Narshing Chowk, Thamel, Kathmandu, Nepal
+977 9823621022 · info@mounteverestgo.com

珠穆朗玛峰纪录片探险 – 21 天

每日行程

起价
US$2,990
每人

时长	最高海拔	难度	地区	团队人数
21 天	**5,545 m**	困难	珠穆朗玛峰地区	最多 6

Dates, prices and booking online: https://mounteverestgo.com/zh/绊/珠穆朗玛峰纪录片探险/

亮点体验



全面的21天拍摄探险，涵盖所有主要的昆布地点。.



Three Passes (Renjo La, Cho La, Kongma La) plus Gokyo Lakes and Everest Base Camp.

- 适合电影的工作人员与搬运工安全携带相机外壳的搬运工。.
- 高温营地的太阳能电池板充电站可连续电池供电。.
- 夏尔巴语主题采访由我们的指南提供英文翻译。.

ITINERARY AT A GLANCE

天数 1	抵达加德满都	1,400 m
天数 2	探险前生产会议	1,400 m
天数 3	飞往卢卡拉&长途跋涉Phakding	2,610 m
天数 4	长途跋涉纳姆泽集市	3,440 m
天数 5	适应环境中纳姆泽	3,880 m
天数 6	长途跋涉Tengboche	3,860 m
天数 7	长途跋涉丁博泽	4,410 m
天数 8	南卡商的适应与徒步旅行	5,083 m
天数 9	跨越康马拉到洛布切	5,535 m
天数 10	徒步前往戈拉克谢普和珠穆朗玛峰大本营	5,364 m
天数 11	卡拉帕塔尔的日出	5,545 m
天数 12	第二个卡拉帕塔尔射击和大本营	5,364 m
天数 13	跨越Cho La到Gokyo	4,790 m
天数 14	国京里和湖边的日出	5,360 m
天数 15	跨越伦霍拉到马隆	4,210 m

天数 16	跋涉到泰晤士河	3,820 m
天数 17	跋涉到南切	3,440 m
天数 18	长途跋涉到卢卡拉	2,840 m
天数 19	飞往加德满都	1,400 m
天数 20	后期会议和观光	1,400 m
天数 21	最终出发	



费用包含

- 私家车中的所有机场接送和降落
- 加德满都酒店（3晚，B&B），提供欢迎和告别晚餐
- 适用行程的国内航班
- 私家车中的所有地面交通工具
- （适用于适用的TIMS、国家公园、保护区、禁区）
- 徒步旅行期间，每天三餐 (BLD) 与茶/咖啡
- 徒步旅行期间的茶馆或露营住宿
- 6 人以上团体的经验丰富的英语徒步旅行指南和助理指南
- 带全额保险的搬运工（每 2 辆徒步旅行者 1 人，15 公斤行李限额）
- 睡袋、羽绒服和行李袋（可退还押金）
- 急救箱、脉搏血氧仪和紧急氧气
- 用于紧急通信的卫星电话
- 所有政府和地方税
- 适合电影机箱的搬运工与电影友好的电影组
- 高营地的太阳能充电站
- Gorak Shep 的专用大本营 3 晚
- 夏尔巴主题访谈的英文翻译
- 探险前地点侦察咨询

入山通行证 —— 全程为您代办妥当

- Sagarmatha 国家公园入境许可证、Khumbu Pasang Lhamu 农村市政当局入境许可证、TIMS 卡。 无人机许可证应要求单独安排。.

不含

- 往返加德满都的国际机票
- 尼泊尔签证费（15天30美元，30天50美元）
- 旅行和高空救援保险（强制）
- 个人徒步装备和服装
- 热水淋浴、Wi-Fi、设备充电和酒精饮料
- 加德满都的午餐和晚餐
- 向导、搬运工和司机的提示（建议 10–15% 的行程费用）
- 不可预见的事件（天气、航班延误、航线变更）的费用
- 摄像机和音频设备
- 无人机许可证（如需要，500–1000美元）
- 直升机开采（可选，2000–3000美元）

完整逐日行程安排

01 抵达加德满都

海拔: 1,400 m **住宿:** 三星级酒店

到达和设备检查。 晚宴与船员简报会。.
住宿: 3 Stars Hotel · **餐食:** Dinner · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

02 探险前生产会议

海拔: 1,400 m **住宿:** 三星级酒店

与船员的全天生产会议。 位置侦察咨询和射击名单审查。.
住宿: 3 Stars Hotel · **餐食:** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

03 飞往卢卡拉&长途跋涉Phakding

海拔: 2,610 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

风景飞翔的航班 卢克拉. 。 短途跋涉 皮丁. 。 下午拍摄夏尔巴村生活。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Phakding (2610 m)

04 长途跋涉纳姆泽集市

海拔: 3,440 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

跨过悬索桥并爬到 南切. 。 在希拉里桥和纳姆切的观景点拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Namche Bazaar (3440 m)

05 适应环境中纳姆泽

海拔: 3,880 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

珠穆朗玛峰景观酒店的日出拍摄。 夏尔巴市场拍摄。 夏尔巴语采访。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Namche Bazaar (3880 m)

06 长途跋涉Tengboche

海拔: 3,860 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

跋涉到 腾博切. 。 下午经许可拍摄的寺院。 晚间唱诵仪式。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Tengboche (3860 m)

07 长途跋涉丁博泽

海拔: 4,410 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

继续 丁博切. 。 洛子南面和岛峰的日落拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Dingboche (4410 m)

08 南卡商的适应与徒步旅行

海拔: 5,083 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

以马卡卢全景拍摄的方式适应徒步旅行。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Nangkartshang (5083 m)

09 跨越康马拉到洛布切

海拔: 5,535 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

穿越三个通行证中的第一个（Kongma LA，5,535m），进行戏剧性的冰川拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Kongma La (5535 m)

10 徒步前往戈拉克谢普和珠穆朗玛峰大本营

海拔: 5,364 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

跋涉到 戈拉克 • 谢普. 。 下午拍摄 珠穆朗玛峰大本营 与昆布冰瀑。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gorak Shep (5364 m)

11 卡拉帕塔尔的日出

海拔: 5,545 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

黎明前攀登 卡拉帕塔尔 标志性的珠穆朗玛峰日出拍摄。 多个需要作为光的变化。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gorak Shep (5545 m)

12 第二个卡拉帕塔尔射击和大本营

海拔: 5,364 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

第二次日出拍摄 卡拉帕塔尔 有不同的角度。 下午大本营生活拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gorak Shep (5364 m)

13 跨越Cho La到Gokyo

海拔: 4,790 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

用冰川拍摄穿过第二个通道（Cho la，5,420m）。 下降到 高桥湖.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gokyo (4790 m)

14 国京里和湖边的日出

海拔: 5,360 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

黎明前攀登 戈京里 珠穆朗玛峰、洛子、马卡卢和赵奥尤的日出。 湖泊反射拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Gokyo (5360 m)

15 跨越伦霍拉到马隆

海拔: 4,210 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

穿过整个徒步旅行中最引人注目的山区全景，穿过第三关（Renjo LA，5,360m）。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Marlung (4210 m)

16 跋涉到泰晤士河

海拔: 3,820 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

下降到 泰晤士河 村。 下午在昆布最古老的泰晤士寺拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Thame (3820 m)

17 跋涉到南切

海拔: 3,440 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

归还 南切 热水淋浴、面包店款待和最终的文化拍摄。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Namche Bazaar (3440 m)

18 长途跋涉到卢卡拉

海拔: 2,840 m **住宿:** 茶馆或徒步客栈

最后的徒步旅行日 卢克拉. 。 与船员庆祝晚宴。.
住宿: Tea House · **餐食:** Breakfast, Lunch, Dinner · **Overnight:** Lukla (2840 m)

19 飞往加德满都

海拔: 1,400 m **住宿:** 三星级酒店

早上飞到 加德满都. 。 设备清洁和组织。.
住宿: 3 Stars Hotel · **餐食:** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

20 后期会议和观光

海拔: 1,400 m **住宿:** 三星级酒店

后期制作会议。 下午观光 加德满都 用于额外的 B 卷。.
住宿： 3 Stars Hotel · **餐食：** Breakfast · **Overnight:** Kathmandu (1400 m)

21 最终出发

转机前往国际机场，搭乘航班。.
餐食： 早饭