

那瑪峰 登山計劃 隊員招募

圖片來源：lis99.com

香港攀山協會 45週年紀念活動

攀登 那瑪峰 Nama Peak

2018年4月，香港攀山協會踏入45週年，自成立以來，本會會員除經常在香港遠足登山外，到海外攀山的足跡也曾遍及亞洲、歐洲、北美洲及非洲多座高海拔山峰。今年，為慶祝本會成立45週年，我們繼續秉持推廣攀山運動的宗旨，計劃組隊前往位於四川省康定縣的貢嘎山脈，攀登海拔5588米的「那瑪峰」(Nama Peak)。

那瑪峰屬於貢嘎山系，是貢嘎衛峰(側峰)之一。自2001年4月下旬由德國比利夫夫婦登頂後才被世人留意，開始有組織的攀山活動。從開始徒步到抵達C1營地，一路風景絕佳，能夠深刻感受到貢嘎地區的多樣山色。而從C1營地到頂峰的攀登，則是體驗入門級技術性雪山的不二選擇，

碎石坡、冰裂縫、陡峭的雪坡、暴露感強的山脊等，都可以給人很好的攀登感受。

海拔落差超過3000米，自下而上為亞熱帶、暖溫帶、寒溫帶、亞寒帶、寒帶，每一次氣候的轉變，都是極致的體驗。雪山、高原、原始森林、高山草甸、高原湖泊、河流、寺院、藏居有如一線串起。

千里迢迢只為一睹蜀山之王的風采，以徒步的方式，最能體會自然本身的質樸，更能貼近當地人的現實生活，感受獨特的藏族文化，這次活動也體現了香港攀山協會歷年對攀山的堅持！

2018年4月

那瑪峰登山計劃

日期：2018年10月13日至10月24日 (修訂)

行程：□ 23□)□ 山□ □ □

費用：預計港幣15,000元 (包括登山費及來回機票，不含個人使費及裝備)

人數：10人

對象：18歲或以上會員或非會員，有遠足露營或攀山活動經驗，如持有認可攀山（攀岩、山藝或運動攀登）證書者更佳。

簡介會：2018年5月31日
(登山隊員必須出席)

集訓期：2018年6月至9月

攀登「那瑪峰」9天行程

(只作參考，實際行程根據天氣因素調整)

第一天	成都 下午14點前到達成都酒店。下午進行活動行前說明會，檢查裝備。晚上聚餐
第二天	成都-草科 乘車前往草科，到達草科入住酒店，下午進行行前說明會，並分發技術裝備。
第三天	草科—巴旺海—下子梅村 草科乘車到達界碑石，徒步進入巴旺海，大概4小時徒步後可到達下子梅村（海拔約為3200米）
第四天	貢嘎寺—大本營 沿著溪谷一直朝貢嘎山峰的方向行進，爬升路段約5小時的路程，可以到達大本營（海拔4369米）
第五天	大本營 適應海拔，大本營休整一天，由教練帶領做適應訓練，並且學習登山技能訓練。
第六天	大本營—C1營地 路段多為碎石坡，經過4小時的徒步，到達C1營地（海拔4900米）海拔上升531米
第七天 (嘗試攻頂)	C1營地—衝頂—大本營 衝頂，約4小時（海拔5588米）。到達頂峰後下撤至C1，再下撤至大本營（海拔4369米）。
第八天	大本營—草科 大本營出發，徒步返回，約8小時路程，在草科休整一夜（海拔3200米）
第九天	草科—成都 乘車返回成都。

招募登山隊員

有意參加「那瑪峰登山計劃」，請預先報名。登山隊員有機會參與籌備攀山計劃及編排行程。並需參與集訓。

報名日期：即日起至2018年5月27日止

報名方法：填妥及交回報名表格。

電郵 hkma1974@gmail.com 或

郵遞 GPO Box 10548

備註：報名時無需付款。本會於2018年5月29日或以前，以whatsapp及電郵方式通知成功加入登山隊之人士有關簡介會詳情。

「那瑪峰」報名表格

登山計劃隊員招募

個人資料

中文姓名：_____ 會員編號： _____

英文姓名： _____

性別： 男 女 出生日期： _____ (dd/mm/yyyy)

手提電話： _____ 電郵： _____

香港住址： _____

香港居民： 是 否 (請注明國籍： _____)

攀山經驗

本地活動 攀岩 運動攀登 遠足 露營 定向

海外 (請注明地點及年份)： _____

其他： _____

如持有認可攀山證書，請提供以下資料：

攀岩 初級 年份： _____ 發出機構： _____

中級 年份： _____ 發出機構： _____

高級 年份： _____ 發出機構： _____

運動攀登 一級 年份： _____ 發出機構： _____

二級 年份： _____ 發出機構： _____

三級 年份： _____ 發出機構： _____

山藝 初級 年份： _____ 發出機構： _____

中級 年份： _____ 發出機構： _____

高級 年份： _____ 發出機構： _____

冰雪訓練 年份： _____ 發出機構： _____

簽名： _____ 日期： _____