

DUMONT

杜蒙·阅途

全球不容错过的 **100个**

户外天堂

探索之旅编委会 编著

600张摄人心魄的高清大片
带你探索100场惊险刺激的户外运动

灵动的文字，带你抚触绝佳的风光
精致的大片，带你感受视觉的冲击
带你体验完美的旅程

北京出版集团公司
北京出版社

全球不容错过的 **100** 

户外天堂

探索之旅编委会 编著

北京出版集团公司
北 京 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

全球不容错过的 100 个户外天堂 / 探索之旅编委会编
著. — 北京 : 北京出版社, 2016. 4
ISBN 978-7-200-12060-8

I. ①全… II. ①探… III. ①旅游指南—世界 IV.
①K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 074607 号

全球不容错过的 100 个户外天堂
QUANQIU BURONG CUOGUO DE 100 GE HUWAI TIENTANG

探索之旅编委会 编著

*

北京出版集团公司
北 京 出 版 社 出版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100120

网 址: www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行
新 华 书 店 经 销
三河市庆怀印装有限公司印刷

*

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 18 印张 373 千字

2016 年 4 月第 1 版 2016 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-200-12060-8

定价: 49.80 元

质量监督电话: 010-58572393

目录

皇后镇

蹦极发源于这里 010

布劳克朗斯大桥

世界最高的高空弹跳大桥 013

维多利亚瀑布

最壮丽的蹦极胜地 015

韦尔扎斯卡大坝

变身詹姆斯·邦德 017

澳门旅游塔蹦极

眺望远方的大陆 019

最后的胜地

扎进奔腾的河水中 022

迪拜跳伞区

尽览奢华景象 034



第一章 蹦极胜地

蒙特韦尔德极限公园

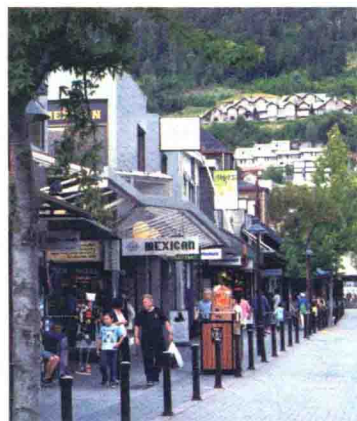
雾林中的飞人 024

欧洲大桥

穿越阿尔卑斯山之旅 027

蜘蛛大桥

山与河之间的翱翔 030



因特拉肯跳伞区

令人惊叹的美 037

凯恩斯跳伞区

美景的饕餮盛宴 040

波科诺山

跳伞人数最多的跳伞区 042

开普敦跳伞区

饱览“母亲之城” 045

佛罗里达跳伞区

翱翔在海洋上空 048

迪亚尼跳伞区

每一跳都降落在沙滩上 051

帕劳

高空邂逅蓝与绿 053

新河峡大桥

一年一度的跳伞节 056

陶波湖

高空双人跳伞胜地 059

第二章 高空展翅

卡帕多奇亚

热气球之旅 064

蒲甘

热气球下的佛塔如林 067

托斯卡纳

飞翔在艳阳之下 070

昆士兰

热气球爱好者的胜地 073

马赛马拉国家公园

俯瞰动物狂欢 076

新墨西哥州热气球节

最美的十月天空 079

布里斯托

30多年历史的热气球节 082



“船长峰”

攀岩者的极限挑战 100

芒特索尔悬崖

最纯粹的垂直岩壁 103

罗赖马山

寻找“失落的世界” 105

马德莱纳群岛

性感的激流大回旋 126

夏威夷

最刺激的冲浪胜地 128

温哥华岛

在最好的季节去冲浪 131

阿加迪尔海滩

冲浪初学者的最爱 134

费尔南多—迪诺罗尼亚岛

冲浪全年无休 136

第三章 云端漫步

佐贺县

亚洲热气球之乡 084

魁北克省

在黎明与黄昏升起 087

阿尔卑斯山脉

将冰川尽收眼底 090

莱比锡

飞跃城市上空 093

中国台湾热气球嘉年华

趣味与美景一个都不能少 095



鬼怪峰

冰川间的足迹 108

百内塔主峰

无法抗拒的魅力 111

马特洪峰

坠落之殇 113

拖雷山

攀岩者的荣耀 116

“无名塔”峰群

世界上最长的攀岩线 119

莱雷海岸

岩壁上的舞蹈 122

第四章 岩壁芭蕾

第五章 浪花之舞



拜伦湾

冲浪感皮风 139

比亚里茨
皇室也爱的冲浪小镇 141

湘南
太平洋的澎湃海浪 144

梅曾贝赫
在巨浪中与鲨共舞 146

卢阿岛
珊瑚礁上的浪花 149

黄金海岸
冲浪者的天堂 152



科罗拉多河
体验漂流探险 168



大溪地
世界潜水胜地之首 188

大堡礁
与野生动物合影 191

皮皮岛
超划算的水上乐园 193

军舰岛
到处都是潜水点 196

加勒比海
惊险刺激的风筝冲浪 155

骷髅海岸
沙漠与浪花的交响曲 157

棕榈滩
“土豪”最爱的户外运动地 159

蝎子湾
冲浪爱好者的“成人仪式” 162

哥斯达黎加
越刺激越尖叫 164

赞比西河漂流
激发你的肾上腺素 171

尼泊尔
漂流运动的天堂 174

瑞诗凯诗
漂荡在恒河之源 177

阿勇河漂流
够胆你就来 180

沙巴漂流
体验生死一瞬 183

斐济
在水族馆中坠落 198

马尔代夫
黑夜潜游 201

沙巴
寻找小丑鱼 203

宿雾
悬崖边上的珊瑚 206

蓝壁海峡
全球最佳潜水点 208

红海
年轻而热情的海洋 210

诗巴丹
艺术品般的潜水天堂 212

基拉戈海滩
潜入朱尔斯的海中小屋 215

第六章 激流勇进

第七章 海中潜行

落基山脉
北美洲的脊梁 220

乞力马扎罗山
闪闪发光的天堂大门 223

珠穆朗玛峰
地球之巅 225

阿尔卑斯山
大自然的宫殿 228

玉龙雪山
纳西族人心中的圣地 230

乔戈里峰
世界上第二高峰 233

冈仁波齐峰
未被征服的圣地 235

圣莫里茨滑雪场
滑雪运动者的天堂 240

霞慕尼
优美的滑雪胜地 242

拉普拉涅
伸手就是天堂 245

太浩湖滑雪场
净化心灵的旅程 247

霍萨地区公园
与冰雪起舞 250

拉普兰德
与圣诞老人邂逅 252



安奈普尔纳
雪山之下的大环线 268

苏格兰高地
不协调中的优雅跋涉 271

塔拉曼卡山脉
梦幻森林中的远足 274

第八章 群山之巅



第九章 冰雪奇缘

格陵兰
狗拉雪橇的极地狂奔 254

阿拉斯加瓦尔迪兹
体验垂直降落快感 256

日本二世谷滑雪区
北海道的情书 259

丝绸之路国际滑雪场
纵情“丝绸之路” 261

南极
勇敢者的游戏 264

第十章 环球徒步

巴塔哥尼亚
用脚步拥抱智利 276

雷恩施泰克
德国最美徒步路线 279

米尔福德步道
跨越世纪的美景 281

不丹
探秘最幸福的国度 283

冰岛
冰川上的漫步 286

全球不容错过的 100↑
户外天堂

探索之旅编委会 编著

北京出版集团公司
北 京 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

全球不容错过的 100 个户外天堂 / 探索之旅编委会编
著. — 北京 : 北京出版社, 2016. 4
ISBN 978-7-200-12060-8

I. ①全… II. ①探… III. ①旅游指南—世界 IV.
① K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 074607 号

全球不容错过的 100 个户外天堂
QUANQIU BURONG CUOGUO DE 100 GE HUWAI TIAN TANG

探索之旅编委会 编著

*

北 京 出 版 集 团 公 司
北 京 出 版 社 出版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100120

网 址: www.bph.com.cn

北 京 出 版 集 团 公 司 总 发 行
新 华 书 店 经 销
三 河 市 庆 怀 印 装 有 限 公 司 印 刷

*

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 18 印张 373 千字

2016 年 4 月第 1 版 2016 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-200-12060-8

定价: 49.80 元

质量监督电话: 010-58572393

前言

不知道你是否与我一样，有唯美情结？每当看到动人的景色，总是留恋不已；对于美丽的风景，总是毫无抵抗力。只要它轻轻地一个眼神，就让人沉浸在那温柔甜蜜的港湾之中。是的，千百次的回眸也不过是想留住那些唯美纯真的东西，哪怕是惊鸿一瞥，也依旧能留下最深刻的记忆。

走进每一个景色迷人的国度，踏入每一个绚丽夺目的天堂，唯一能做的就是尽情地拥抱这美轮美奂的风景，才不会辜负初心。动与静的结合，总是能将风景的迷人发挥得淋漓尽致，它内在的韵味也得到了最完美的诠释。

单单是漫步欣赏、用相机定格每一个柔美的瞬间，多少会让人觉得有点欠缺。是的，每一个景点，总是有不同角度的美，或许只有你从不同的角度去领悟它，它才会带给你意想不到的惊喜。无论你是沉醉于海底世界的的神奇，还是爱上了冰雪世界的高雅，抑或是迷恋上了蹦极跳伞的刺激，每一项运动都能带给你感官与身体上的完美享受，看似一项平凡无奇的运动，却能在不同的地方演绎出不同的韵味，这就是世界美景的魅力所在。

每一次的极限运动都是与美景最完美的邂逅，演绎出最完美的篇章。蹦极可以让你体会到从高空坠落的刺激与爽快，在高山与海洋的美景之中释放身体的每一个细胞；潜水可以让你看到海底世界的唯美与神奇，在朦胧别致的海景之中尽情遨游，此时你便是这海中的一条鱼，体验着与众不同的人生；滑雪可以让你体会到冰雪世界外在冷酷、内心狂热的酣畅，从峰顶呼啸而过，只为拥抱这高洁优雅的青春。

爱上唯美别致的景色，往往在一瞬间；爱上这极限运动，便也只需一瞬间。每一次的挑战都只愿不辜负这迷人的景色，每一次极限运动只想诠释内心对每一寸风景的热爱，这就是人生，总是在不断地挑战中赢得成功。我只愿尽情地享受这般美景，用运动去诠释人生的真谛，去体会每一寸风景的内涵。让我们开始这段全新的旅程，来一场完美幸福的邂逅。让我们将所有的美好都定格在这一瞬间，让这一刻成为亘古不变的永恒。只愿静静地与美景相拥，将这人生的浪漫与辉煌拥入怀中。



目录

皇后镇

蹦极发源于这里 010

布劳克朗斯大桥

世界最高的高空弹跳大桥 013

维多利亚瀑布

最壮丽的蹦极胜地 015

韦尔扎斯卡大坝

变身詹姆斯·邦德 017

澳门旅游塔蹦极

眺望远方的大陆 019

最后的胜地

扎进奔腾的河水中 022

迪拜跳伞区

尽览奢华景象 034



第一章 蹦极胜地

蒙特韦尔德极限公园

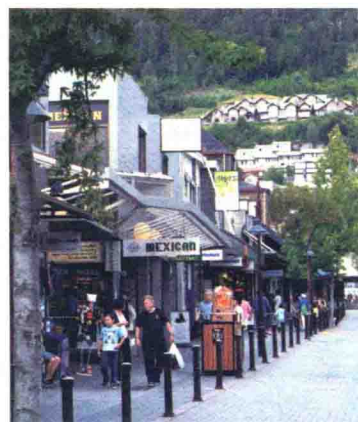
雾林中的飞人 024

欧洲大桥

穿越阿尔卑斯山之旅 027

蜘蛛大桥

山与河之间的翱翔 030



因特拉肯跳伞区

令人惊叹的美景 037

凯恩斯跳伞区

美景的饕餮盛宴 040

波科诺山

跳伞人数最多的跳伞区 042

开普敦跳伞区

饱览“母亲之城” 045

佛罗里达跳伞区

翱翔在海洋上空 048

迪亚尼跳伞区

每一跳都降落在沙滩上 051

帕劳

高空邂逅蓝与绿 053

新河峡大桥

一年一度的跳伞节 056

陶波湖

高空双人跳伞胜地 059

第二章 高空展翅

卡帕多奇亚

热气球之旅

064

蒲甘

热气球下的佛塔如林

067

托斯卡纳

飞翔在艳阳之下

070

昆士兰

热气球爱好者的胜地

073

马赛马拉国家公园

俯瞰动物狂欢

076

新墨西哥州热气球节

最美的十月天空

079

布里斯托

30多年历史的热气球节

082



“船长峰”

攀岩者的极限挑战

100

芒特索尔悬崖

最纯粹的垂直岩壁

103

罗赖马山

寻找“失落的世界”

105

马德莱纳群岛

性感的激流大回旋

126

夏威夷

最刺激的冲浪胜地

128

温哥华岛

在最好的季节去冲浪

131

阿加迪尔海滩

冲浪初学者的最爱

134

费尔南多-迪诺罗尼亚岛

冲浪全年无休

136

第三章 云端漫步

佐贺县

亚洲热气球之乡

084

魁北克省

在黎明与黄昏升起

087

阿尔卑斯山脉

将冰川尽收眼底

090

莱比锡

飞跃城市上空

093

中国台湾热气球嘉年华

趣味与美景一个都不能少

095



鬼怪峰

冰川间的足迹

108

百内塔主峰

无法抗拒的魅力

111

马特洪峰

坠落之殇

113

拖雷山

攀岩者的荣耀

116

“无名塔”峰群

世界上最长的攀岩线

119

莱雷海岸

岩壁上的舞蹈

122

第四章 岩壁芭蕾

第五章 浪花之舞



拜伦湾

冲浪感皮风

139

比亚里茨
皇室也爱的冲浪小镇 141

湘南
太平洋的澎湃海浪 144

梅曾贝赫
在巨浪中与鲨共舞 146

卢阿岛
珊瑚礁上的浪花 149

黄金海岸
冲浪者的天堂 152



科罗拉多河
体验漂流探险 168



大溪地
世界潜水胜地之首 188

大堡礁
与野生动物合影 191

皮皮岛
超划算的水上乐园 193

军舰岛
到处都是潜水点 196

加勒比海
惊险刺激的风筝冲浪 155

骷髅海岸
沙漠与浪花的交响曲 157

棕榈滩
“土豪”最爱的户外运动地 159

蝎子湾
冲浪爱好者的“成人仪式” 162

哥斯达黎加
越刺激越尖叫 164

赞比西河漂流
激发你的肾上腺素 171

尼泊尔
漂流运动的天堂 174

瑞诗凯诗
漂荡在恒河之源 177

阿勇河漂流
够胆你就来 180

沙巴漂流
体验生死一瞬 183

斐济
在水族馆中坠落 198

马尔代夫
黑夜潜游 201

沙巴
寻找小丑鱼 203

宿雾
悬崖边上的珊瑚 206

蓝壁海峡
全球最佳潜水点 208

红海
年轻而热情的海洋 210

诗巴丹
艺术品般的潜水天堂 212

基拉戈海滩
潜入朱尔斯的海中小屋 215

第六章 激流勇进

第七章 海中潜行

落基山脉
北美洲的脊梁 220

乞力马扎罗山
闪闪发光的天堂大门 223

珠穆朗玛峰
地球之巅 225

阿尔卑斯山
大自然的宫殿 228

玉龙雪山
纳西族人心中的圣地 230

乔戈里峰
世界上第二高峰 233

冈仁波齐峰
未被征服的圣地 235

圣莫里茨滑雪场
滑雪运动者的天堂 240

霞慕尼
优美的滑雪胜地 242

拉普拉涅
伸手就是天堂 245

太浩湖滑雪场
净化心灵的旅程 247

霍萨地区公园
与冰雪起舞 250

拉普兰德
与圣诞老人邂逅 252



安奈普尔纳
雪山之下的大环线 268

苏格兰高地
不协调中的优雅跋涉 271

塔拉曼卡山脉
梦幻森林中的远足 274

第八章 群山之巅



第九章 冰雪奇缘

格陵兰
狗拉雪橇的极地狂奔 254

阿拉斯加瓦尔迪兹
体验垂直降落快感 256

日本二世谷滑雪区
北海道的情书 259

丝绸之路国际滑雪场
纵情“丝绸之路” 261

南极
勇敢者的游戏 264

第十章 环球徒步

巴塔哥尼亚
用脚步拥抱智利 276

雷恩施泰克
德国最美徒步路线 279

米尔福德步道
跨越世纪的美景 281

不丹
探秘最幸福的国度 283

冰岛
冰川上的漫步 286



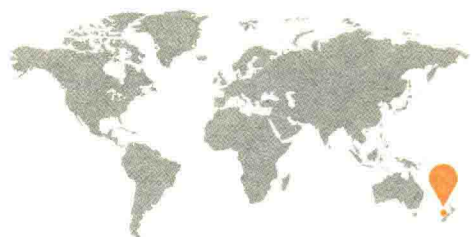


第一章

***** 蹦极胜地 *****

每一次极限挑战都是对生命的一次诠释，
每一次俯瞰世界都有另一种全新的收获。
从高处坠落的刹那便感受了这运动的真谛，
只愿将人生交给这唯美的风景，
尽情徜徉在浪漫的世界之中，
在这美轮美奂的人间天堂，
跳一段惊世绝伦的探戈。

左图：广阔的赞比西河突然从陡崖上跌入深邃的峡谷，声如雷鸣，奔腾而去



皇后镇

***** 蹦极发源于这里 *****

此景只应天上有，人间能得几回见？风景之纯、之美只有雍容华贵的维多利亚女王才配得上，这里就是“皇后镇”。



■ 喷射快艇——享受在山林间清澈水域疾行的速度感

皇后镇优雅地坐落于瓦卡蒂普湖与阿尔卑斯山脉的环抱之中，蓝蓝的湖水延伸到天际构成了天空的倒影；朵朵白云好像是山丘上淘气的毛毡帽，忽而隐去

了山丘的棱角，忽而远远地飘在了一边，和小山玩起了捉迷藏的游戏；而阵阵微风则是这场游戏的主人。湖光山色、水天相接，皇后镇充满轻盈迷离的诱惑，让你在这童话般