

# Снежная Гора Мэйли и горы Лао Цзы



## Уровень подготовки

хорошая физическая форма и готовность ходить по горам 6-8 часов в день

**от 179 602 руб. (2 080 USD)**

Ближайшая дата: **8 - 23 октября**

**16 дней / 15 ночей**

Другие даты:

**16 апреля - 1 мая 2026**

## Менеджер тура



**Бложко Дарья**

Телефон: **8 (495) 229 50 70 (доб. 119)**

Мобильный: **+7 (952) 200-12-15**

E-mail: **agent1@alpindustria-tour.ru**

Треккинг в провинции Юньнань

В стоимость включены все переезды, проживание, питание и экскурсии. Вас ждут:

- старый город Лицзян с его каменными улицами и бесчисленными мостиками,
- трекинг вдоль ущелья Прыгающего Тигра,
- город Шангри Ла и монастырь Сонцанлинь,
- трекинг к Снежной Горе Мэйли и священному пику Кавагебо,
- трекинг в горах Лаоцзюй, курносые обезьяны и 99 Озер Дракона,
- город Каменный барабан и знаменитый изгиб реки Янцзы,
- прогулка по западным холмам туманного озера Дянчи.

# План путешествия



## День 1

Прилет в Куньмин.  
Прибытие в Куньмин, центр провинции Юньнань, во второй половине дня. Встреча в аэропорту, трансфер в отель. После размещения знакомство с городом. Едим в Green lake park. Цветущий парк с озерами и мостиками. Здесь любят петь и танцевать представители разных местных народностей в национальных костюмах. Многие устраивают импровизированные концерты. Очень атмосферное место.

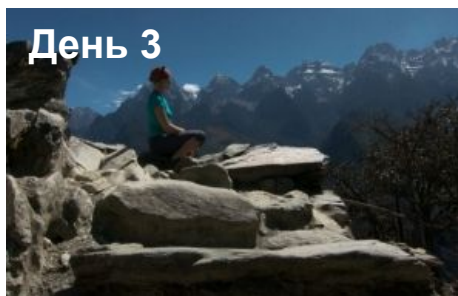
Вечером переезд в Лицзян на поезде.  
Питание по программе: ужин.  
Ночь в поезде. Места soft sleeper.  
Вагон для комфортных путешествий. В нем имеется 4 удобные полки в отдельном закрывающемся купе.



## День 2

Лицзян (2416 м).  
Прибытие в Лицзян и трансфер в отель. Город знаменит своей яркой этнической мозаикой и представляет из себя смесь различных культур. Когда-то это была точка на важных торговых путях: Шелковом и Чайном. Узкие извилистые улочки, тротуары, вымощенные камнем, дома построенные из глины и дерева и крыши, выложенные черепицей: все говорит о древности этого места. Недалеко расположен Бассейн Черного Дракона с храмом и дворцом, построенным 700 лет назад для праздничных церемоний. От озера открывается вид на Снежную Гору Нефритового Дракона и на 13 заснеженных пиков этой горы. Зайдем в резиденцию Му. Резиденция изначально была построена правящей местной династией Му. Отсюда открывается знаменитый вид на изогнутые черепичные крыши Лицзяна.

Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.  
Ночь в отеле 3\*.



## День 3

Лицзян - Ущелье Прыгающего Тигра (1850 м).  
Завтрак. Трансфер к началу Ущелья Прыгающего Тигра (2 ч). Между Снежной Горой Нефритового Дракона (Yulong Xueshan) и Снежной Горой Naba (Naba Xueshan), расположено Ущелье Прыгающего Тигра. Со всех сторон его окружают заснеженные горы. В нижней части ущелье настолько узкое, что кажется, будто его стены поднимаются ввысь вертикально. Обитатели этих мест - народность Наси, живущие в маленьких деревнях. Мы начинаем свой путь от гестхауса Naxi family. Вдоль ущелья мы идем по верхней тропе, которую местные жители используют для повседневной жизни. Идем через самый центр Ущелья Прыгающего Тигра.

Ночь в уютном гестхаусе с потрясающим видом на ущелье.  
Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.



## День 4

Ущелье Прыгающего Тигра (1850 м) - Чжундянь (3297 м).  
Сегодня продолжаем путь вдоль ущелья по хорошей каменной тропе. Проходим бамбуковые леса и огромный водопад, стекающий прямо на тропу. Останавливаемся на обед в Sean's guesthouse и желающие спускаются вниз в ущелье к ревущим потокам воды, подвесному мостику, ведущему к камню, с которого по легенде и прыгал тигр.

После возвращения садимся в машину и едем в Чжундянь, второе название которого Шангри Ла, 2-3 часа в пути. Заселяемся в отель. Мы приехали в совершенно новое место: тибетские пейзажи и ощутимая высота 3297 м.

Вечером прогулка по уютным улицам старого города. Заходим в буддийский храм и крутим самый большой буддийский барабан в мире.

Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.

Ночь в отеле.



Чжундянь (3297 м) - Дэцин (3550 м) - Минюн

Завтрак и трансфер в Дэцин (6 ч). В Шангри Ла мы еще вернемся на обратном пути и зайдем в красивейший монастырь Сонцанлин. А сегодня нам рано нужно выехать, чтобы добраться к началу трекинга. Едем мимо тибетских деревень, поднимаясь все выше и выше. Начинают появляться снежные вершины вдалеке, встречаются тибетские ступы, большие тибетские дома непривычной формы. Мы приближаемся к горам Мэйли.

Сегодня добираемся до тибетской деревни Минюн и идем к леднику.

Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.

Ночь в гестхаусе.



Минюн - Сидан - Верхний Юйбэн (3228 м).

Завтрак, трансфер до Сидан (1 ч). Здесь мы встречаемся с лошадьми и погонщиками и отсюда начинается трекинг до деревни Верхний Юйбэн. Сегодня пройдем 10 км (5-6 часов) и перейдем перевал высотой 3700 м. Деревня Юйбэн лежит у подножия снежной горы Мэйли. Эта тибетская деревня, находящаяся на севере провинции Юньнань, одна из самых колоритных и красивых во всей провинции. Снежные пики окружают зеленую долину, заполненную цветами, птицами, пышной растительностью, и видными издали тибетскими, развевающимися на ветру, флажками. Дойти сюда можно только пешком или на лошади, дороги в это место не проложены.

Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.

Ночь в гестхаусе.



Верхний Юйбэн - Базовый Лагерь пика Кавагебо - Нижний Юйбэн.

Завтракаем и идем к базовому лагерю пика Кавагебо.

Высота пика 6740 м. Любопытно, что пик Кавагебо так и остался непокоренным. Издавна эта гора считалась священной в тибетском буддизме и местные жители всегда были против восхождений на пик Кавагебо. Несколько попыток восхождений в 20 веке закончились неудачно и после последнего неудачного восхождения японских альпинистов в 1991 году правительства Китая было принято решение запретить восхождения на эту гору.

Путь к базовому лагерю проходит через девственные леса. По пути встречая стада яков, мы доходим до ледникового озера у подножия священной горы Кавагебо.

Время в пути 6-7 часов.

Питание: завтрак, перекус, ужин.

Ночь в гестхаусе.



Нижний Юйбэн - водопад (3657 м) - Нижний Юйбэн.

Завтракаем и отправляемся к водопаду Юйбэн, который также считается священным, и к нему по-прежнему ходят паломники, обходя 13 раз священные воды. Водопад несет свои воды прямо со снежных пиков горы Мэйли. Проходим мимо монастыря Лакан и ступы. С тропы будут хорошо хорошо просматриваться некоторые пики горы Мэйли. Добравшись до водопада, устраиваем перекус, отдыхаем, вдыхаем священный воздух этого почитаемого места и отправляемся обратно в деревню.

Время в пути 5 часов.

Питание: завтрак, перекус, ужин.

Ночь в гестхаусе.



Нижний Юйбэн - храм Фэйлай - Дэцинъ (3550 м).

Завтрак. Идем до храма Фэйлай. В пути 6 часов. Храм находится на возвышенности, откуда открывается вид на весь массив Снежной Горы Мэйли и конечно же, на высочайшую точку - пик Кавагебо. Насладившись видом, переезжаем в Дэцинъ.

Питание: завтрак, перекус, ужин.

Ночь в гестхаусе.



Дэцинъ - Чжундянь (3297 м).

После завтрака едем Чжундянь, заселяемся в отель и отправляемся в громадный и величественный монастырь Сонцанлинь (20 минут на машине). Есть легенда, что пятый далай-лама выбрал место для постройки этого монастыря в состоянии духовного прозрения. Монастырь находится на возвышенности и поражает своими величественными размерами, у нас будет возможность погулять по улицам и храмам, посмотреть на учеников-монахов, зайти во все залы, в некоторых из которых находятся огромные статуи Будды и бодхисаттв. Если монахо разрешат, то поднимемся на крышу и посмотрим на город, названный Шангри Ла, сверху.

Питание: завтрак, перекус, ужин.

Ночь в отеле.



Чжундянь - Цюньлун вилла (3800 м) - озеро Элун Хайцзы (3900 м).

Завтрак в отеле. Едем в национальный парк "Горы Лаоцзюнь" (4 часа в дороге). Горы Лаоцзюнь названы так в честь Лао Цзы, основателя даосизма. Наш треккинг начинается от восточной части гор Лаоцзюнь, где находятся Девяносто Девять Озер Дракона - скопление природных озер, расположенных группами. Сегодня будет виден пик Тайшан, высотой 4247 метров - высшая точка гор Лаоцзюнь. Эти места прославились благодаря своей красоте и разнообразию находящихся здесь многих драгоценных видов животных и растений. Особенно большое разнообразие цветов здесь наблюдают с мая по июнь. По пути к кемпингу можно увидеть обитающих здесь курносых обезьян. Пешком пройдем 6 километров, это займет примерно 4 часа.

Питание: завтрак, перекус, ужин.

Ночь в палатке.



## День 12

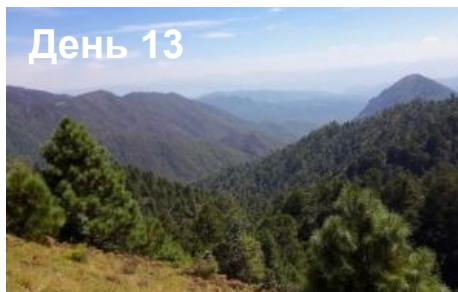
Радиальные прогулки.

После завтрака идем к пику Тайшан. Со склонов открываются потрясающие виды. Целый день гуляем по лесам и склонам, удивляясь разнообразию пейзажей: проходим через леса, луга, встречаем яков. Вечером возвращаемся в палаточный лагерь.

Прогулка займет целый день.

Питание: завтрак, перекус, ужин.

Ночь в палатке.



## День 13

Озеро Элун - Сяо Цяото (2380 м) - каменная деревня - город Шигу.

Завтракаем и отправляемся в путь по горной тропе. За 7-8 часов добираемся до Сяо Цяото. Оттуда на автобусе доезжаем до каменной деревни (5 км). Ланч в фермерском доме в каменной деревне.

На ночь останавливаемся в гестхаусе. В этом месте река Янцзы делает поворот на 90 градусов, создавая удивительные по красоте пейзажи. Река в этом месте широкая и неторопливая, а горы по берегам дополняют эту величественную картину. На горе на берегу реки находится город Шигу - "каменный город". Интересным открытием в этом древнем городе, построенном еще при династии Мин, будет черный мраморный мемориал в форме барабана, ознаменовывающего победу народа наци над тибетской армией.

Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.

Ночь в гестхаусе.



## День 14

Шигу - Лицзян - Куньмин.

Завтракаем и идем гулять по городу Шигу. Трансфер в Лицзян (1,5 ч).

Вечером садимся на ночной поезд в Куньмин.

Питание по программе: завтрак, ланч, ужин.

Ночь в поезде.



## День 15

Куньмин.

Рано утром прибываем в Куньмин. Трансфер в отель, завтракаем, оставляем вещи и едем к Западным холмам озера Дянчи.

На западных холмах встречаются храмы трех религий Китая: буддизма, конфуцианства и даосизма. Красочные и величественные они выплывают из тумана и пестрят яркими фигурами всевозможных небожителей, которых в китайской культуре немало. Храмы и беседки находятся здесь в полной гармонии и как будто вписаны в природу, дополняя её. Многим храмам здесь более 1000 лет. Интересно будет узнать истории и легенды, связанные с этим местом. Лестницы и каменные тропинки соединяют храмы между собой, иногда проходя над самым обрывом. С лестниц открываются виды на туманное озеро Дянчи. Нашей задачей на сегодня будет подняться вверх холмов по заросшим и полудиким тропинкам. Увлекательная прогулка на целый день.

Питание по программе: завтрак, ланч-пакет, ужин.

Ночь в отеле 3\*.



Завтрак в отеле, вылет домой.

## **В стоимость тура входит**

Входные билеты по программе

Питание: западный завтрак, китайский обед в местном китайском ресторане, китайский ужин в местном китайском ресторане. \* Исключения: Если отель не предлагает западный завтрак, тогда будет китайский

Транферы на личном автомобиле с кондиционером с водителем и англоговорящим гидом. Англоговорящий гид и водитель будут оставаться с вами на протяжении всего вашего пребывания в городе. Обратите внимание, что они не летают с вами из одного города в другой.

Отели:

Два стандартных двухместных номера + дополнительная кровать для 5 человек

Три стандартных двухместных номера для 6 человек. Кровати отдельные.

Ночные поезда между Куньмин и Лицзян

Плата за обслуживание и государственные налоги:

Перевоз багажа: Между аэропортами и отелями.

## **В стоимость тура не входит**

Международные перелеты в Китай

Визовые сборы.

Сборы за сверхнормативный багаж.

Личные расходы:

Питание не по программе

Доплата за одноместный номер

Чаевые (добровольные): гидам или водителям.

## **Необходимые документы**

Для въезда в Китай необходимо оформлять туристическую визу

[Перейти в каталог](#)

## Одежда

- непромокаемая куртка (мембранная);
- непромокаемые штаны (мембранные);
- теплая флиски или свитер;
- пуховый жилет или легкая пуховка (необязательно);
- термобелье теплое для сна (футболка и штаны);
- удобные легкие штаны;
- шорты (ниже колен);
- рубашку или футболку с длинным рукавом;
- футболки с коротким рукавом (необходимое кол-во);
- солнечные очки;
- шляпа\панама\бандана;
- шапка.

[Перейти в каталог](#)

## Обувь

- удобные кроссовки (непромокаемые) или легкие трекинговые ботинки (непромокаемые);
- сандали или кроссовки легкие для города.

[Перейти в каталог](#)

## Бивак

- спальный мешок ( температура комфорта 0...+5С )
- рюкзак емкостью 45-50 литров (или баул) его повезет лошадь;
- рюкзак емкостью 25-30 литров (в нем вы несете минимум вещей самостоятельно);
- гермомешок для документов,
- гермомешок для теплых вещей (тонкий. легкий),
- накидка от дождя на рюкзак,
- трекинговые палки;
- налобный фонарик;
- небольшое походное полотенце;
- крем и помада с защитой от солнца;
- личная аптечка,
- 1 рулон туалетной бумаги;
- влажные салфетки;
- антисептик для рук или антибактериальные салфетки.