

45000里

China Frontier Roams 谭祎波◎著

中国边境游

45000里绵长的旅程·1200余幅绮丽绚烂的景貌再现原图·30多个民族部落的奇异风情，一路徜徉，尽揽心中……

26个邻国和地区，南北9省区135个边境县市，180万平方公里边境地区。

图书在版编目(CIP)数据

45000 里中国边境游/谭祎波著.—广州:广东旅游出版社,2005.12

ISBN 7-80653-744-9

I. 4... II. 谭... III. 旅游指南—中国 IV. K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 146739 号

45000 里中国边境游

作 者: 谭祎波

责任编辑: 梁 坚

封面设计: 80 零·小贾

版式设计: 阿 丘

出版发行: 广东旅游出版社

邮购地址: 广州市中山一路 30 号之一 邮编: 510600

联系电话: 020-87348887

网 址: 广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京百花彩印有限公司

开 本: 889×1194 毫米 1/16

字 数: 800 千字

印 张: 31

版 次: 2006 年第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80653-744-9/K·257

定 价: 68.00 元

[版权所有 侵权必究]

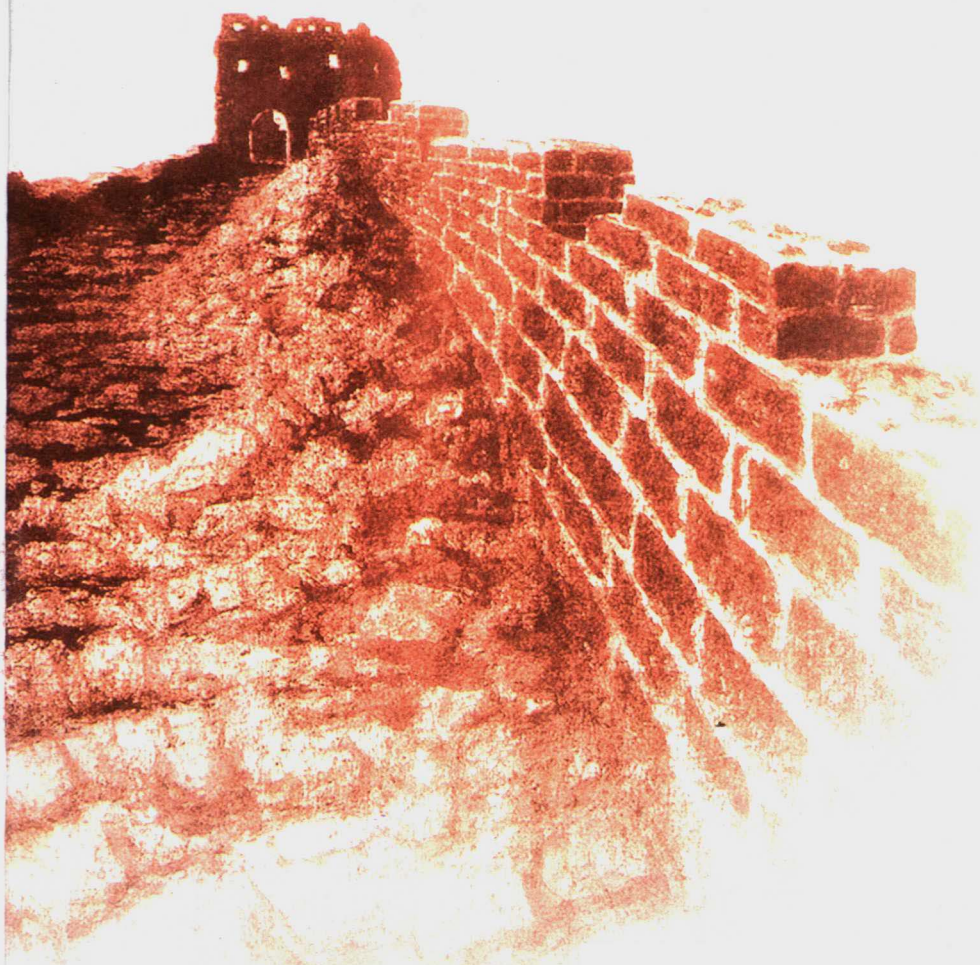
本书如有错页倒装等质量问题,请直接与印刷厂联系换书。

45000里

中国边境游

谭伟波◎著 China Frontier Roams

广东旅游出版社





这是一个没有



终 点 的 旅 途



前言——从这里开始

8

- 1、絮语 9
- 2、装备 10
- 3、边境旅游的部分注意事项 11
- 4、边境地区自驾车旅行 12
- 5、沙漠旅行 13
- 6、草原山地骑马旅行 14
- 7、高原旅行 15
- 8、森林峡谷旅行 16
- 9、《边境通行证》的办理和使用 16
- 10、走出国门的边境旅游 17
- 11、边境地区摄影 19

第一章 路开始的地方——中朝线

21

- 把酒话关东 22
- 边境线上的民族 24
- 关于朝鲜 27
- 杜鹃满城——丹东 28
- 陆海疆城——东港 35
- 水碧枫红——宽甸 36
- 八卦古城——桓仁 44
- 古都余晖——集安 46
- 葡萄美酒——通化 51
- 英雄的城市——临江 54
- 风雪天池——长白 55
- 长白北麓——安图 59
- 长白西麓——抚松 65
- 长白南麓——长白县 70
- 歌舞之乡——延边 73
- 海上丝绸之路——珲春 78

第二章 苍茫黑土地——中俄线

80

- 黑龙江畔乌苏里船歌 82
- 边境线上的民族 83
- 关于俄罗斯 86
- 三国交界——防川 88
- 国境商都——绥芬河 92
- 塞北江南——东宁 94
- 湖光山色——牡丹江 95
- 北国煤城——鸡西 97
- 农垦新城——密山 99
- 北大荒——虎林 101
- 船歌悠悠——饶河 104
- 第一缕曙光——抚远 107
- 渔米之乡——同江 110
- 三江中心——佳木斯 112
- 胭脂沟——萝北 115
- 恐龙之乡——嘉荫 115
- 药泉——逊克 114
- 太阳河畔——孙吴 116
- 北国边城——黑河 117
- 黄金之乡——呼玛 119
- “小固其固”——塔河 121
- 北极光里——漠河 122
- 天骄故地——额尔古纳 125
- 草原边城——海拉尔 132
- 第一曲水——陈巴尔虎旗 137
- 边城——满洲里 140

ENTIS



第三章 逐水草而迁徙——中蒙线

边境线上的民族 148

关于蒙古 150

辽阔——新巴尔虎 152

火山奇迹——阿尔山 153

丘陵地带河——锡林郭勒盟 157

交通要冲——二连浩特 158

杜尔伯特大草原——四王子旗 159

新兴草原城——达茂联合旗 160

山地部落——乌拉特 161

繁华之地——巴彦淖尔 162

双峰驼之乡——阿拉善盟 163

气宇非凡——巴彦浩特 165

沙漠腹地的绿洲——额济纳旗 166

冰山脚下的风情——肃北 174

与梦想相伴——新疆边境 176

边境线上的民族 176

瓜果之乡——哈密 177

袖珍县城——伊吾 181

西域商都——巴里坤 183

车师故地——金奇台 185

音乐喷泉——木垒 187

王都——吉木萨尔 188

青格里河畔走青河 188

寒极——富蕴 191

“塞外江南”——福海 195

金城——阿勒泰 197

147

第四章 耳边传来驼铃声——中亚三国线

边境线上的民族 202

关于哈萨克斯坦 203

雄据“鸡尾”——布尔津 205

静谧之乡——哈巴河 214

牧场——吉木乃 217

农牧天堂——塔城 219

“红花之乡”——额敏县 221

亚欧路桥第一关——博乐市 222

草原圣水——温泉 225

瀚海湿岛——伊宁 226

中国的西大门——霍城 232

锡伯族之乡——察布查尔 235

天山之父——昭苏 237

关于吉尔吉斯斯坦 242

蓝天白水——阿克苏 243

独木成林——温宿 246

关于塔吉克斯坦 248

边境线上的民族 249

“无花果”之乡——阿图什 250

西部第一哨——乌恰 252

中国“荷马”之乡——阿合奇 254

山涧洼地——阿克陶 255

201

第五章 丝路漫漫——中巴、中阿线及克什米尔边境

边境线上的民族 258

万山之祖——帕米尔 260

关于巴基斯坦 261

认知阿富汗 262

帕米尔之花——塔什库干 263

“丝路明珠”——喀什 270

认知克什米尔地区 274

悠悠然——叶城 275

崎岖小路——皮山 276

“金玉之邦”——和田 277

“羌塘之路”——新藏线 281

257



目录

CONTENTS

第六章 边陲烽烟起——中越线

边境线上的民族 288

关于越南 290

北仑河口——东兴 291

北部湾疆域——防城港 294

嘶脚恐龙之乡——崇左 297

南大门——凭祥 298

狮子山头——宁明 301

“伏波诞”——龙州 303

“龙眼之乡”——大新 305

“小桂林”——靖西 307

“黑衣壮之乡”——那坡 310

千峰万岭——文山 313

青山不改——富宁县 315

山水相连——麻栗坡 317

云霞盛境——马关 321

红河哈尼族彝族自治州 323

边境线上的民族 324

中越要冲——河口 326

百鸟和鸣——屏边苗族自治县 329

“草果之乡”——金平 331

第七章：茶马古道情长——中老线

月光竹楼下的版纳风情 336

边境线上的民族 337

关于老挝 340

“一县连三国”——江城 341

“北回归线上的绿洲”——西双版纳 342

“绿色宝地”——勐腊 343

黎明之城——景洪 346

“勇者住地”——勐海 352

中缅第一寨——勐景来 354

“绿海明珠”——思茅 356

“贡茶古府”——普洱 358

拉祜山乡——澜沧 359

离太阳最近的地方——西盟 362

五彩斑斓——孟连 363

第八章：彩云之地——中缅线

彩云秘境 366

边境线上的民族 366

关于缅甸 368

滇红之乡——临沧 368

竹林——镇康 369

风光秀丽——耿马 370

“岩画之乡”——沧源 370

金孔雀的故乡——德宏 372

因水得名——盈江 372

“麓川故地”——陇川 374

黎明之城——潞西 375

孔雀王国——瑞丽 377

袖珍边城——畹町 380

“兰城”——保山 381

东方马其诺——龙陵 383

翡翠之城——腾冲 384

三江并流 388

小动物王国——怒江傈僳族自治州 388

怒江明珠——六库 394

雪山相伴——福贡 398

人神共居——贡山 402

滇藏线 408



第九章：莲花秘境——中印线(东线)

边境线上的民族 412

关于印度 414

西藏江南——察隅 415

隐秘的莲花圣地——墨脱 418

药州——米林 424

411

第十章：神龙之国——中不线

关于不丹王国 432

门巴人的家园——错那 432

湖之下游——措美 434

南方悬崖——洛扎县 434

高耸山巅——浪卡子 436

玩耍之地——“卫藏”山南地区 439

圣母湖相伴——加查 441

“英雄城”——江孜 443

红房子——康马 446

“高原小江南”——亚东 447

433

第十一章：神山圣湖——中尼线

边境线上的民族 454

关于尼泊尔 455

雪山之邻——岗巴/定结 456

定声小山——定日 456

“边关颈道”——聂拉木 461

“繁华口岸”——樟木 463

舒适村——吉隆 465

可爱的地方——萨嘎 467

“生命禁区”——仲巴 468

“独毛”——普兰 470

453

第十二章：高原新城——中印线(西线)

似水流年——扎达 488

阿里的中心——噶尔 493

屋脊的屋脊——日土 495

487

鸣谢 497



前言

从这里开始

>> 絮语

东起辽宁丹东市的鸭绿江口，西至广西防城港市的北部湾畔。中国与14个国家接壤，是世界上陆地边界线最长、邻国最多的国家，也是边界情况最为复杂，涵盖了各种地理条件的国家之一。今天，中国的陆地边境线总长约2.2万公里，其中有1.9万公里延伸在少数民族地区，30多个民族跨境居住生活。中国与所有邻国近90%的陆路边界问题已经通过勘界解决，在12个与中国划定边界的国家中，中国已与其中10国完成了勘界。近5000棵竖立起的界桩标示出了与邻国勘定的边界线。中国与越南及塔吉克斯坦之间的陆地勘界工作正在进行中。在剩下的10%的中外边界问题中，主要是与印度的边界纠纷。

古代称边疆作“四裔”，称边疆少数民族作“四夷”。海上交通兴起之前的一千多年里，是举世闻名的数条丝绸之路，把亚欧大陆上几乎所有的国家紧密地连在一起。“边境”地区为创造灿烂的中华文明做出过不可磨灭的贡献。中国历代王朝对边疆少数民族多“因俗而治”，就是汉、唐、元、清最强盛时，也都无力实行直接统治。边境地区的各族人民长期为国戍边，抵御外侮。两千年间，从苏武、班超、王昭君、玄奘、文成公主、细君公主、成吉思汗、渥巴锡、刘永福、林则徐等，到当代的孔繁森，边地上发生过多少可歌可泣的故事！

已经过去的单纯年代，“到边疆去，到祖国最需要的地方去”，曾经是不少热血青年的理想和行动。20世纪60年代末的新疆、内蒙、北大荒，12个建设兵团，千万名青年战士在荒芜的边疆大地上，上演过一部史诗般的长剧。如今只剩新疆生产建设兵团被历史保留了下来。除少数口岸城市外，至今边境地区依然贫困落后。

这条陆地边境线纵横穿越着长白山、大兴安岭、蒙古高原、阿尔泰山、天山、帕米尔高原、喀喇昆仑山、喜马拉雅山、横断山和云贵高原等山脉和高原。其间横卧着辽阔的草原、无边的荒漠和茂密的森林，还有蜿蜒流淌在边界上的鸭绿江、图门江、乌苏里江、黑龙江、额尔古纳河、额尔齐斯河、伊犁河、雅鲁藏布江、怒江、澜沧江、元江等大小数十条河流。它们犹如一个个卫兵，共同守护着中国的陆地屏障。

在漫长边境线的另一侧，是与中国接壤的朝鲜、俄罗斯、蒙古、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦、塔吉克斯坦、阿富汗、克什米尔地区、印度、巴基

坦、尼泊尔、锡金、不丹、缅甸、老挝、越南等16个国家和地区。随着新时期“睦邻友好、稳定周边”、“与邻为善、以邻为伴”等外交方针政策的实施，边界已从过去的边防前线变成改革开放的前沿。

边境线的这一侧，是中国南北9省区的135个县、旗、市（市辖区），其中民族自治地区占到107个。大约2200多万人口居住在边境线上，其中约有48%是勤劳勇敢、守土戍边的少数民族。边境县市旗辖区面积180万平方公里，耕地和草地合计更占到51%以上。

1500个乡镇，加上新疆建设兵团的56个边境团场，构成了我们的边境地区。130多处陆路口岸，其中约70个国家一类口岸。5条铁路、10多条国际公路、3个国际机场及图门江出海口、澜沧江国际水运通道等连通国内外。

从亚热带到亚寒带，从海拔几十米到海拔几千米，各种气候和垂直地理条件下，蕴藏着种类繁多、难以计数的动植物资源，丰富的矿产、水利以及其他珍贵资源，广袤的土地和草原有待开发。边境线上的风景会随四季交替、海拔变化而异彩纷呈。地理、人文旅游资源更是无比丰富多彩和不可胜数。绝大部分边境地区尚未深入开发，但边境地区的发展也是飞速的，例如到2004年10月，所有民族聚居县区都已覆盖了手机信号。

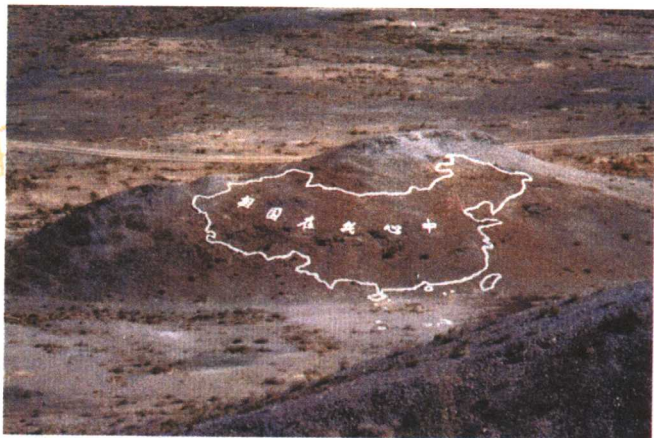
踏上边境线，可以在冰峰雪山、高岭陡壁间登高攀缘；可以漫步于广阔的大草原，可以暴走在时而汹涌湍急、时而轻流慢淌的江河间；可以看大漠孤烟和边关高原的朝霞落日；可以寻访世外桃源般的小镇民居；可以记录界碑，走上界桥，感受异国风情；可以聆听山歌、观览民舞，遍尝民族风味；可以考察散落于山谷、荒漠间的众多寺庙，古代城廓遗址；可以欣赏众多壁画、岩画，彩绘和文物。从边境的行走和实际触摸中，感受历史的悠远、国土的辽阔、风景的内涵，从哲学的高度思考生命与家国的意义……

引领读者走过这条漫长的边境线，把最真实的风景、最丰富的人文、最朴素的感动带给读者，这也是我们在本书中所努力追求和希冀达到的。



1、边境旅行 费用预算

选择旅游淡季或旺季；入住不同档次的宾馆酒店；跟团、



边境线上

自助、软背包等出行方式；班车、包车、自驾车或单车等交通工具出游；摄影，民俗，探险，自然历史风情等侧重点及所选路线不同，都会导致在边境地区旅行的时间和费用差异极大。

但主要费用还将会是在交通和食宿上。如果全程以选择客运班车等最经济的交通工具，粗略走完也需要约一年时间和最少3万元的开支。如果是全面地考察边境地区人文地理风情，3年的时间和约10万元费用是需要准备的（含跨过边境境联游和购买地方特产）。非旅游旺季，一般边境县市的宾馆标间会在50~120元/间不等，按照20元/床左右的标准也能找到可住宿的地方。随着边境县市旅游景区地开发建设，景点门票也上涨得很厉害，许多都已是20~50元。部分国家级景点的门票已上百元，边境地区所有景区加起来门票会在万元左右。不同线路的费用开支差异也会较大，但即使是很节俭的个人纯自助旅行方式，线路内的食宿，门票，交通费相加平均每天也应按照不低于100元的标准预算。对于绝大多数游客来说，在边境线上的旅行多将是一次漫长的穿越。如果约伴包车和住普通宾馆标间，南北边境线上10日假期游下来的总费用多在2000~3000元/人左右。跨境旅游的费用倒不是很昂贵，但对工薪族来说，边疆旅行的成本还有些偏高，这样就更需要认真准备及合理规划行程了。如果能有相当层级单位的介绍，或持有导游证，记者证，学生证等，甚至通过旅行社在门票上都能得到不少的优惠。适当地砍价也能在食宿和包车中得到相当折让的。



2、装备

对于普通旅行者，除了一份良好心态和对边境地区的初步了解，下面是出行的必备推荐：

1. 背包/腰包
2. 身份证/护照/边防证（不需要照片）
3. 单位或户口所在地派出所的介绍信/2寸免冠照片（跨境的边境旅游需要）
4. 银行卡/邮政存折/部分现金
5. 手机/充电器/IC卡
6. 手电或头灯
7. 旅行指南/地图册/指南针
8. 笔记本/通讯录/圆珠笔
9. 常备药品（感冒药、胃肠药、消炎、抗过敏药、外伤用药、晕车药、复合维生素和防蚊虫的薄荷膏、防中暑的药品等，有备无患。



高海拔还需高原安等)和护肤品(高倍防晒霜、润唇膏)

10. 摄影器材(防尘密封袋、备用胶卷等)
11. 个人洗漱和卫生用品(可另备点消毒湿纸巾和口香糖在路上使用)/水壶(水袋或口杯)
12. 适合运动的鞋袜(旅游鞋或透气的登山鞋、棉袜)
13. 替换和保暖衣物(夏季也要带长袖长裤的休闲服及毛衣等)
14. 小礼品/小零食(吃不惯羊肉和面食的就要多准备路上的食品了)
15. 人身意外保险(跟团也一定要有旅游保险)
16. 其它参考:遮阳帽/太阳镜(或墨镜夹片)/太阳伞/背包罩/靠枕/拖鞋/小锁/小刀/金属饭盒/晾衣绳/采访机/CD机/口罩等。
17. 户外徒步登山露营时用品(水袋/瑞士军刀/尼龙绳/哨子/防水袋/帐篷/睡袋/防潮垫/气炉/登山杖/手套/更多药品/压缩饼干/冲锋衣或雨衣等。登雪山的必备用品就更多了,不再赘述)



3、边境旅游的部分注意事项

提前了解所去地区的相关历史、地理、人文等背景资料,方能更有收获。

了解并尊重少数民族地区的宗教和习俗禁忌,避免不必要的误会和冲突。

长时间旅行时,最好办理一个邮政绿卡,各区县基本都可以全国联网,多带上一个邮储的存折也会更方便些。

早晚和区域温差大,外出多带件外衣和毛衣,以及上高海拔时要用到的羽绒衣。

出发前先了解道路和景区开放的情况,遇有大风、洪水和大雪不要勉强出行。

如乘车时间较长,注意保证睡眠,上车带个靠枕和一些干粮、零食和饮用水。

北方气候干燥,紫外线强。夏季应准备高倍的防晒品和清热防暑、驱蚊、治疗肠胃和感冒的常用药。

多喝水多吃水果。吃完水果后不能喝热茶,防止腹泻,也要防上火和水土不服。

户外登山、穿越和探险路线,要向专业人士咨询,并配备向导,以及越野车辆和专业户外装备。

避免购买不必要的或法规限制的物品,也需防止在购物中上当受骗。

不要穿短裤、裙装进清真寺,妇女未经同意不得进入清真寺,藏传佛教经堂多禁止女性进入。

尽量避开旅游高峰期的热点景区,提前联系好车辆和回程票,不到不适当的场所。

做个绿色旅行者,拥有一份美丽的心情。注意环境和生态保护,除了脚印和照片,什么也不

要留下！不要随地乱扔不可降解的垃圾和废电池。



4、边境地区自驾车旅行

不建议底盘太低的高档小车。偏远或探险路线需要请有经验的向导，或使用性能良好的越野车，或能熟练操作GPS。同车最好能多有一个经验相当的司机，可以轮流开车，最好能有车结伴同行。长时间自驾或以摄影为主时，一部车最好不超过3个人，后座可用于轮换休息。

提前了解天气和路况，使用最新版的公路交通地图和各地区详图，制定一个合理的里程计划，避免因计划不周或路上停留过久而到不了当天的目的地。

携带基本的修车工具。带足车辆必备件（进口车更应备足易损件），车辆尽量少用真空胎，路上的一些小修车店不大会补。最好再带上两个备胎，边远地区一定要带上救援用的铁锹、钢丝绳和防陷车用的地毯等。到了一个县城后一定要及时检修小毛病。

高速行驶中会车要减速并稳住方向盘。在笔直的公路和沙漠公路上行车，一定要把时速控制在100公里以内。如在沙漠露营，不可把车开下路基，否则极易陷车。春秋刮大风的季节不要到风区，遇到沙尘暴时车辆必须顺风停驶。

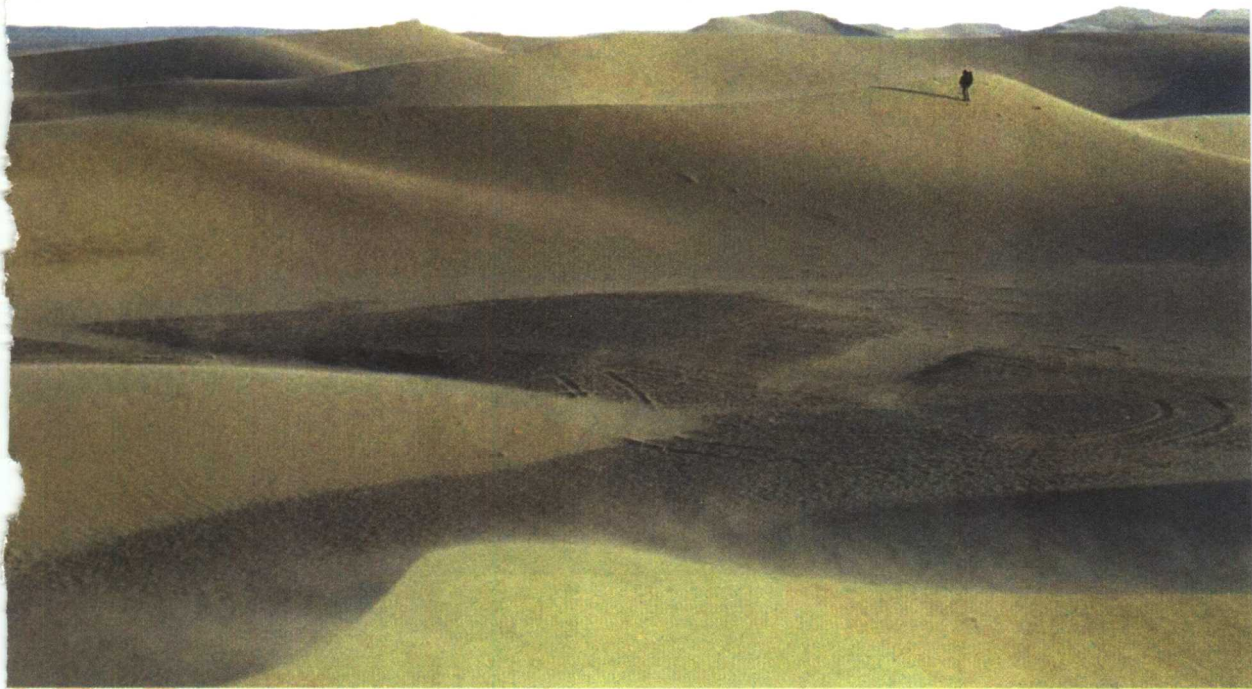
长时间行车，周围景色又较单一时，应防止疲劳驾驶，可备些提神的薄荷糖和一些果脯。副驾驶座上的人最好不要睡觉，多同驾驶员聊天，避免发生危险。

昼夜温差大，应带上一些保暖服装。后备箱里除了必备的饮用水外，新鲜水果和各种高能量或小食品尽量多带些。没有正规加油站的地区，需要备足油料和物品。

沿国道和省道的
公路都有旅店可以住



拖出陷车



沙漠中的独行者

宿，也可带上帐篷、睡袋、燃气炉具、探照灯等以备不时之需，尽量不要在夜间赶路。



5、沙漠旅行

提前尽量多地了解相关信息并做好详细的计划。**找熟悉路况的当地向导和租用健壮的骆驼，以及配备足够的饮食、野外装备及GPS，带好最新的地形图。**最好选在秋季进行，冬春季多沙暴，容易发生危险。遇见沙暴时，应把骆驼牵到迎风坡，然后躲在骆驼的身后。沙漠中日夜温差极大，白天最好穿浅色长衣裤，可使用防晒油。棒球帽加头巾是很有效的遮阳组合，也可在密封的塑料袋里装块浸透水的毛巾。另外沙漠地区食物极易腐败，准备食物时一定要注意。

骑骆驼时带块柔软的垫子，会舒适很多。要顺着骆驼的步伐自然骑坐并随时调整坐姿。骆驼站起来和卧倒时容易将人甩下。平时不要靠近骆驼的后脚和头部，防它踢人和用嘴喷人。骆驼受惊后很危险，突然的喊叫、刺目的颜色都会刺激骆驼。

动身前一定要向有关人员通告前进路线和计划；前进过程中留下记号，以便救援；要“夜行晓宿”，烈日下不可过多行动；学会寻找食物的方法；学会从植物含水分较多的根部和利用昼夜温度差挖坑深冷凝等各种找水的方法；学会发出烟火等求救信号的方法。万一遇险要保持镇定。沙漠里空气干燥，物体的空间距离感极易产生变形，实际距离和时间要比所估计的多三倍以上。要

长春



有环保意识。

沙漠之舟



6、草原山地骑马旅行

尽量不要惊吓到马儿。接近马时不要做剧烈的动作。不要紧跟在马匹后面。抚摸马时，如见马耳朵向后背贴着颈部时，马可能会攻击你。不要随便给马喂食，防止咬伤。第一次骑马建议找马夫牵马。生手骑马容易磨伤小腿肚、大腿内侧和臀部。没有马鞍和马裤，可用护膝绑腿等替代。一定要检查肚带是否勒紧，检查和调整好缰绳、肚带、脚蹬。鞍上带铁环的马，有助于保持平衡。要从马的左前方上马，一定要抓紧缰绳。脚踩在马镫里的三分之一处，发生危险能及时跳下来。野外不要随意让马儿吃草。不要在林区边缘慢跑。每隔一段时间就要检查一下肚带的松紧。下山时不要奔跑，容易马失前蹄。如遇到沟、铁丝网及不明物品时，要减慢速度，改变方向。大雨和

雷电期间最好不要骑马，尽量不要在马上脱换鲜艳的衣服，防止马受惊。骑马的正确姿势是：脚前半部分踩蹬，上身直立坐稳马鞍。快走和快跑时，小腿膝盖和大腿内侧用力夹马，身体前



旷野中的马群

倾，臀部和马鞍似触非触，跟随马的跑动节奏起伏。



7、高原旅行

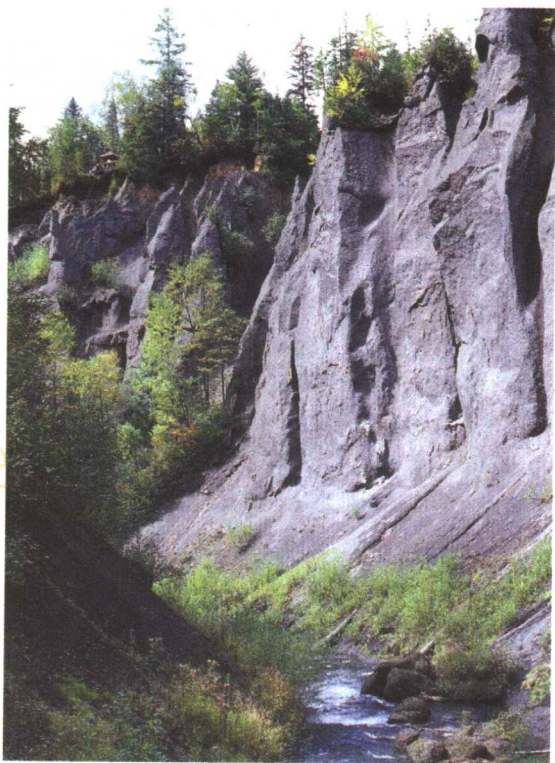
海拔高度一般达到2700米以上，因气压差等变化，来自低海拔的人容易产生高原反应。一般表现为：头痛、胸闷、气短、厌食、低热、头昏、乏力等。也可能因缺氧、干燥而出现嘴唇和指尖发紫、嗜睡、亢奋、失眠、嘴唇干裂、鼻孔出血等现象。

初到高原地区，大部分人都有或轻或重的高原反应，冬季尤甚。避免或减轻反应的最好方法是保持良好的心态，许多反应症状都是因心理作用引起的。同时注意不要奔跑，尽量减少运动，多休息和饮水，多食蔬菜和水果，要坚持进食，不要喝酒。酥油茶对缓解高原反应也有一定的作用。注意保暖，避免受凉感冒。尽量不要吸氧，让身体机能自己适应。

可缓解反应的药品有红景天、高原安、西洋参含片、百服宁（控制头痛）、维C腾泡片、安眠药等。一般反应症状在1~2天内可消除，如出现严重的浮肿、剧烈咳嗽、高热等症状，一定要到医院做检查及输液、吸氧治疗，仍没改善应尽快离开高原。到低海拔地区时症状便会消失。

患有严重的高血压、心脏病、支气管炎、糖尿病、重感冒的人绝对不宜上高原。否则容易引发高原肺水肿、高原脑水肿等病，导致生命危险。平时锻炼要在上高原前10天停下来。若到了高原地区后感冒，只要及时吃药治疗即可。

高原紫外线极强，可使用30倍以上的防晒霜，摄影时遮光罩和UV镜是不可缺的，尽量使用锂电池。日温差变化大，注意防风保暖，防止冻伤。到冰雪地区要戴墨镜，防止雪盲。高原地区要租用性能较好的车辆，不推荐内地的司机自驾车上高原。攀登5000米以上的山峰应向登



无限风光在险峰