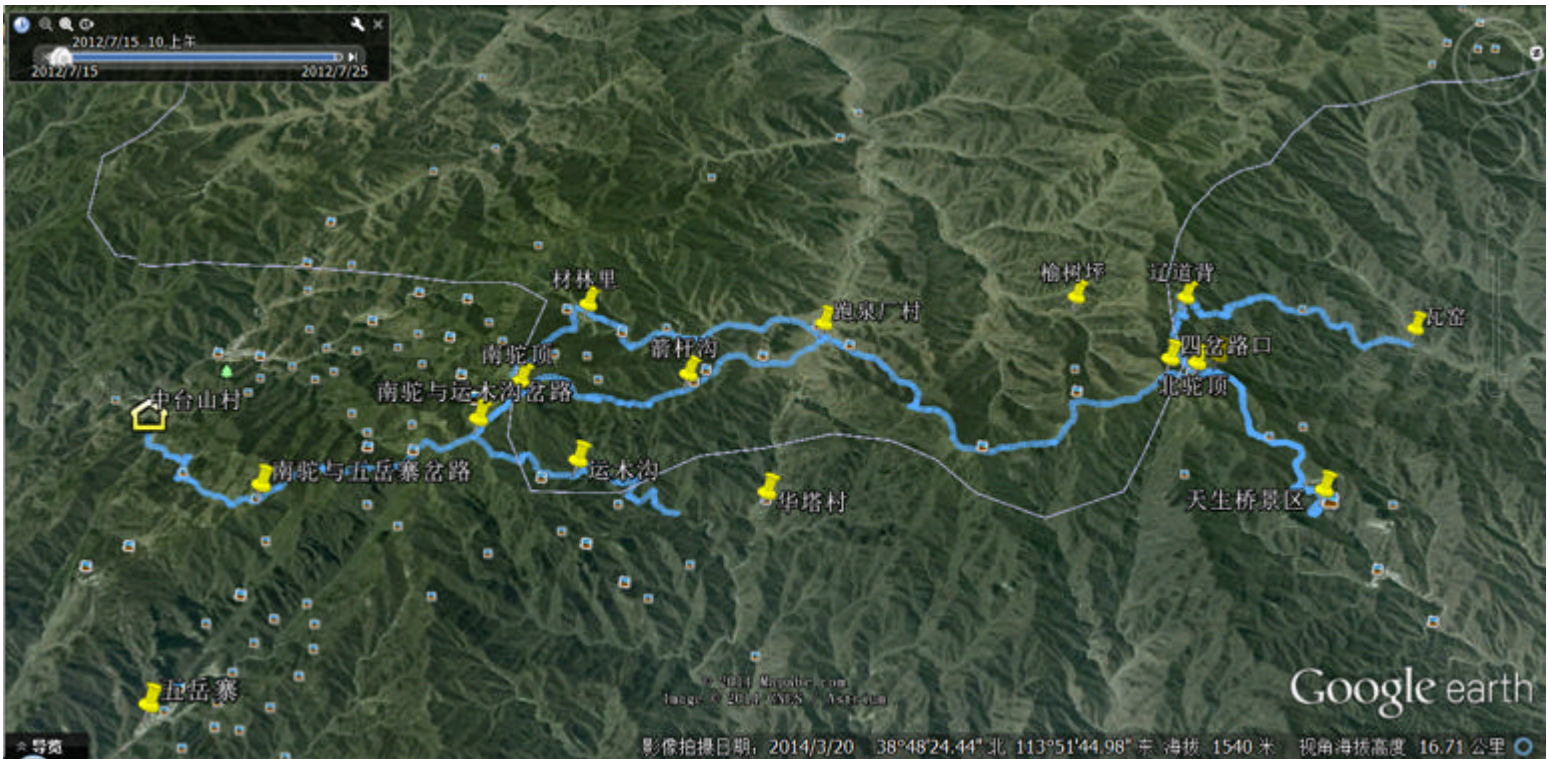
▼

辽道背村

▼

瓦窑（或北驼-天生桥-朱家营）

行程轨迹卫星图（GPS坐标图）

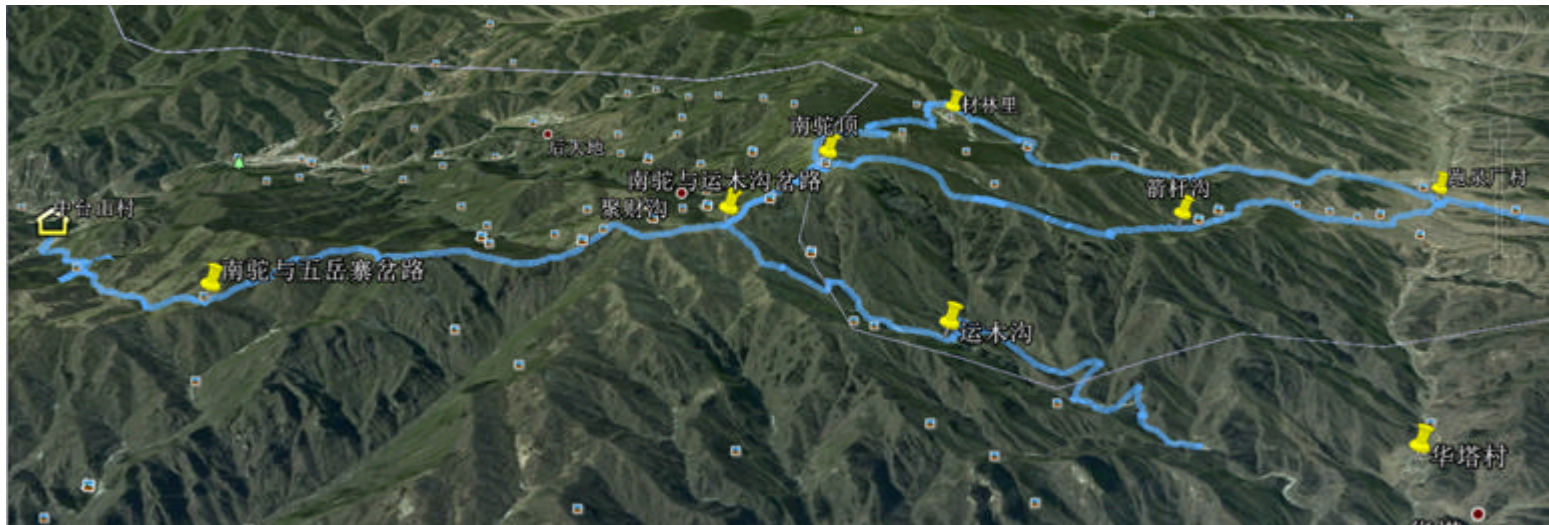




南北驼梁

南北驼梁 路线行程
D 1 - 2

D1 中台山村-南驼-材林里-跑泉厂村

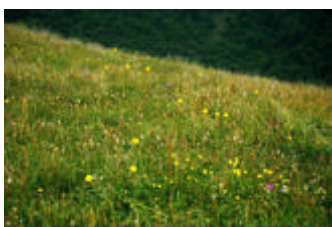


第一天：中台山村-南驼-材林里-跑泉厂村，徒步距离20公里，穿越时间8个小时。

早上从中台山村（GPS坐标 N38°42.4161' E113°48.4536'）出发，前往南驼顶。来到村尾山脚下的度假村，这里有明显的两条岔路，左手一条通往山顶，右手一条顺山腰通往垭口方向，两条最终都会汇聚在山脊上。沿左手的山路上山，线路明显，泥石路面，穿过一片树林，有一条岔路，往左前往南驼山脊，往右前往立板石。沿着左边小路到达山脊，山脊处是驼梁与五岳寨岔路标志（GPS坐标 N38°43.3497' E113°49.5913'），往左是驼梁，往右是五岳寨。

往左沿着山脊一路横切，泥石路面，道路明显，如果遇到岔路，只管找最宽的走。沿途是大片的高山草甸，夏季时这里百花盛开，五彩斑斓。在穿过第二片森林后，继续前行，又一个有明显三叉路口（GPS坐标 N38°45.888' E113°49.4465'），这里出现第一个饭店，左边是通向南驼顶，右边是通向运木沟的小路。

过了岔路，往前很快就进入南驼景区，路上已经有面馆、小卖部、各种摊点，经营各种食品、饮料，后面是景区的石板路，到达主峰之前几乎没有岔路。在海拔海拔2281的南驼峰顶（GPS坐标：N38°45.2906' E113°49.2705'）拍照、吃饭，略作休整。



Columbia哥伦比亚 Omni-Tech 奥米 • 防水夹克

户外露营，昼夜温差较大，推荐使用Columbia哥伦比亚韩版防水夹克立体修身剪裁，采用奥米•防水技术，具有良好的防水性能。采用拉链和三点连接式三合一系统，可以根据气温状况，随意添加各种内胆。



男式Omni-Tech奥米 • 防水夹克

弹性舒适面料穿着更加舒适，肘部立体剪裁，穿上更加有型。同时有可拆卸风帽，刮风下雨时刻收紧风帽。晴天也可以卸掉风帽。非常方便。更适合春天多变的天气。



女式Omni-Tech奥米 • 防水夹克

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

下山的路有三条：一条是沿原路返回，运木沟的岔路口下山，经运木沟到华塔。第二条，是从峰顶沿山谷向下走，在一家小饭店处有一个岔路，沿着小路往山谷里走，穿过树林和峡谷，经箭杆沟一路下到跑泉厂。第三条是传统的线路，从岔路口沿着大路一直往前，经材林里下到跑泉厂，这条路游客走的很多，最安全。

后两条无论哪条，都是到达跑泉厂村，材林里路宽人多，适合大队伍或者对路线不熟悉的驴友，箭杆沟一直在树林里穿行，下降速度快，有一些岔路。



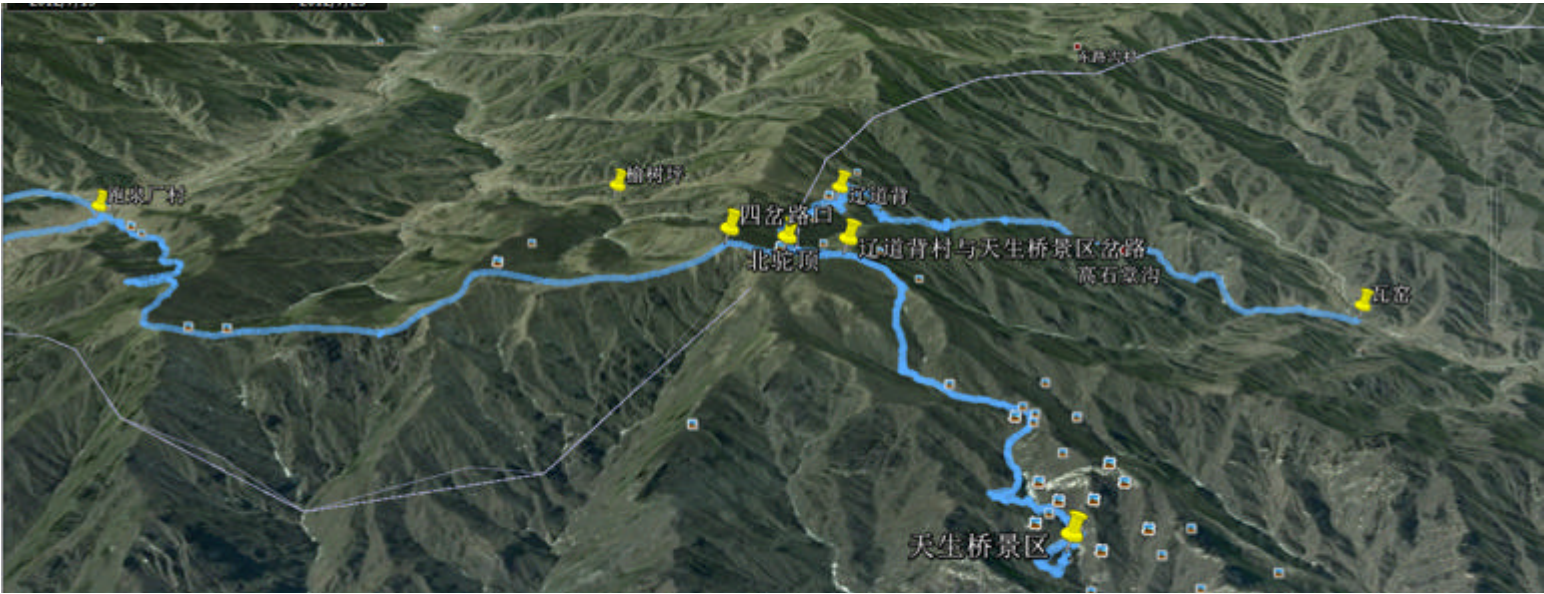
但是一定要往下走，直到土公路出现。

夜宿跑泉厂村（GPS坐标 N 38°47.5334' E113°48.5364'）。

注意事项：

- 1、中台山村村口有溪水，爬升过程中也有溪流，但是到南驼顶附近就没有水了，如果补充水源只能购买。
- 2、沿途岔路不少，但是切记沿着最宽的路一直走，就不会错。
- 3、南驼已经开发成旅游景点，山上有小卖铺、餐馆，可以解决午餐问题，所以不用带太多的食品上山。
- 4、跑泉厂村只有一家可以提供住宿，但也仅限几个人。
- 5、跑泉厂村有小卖部，可以提供一些食品和饮料等。
- 6、村外有几片草地，是非常好的营地，村口有小溪流过，水质不错。
- 7、中台山村、南驼顶和跑泉厂村都有手机信号，但往返南驼路上信号不稳，时断时续。

D2 跑泉厂村-山脊-北驼-辽道背-瓦窑



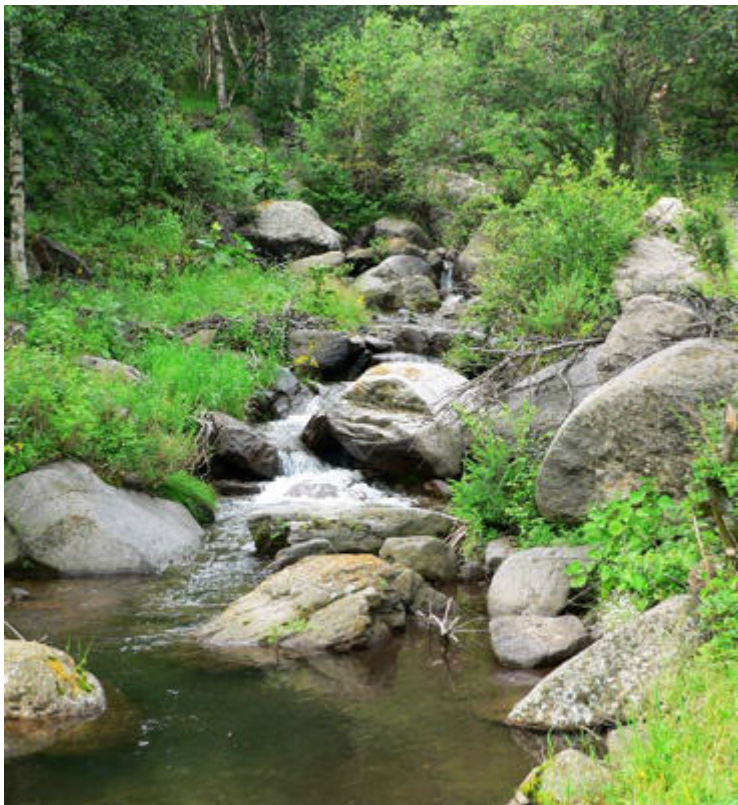
第二天：跑泉厂村-山脊-北驼-辽道背-瓦窑，全程18公里，徒步时间7个小时。

早上出发，离开跑泉厂村，前往北驼。

从跑泉厂村上北驼，有二条路可以选择，一条在村后面，沿着沟一直向上，另一条从村口的东面、去华塔土路的北侧沿着一个溪谷向上，最终两条路在山脊上汇合，第二条沿着溪谷，要频繁的跳溪，比较有趣，也更有难度。

上到山脊，往东北方向走就是北驼峰顶。从这里开始，就一直沿着左侧山脊横切，沿途也多是泥石路。沿途比较大的岔路，是从山脊沿着山沟下到榆树坪村，除此之外绝大部分路段的线路明显，如果无法确认道路，一定要坚持沿着山脊的左侧走，一直往上就能到北驼。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线



Columbia哥伦比亚 Outdry立体轻盈防水鞋

路况复杂，环境多变，推荐穿着Columbia防水多功能徒步鞋，Outdry立体轻盈防水鞋帮配合保护性鞋头，持久保持干爽和轻便。



男式Outdry立体轻盈防水鞋

Techlite轻盈缓震技术结合多元稳定缓震中底，给予舒适体验及缓震保护，无痕Omni-Grip奥米•户外抓地技术配合微型鞋钉设计，抓地耐磨。



女式Outdry立体轻盈防水鞋

沿着山脊的山路，一直到北驼下面的山坳处，那里是一个三叉路口（GPS坐标 N38°50.1791' E113°50.2130'），向北面继续爬升几分钟就可以到北驼峰顶，向左进入树林沿山路往下前往辽道背村，向右沿着山脊横切可以通往天生桥景区。

上到北驼峰顶（GPS坐标 N38°50.2856' E113°50.2779'），北驼海拔2144米，峰顶没有什么特别风景，天气晴朗时，可以远眺到山西的五台山。

在北驼顶休息后，沿着山路往北，有一个分叉路口（GPS坐标 N38°50.4092' E113°50.2302'），往左走通往辽道背村，往右则通往天生桥风景区。从该岔路沿着沟一直向下，穿过森林和草甸，路线清晰，大概四十多分钟就可以抵达辽道背村（GPS坐标 N38°50.4565' E113°49.2723'）。

辽道背几乎是一个被荒废的山村，只有几户留守的人家，村里有小卖部，可以补充饮料。从辽道背再继续往下，大概一个小时就可以到达瓦窑（GPS坐标 N38°52.4215' E113°49.5830'），从这里包车前往阜平，然后乘坐班车前往石家庄或者保定。



注意事项：

- 1、北驼顶无水源，辽道背可以补充水。
- 2、北驼顶无手机信号，直到辽道背前手机信号都不稳定，最好提前联系车辆。
- 3、汽车可以开到辽道背，可以让汽车开到辽道背村接，或者在辽道背村租机动三轮车前往瓦窑。
- 4、进入天生桥景区会被收取50元的门票钱。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

装备要求

登山包、登山杖、护膝、防水袋、徒步鞋、速干袜、拖鞋（非必须）、帐篷、防潮垫、睡袋、冲锋衣、抓绒衣、保暖服（非必须）、冲锋裤、速干裤、抓绒裤、排汗内衣、速干内裤、雨衣（非必须）、遮阳帽、棉帽（非必须）、手套（非必须）、头巾、炉头、套锅、水壶、水袋、保温杯（非必须）、气罐（集体采购）、对讲机（非必须）、眼镜、头灯、登山手表、手机、电池、GPS（非必须）、日用品、相机、电池、存储卡、三脚架（非必须）、药品（感冒药、腹泻药、止疼药）等。



物资补给

Columbia哥伦比亚北国商城店	石家庄市中山东路188号北国商城5楼
Columbia哥伦比亚先天下购物中心店	石家庄市中山东路326号北国先天下4层
Columbia哥伦比亚新百广场店	石家庄市中山西路139号新百广场6层

最佳穿越季节

南北驼适合一年四季前往，其中7月是最佳时节，此时平均气温为19度，三伏如春，清凉宜人，南北驼绿草如茵、野花遍布、色彩斑斓。

人员要求

南北驼跑泉厂线路路线成熟，沿途有村落和景区，相对安全，但路程较长，适合具有一定户外经验、有一定体能保证的驴友参与。南北驼其它户外路线，线路原始，不适合大队伍前往，并且建议聘请向导，以免在错综复杂的山林中迷路。

当地特色美食

- 扒糕

以荞麦面加水加热搅拌而成，切成小块配醋蒜等调料，春夏吃，可调口味，开胃口。
- 缸炉烧饼

用火炉烧缸制作的烧饼，因此叫缸炉烧饼。用缸制作食品是一种很独特的方法，它利用了“缸”的光滑、耐火和厚度，烧出的烧饼不糊、面光，吃起来香、酥、脆。这种烧饼的制法在火候上极讲究，因缸里呈凹形，凉或热烧饼都要滑下来。缸炉烧饼形圆，上有花檐，大小同现在的芝麻烧饼差不多。

Columbia玩转户外全天候 100条徒步路线

当地特色美食

驴肉火烧

源自河北保定的驴肉火烧是华北地区很受欢迎的小吃，在石家庄也能吃到很正宗的火烧。驴肉应该是陈年老汤（熬制多年而成），加秘制佐料，大锅炖制而成最佳。火烧为一种面食，一般为死面做成，将其在饼铛里烙熟后，架在灶头里烘烤，使其外焦里嫩，趁热用刀劈开，加入热腾腾的熟驴肉，火烧口感酥脆，驴肉肥而不腻，回味无穷。

面揪

以小麦面加水搅成糊状，加小葱或韭菜、食盐少许，在锅内摊成薄状，加热制成。蘸醋蒜吃，味鲜美，开口胃。

推圪隆儿

将攸麦面团用大母指在手掌上的搓成猫耳状小卷，蒸熟后沾醋蒜等调料食用。

油鬼

又叫嘎叉油鬼，是平山最独具特色的风味小吃，堪称平山一绝。这是一种油炸食品。这炸“油鬼”，看起来，与油条无异，但其中间做折身状，似一跪着的小人。

周边其它线路推荐

- 1、大五台朝圣
- 2、朱家营-沙岭-鸡蛋石穿越
- 3、木桥到沙岭穿越
- 4、白石山穿越
- 5、涞源桃木疙瘩穿越

起点、终点、沿途标志性地标、重点路口参考坐标

中台山村	N38°42.4161′	E113°48.4536′
驼梁与五岳寨岔路	N38°43.3497′	E113°49.5913′
三叉路口	N38°45.888′	E113°49.4465′
南驼峰顶	N38°45.2906′	E113°49.2705′
跑泉厂村	N38°47.5334′	E113°48.5364′
四叉路口	N38°50.1791′	E113°50.2130′
北驼峰顶	N38°50.2856′	E113°50.2779′
辽道背与天生桥叉口	N38°50.4092′	E113°50.2302′
辽道背村	N38°50.4565′	E113°49.2723′
瓦窑	N38°52.4215′	E113°49.5830′



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！