玉山之旅 103.10/17~19

玉山3952公尺，東北亞第1高峰，近十多年來儼然發展成光觀路線，但登山仍有它的危險性，尤其有心血管疾病者切勿冒險。

第一天:第一天可提早上山,到塔塔加附近步道行走.適應一下高度,下午六點之前須集

合完畢,最晚六點以前須到達餐廳用晚餐,七點鐘集合聽取簡報,逐一檢查裝備後,

自由活動最晚十點鐘就寢。(可能昰住上東埔山莊，大通舖)

第二天:6:00起床,6:30用早餐,7:10出發,偉大的一天開始了…. 先在玉管處檢查哨點名查驗你的証件及入園證-→查驗後搭接駁車到登山口→(檢查站到登山口2公里搭接駁車6分鐘)→玉山登山口(0k,高度2600m)整裝拍照後開始登山行程→走50分鐘到孟祿亭休息有廁所( 1.7k , 高度2800m)→走30分鐘到前峰登山口休息(2.8k高度2900m)→走80分鐘到觀景平台(5k高度3000m)休息午餐(自理) 有廁所 →走70分鐘大峭壁(6.4k高度3232m)→再走70分鐘就可到達排雲山莊(8.4k高度3400m)(宿)(排雲用晚餐)有廁所。行程共約4.5~5小時，到達排雲山莊後卸下所有裝備，14:30集合，體能可以者再往西峰攻頂，17:00返回排雲山莊用晚餐。排雲山莊是通舖，依照你抽中的床位住宿，睡覺前要把明天要攻頂的 雨衣、保暖衣、乾糧、頭燈、保溫瓶、一瓶礦泉水、相機等先預備好，其他的東西就留在床上，下山回來再整理，晚上溫度比平地低20度 請自行帶夠禦寒衣服。餐後欣賞夜景，隨著夜幕低垂，微亮的月光，伴隨入夢的是玉山的風情。

第三天:清晨2:00起床早餐後輕裝攻頂,由排雲山莊至主峰約2.5~3小時,沿途經碎石坡….風口….上主峰賞日出.回程先到排雲山莊吃麵休息，11:00再整裝走回登山口，途中要自備行動糧，下午3:30乘車歸賦，晚餐慶功宴。

\*\*塔塔加至登山口專用接駁車,來回往返車資每人費用為200元(另自費)

山區概述:玉山山區係本省海拔最高之山群集成,有多座三千公尺以上之山峰,峰

峰相連,能列名高山百岳者竟有主峰、東峰、峰、前峰、西峰、南峰、

小南山、南玉山、東小南山等共九座之多,惟山勢高峻險惡, 踐履艱難,

其中主峰與北峰,坐鎮中樞,巍峨挺拔,領袖群峰,為現今最熱門的攀登路線.

第三天：02:00起床 排雲山莊用早餐→02:30排雲山莊出發→走40分鐘到圓峰三岔路口記得要走左邊往主峰方向走(高度3560m)→再走90分鐘道主北岔路口→爬35分鐘後登上玉山主峰(10.6k高度3952m) 溫度很低 夏天都在5度以下 秋冬都在0度以下 風很大 人很多 趕快拍照 停留約30分鐘後下山 →三岔路口(55分鐘)→排雲山莊 吃麵後整理裝備集合後原路下山→大峭壁(40分鐘)→西峰觀景台廁所(40分鐘) →孟祿亭廁所(90分鐘)→登山口(40分鐘)搭接駁車

**請記得帶身分證**

**高山裝備：**

**（1）50~60公升背包、防風雨透氣外套1件、長袖排汗衣1~2件，排汗長褲1件，保暖排汗長袖內衣1件，中層保暖衣(or羽毛衣)1件，厚襪1~2雙、中高筒防水登山鞋、雨褲、頭燈(或手電筒)、登山杖、護膝、鐵碗筷、布手套、500 CC保溫瓶壹支、水600 CC、牙刷牙膏、毛巾、便帽保暖及防曬用。個人藥品。**

**（2）：早、晚餐規定向排雲山莊購買、並供應熱開水，不得自己開伙。**

**（3）：自帶隨身包咖啡、茶葉、麵包、餐包、巧克力、水果。**

**（4）：每人均有床位、（免背公糧&睡袋）。**

**（5）：每人保險貳佰萬＋貳拾萬醫療給付。**

**請注意：**

**1.雨衣雨褲(兩件式 不管晴天雨天都一定要帶)，防水功能要好，重量要輕，尤其是Gotex外套，如果已有5年以上，更要測試防水功能，以免衣服被滲濕，在高山要特別注意以防失溫，多預備一件長袖排汗衣可更換，以防萬一。所有衣物襪子都要用塑膠袋包起來。**

**2.襪子最好內穿1雙薄的，再外穿1雙厚羊毛的，保護腳底。**

**3.登山鞋要有防水的，大小要穿厚襪子之後還要有1指的空隙。**

**兩天的中餐 以麵包 水果 巧克力等 隨時可以拿起來吃的食物較好 ，最好不要帶泡麵爬山消耗體力大 很快餓 要比平常多的量才夠。**