

Zion Information Guide

National Park Service
U.S. Department of the Interior



登山指南

穿梭巴士 停靠站	登山 位置	往返路线 平均用时	海拔 落差	描述
初级登山路				
1	Pa'rus Trail Visitor Center Canyon Junction	2 小时 3.5 英里 / 5.6 公里	50 英尺 / 15 米	铺装的多用途步道，从游客中心出发，沿 Virgin River 延伸至 Canyon Junction。
5	The Grotto Trail Zion Lodge The Grotto	0.5 小时 1 英里 / 1.6 公里	35 英尺 / 11 米	这条短途步道与公路平行，连接 Zion Lodge 与 the Grotto。它位于穿梭巴士停靠站后面。
5	Lower Emerald Pool Trail Zion Lodge	1 小时 1.2 英里 / 1.9 公里	150 英尺 / 46 米	沿途有轻度的陡坡。步道经由 Middle Emerald Pools 底部通往 Lower Emerald Pool。部分路段冬季可能会结冰。 严禁游泳。
7	Weeping Rock Trail Weeping Rock	0.5 小时 0.4 英里 / 0.6 公里	98 英尺 / 30 米	路程短，但坡度陡。沿途有轻度的陡坡。铺装路面的步道尽头有滴水泉的岩石壁龛。部分路段冬季可能会结冰。
9	Riverside Walk Temple of Sinawava	1.5 小时 2.2 英里 / 3.5 公里	57 英尺 / 17 米	铺装路面的步道沿 Virgin River 在深邃峡谷中延伸。前 0.4 英里路段总体平坦，但路面可能带有沙砾。

中级登山路

东侧	Canyon Overlook East side of Zion Tunnel	1 小时 1.0 英里 / 1.6 公里	163 英尺 / 50 米	沿途有中度的陡坡，并设有扶手。终到可俯瞰 Zion Canyon 下游景色的观景点。停车位有限。
1	Watchman Trail Zion Canyon Visitor Center	2 小时 3.3 英里 / 5.3 公里	368 英尺 / 112 米	沿途有轻度的陡坡。尽头可观赏 Towers of the Virgin 岩塔、Zion Canyon 下游以及 Springdale 小镇的观景点。
4	Sand Bench Trail Court of the Patriarchs	3 小时 4 英里 / 6.4 公里	466 英尺 / 142 米	沿着 The Sentinel 下方的宽广滑坡坝徒步而上。沿途有轻度的陡坡。每年 3 月至 10 月，这里也是公园的商业骑马路线。
5	Middle Emerald Pools Trail Zion Lodge	1.5 小时 2.2 英里 / 3.5 公里	150 英尺 / 45 米	沿途有中度的陡坡。通往 Lower Emerald Pool 上方砂岩岩架的非铺装爬升步道。 严禁游泳。
5	Upper Emerald Pool Trail Zion Lodge	1 小时 1 英里 / 1.6 公里	200 英尺 / 61 米	沿途有轻度的陡坡。这是一条松软、有碎石的沙质步道，一路向上爬升，直达悬崖底部的 Upper Emerald Pool。 严禁游泳。
6	Kayenta Trail The Grotto	1.5 小时 2 英里 / 3.2 公里	150 英尺 / 46 米	沿途有中度的陡坡。通往 Emerald Pools 的非铺装爬升步道。连接 The Grotto 与 Emerald Pools 步道路网。

困难级登山路

6	Scout Lookout via West Rim Trail The Grotto	3 小时 4.2 英里 / 6.2 公里	1000 英尺 / 305 米	长且陡峭。不适合幼童与恐高人群。 前往 Angels Landing 须获得许可。详情请查看背面。
9	The Narrows (via Riverside Walk) Temple of Sinawava 登山环路。	最多 8 小时 9.4 英里 / 15.1 公里	334 英尺 / 102 米	在出发之前，请务必查看天气和水位状况，警惕山洪爆发。这段路线 需要涉河 ，有山洪爆发的危险。

24 小时急救电话：911

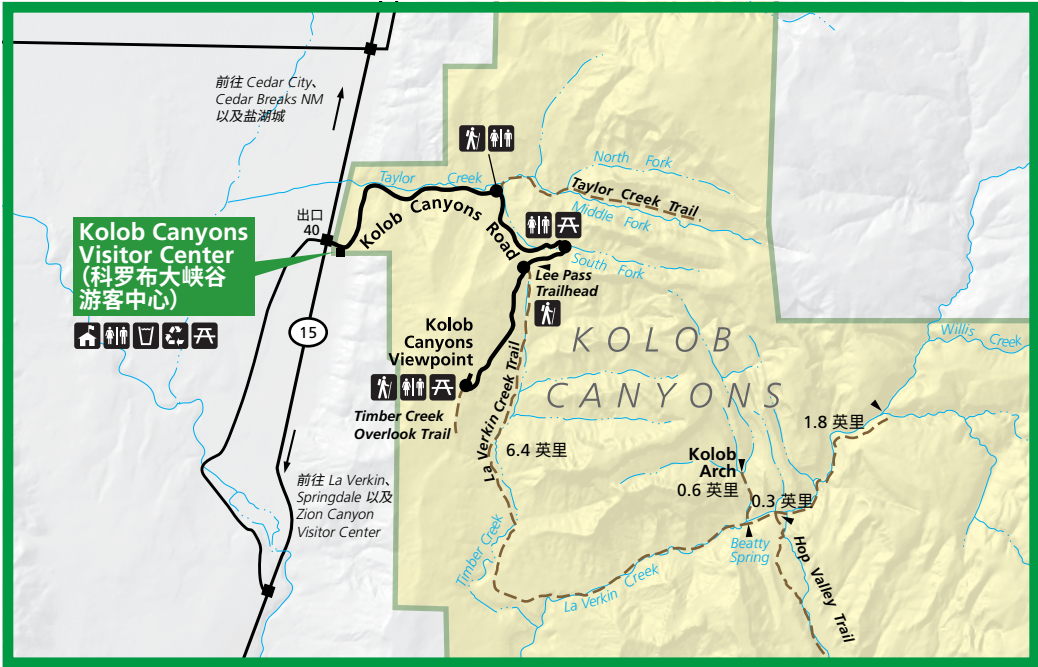
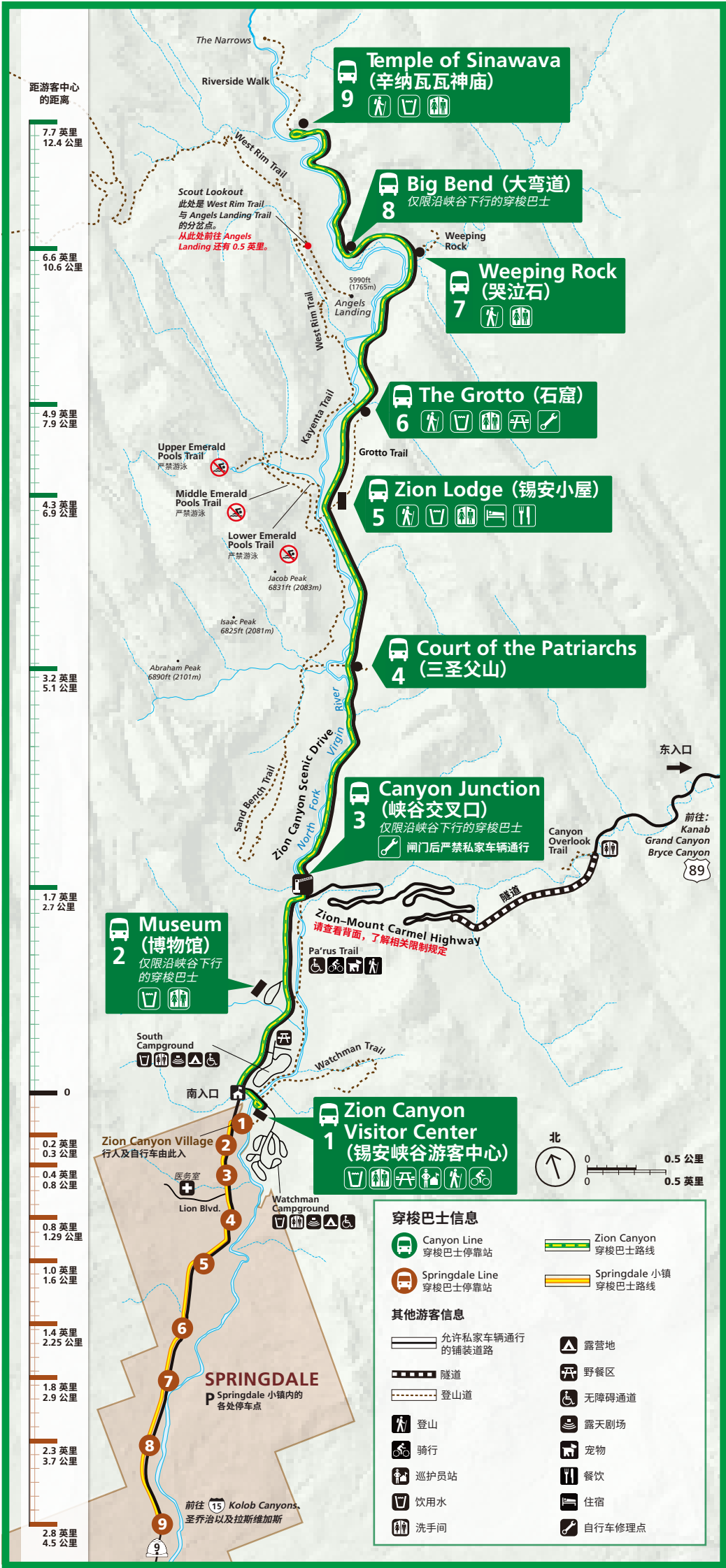
公园急救电话：435-772-3322（工作时间）

KOLOB CANYONS 登山

位于 Zion 国家公园西北角，靠近 15 号州际公路的 40 号出口，一条观景路蜿蜒而上，沿途可欣赏壮丽的红色岩壁与峡谷风光。所有步道均禁止携带宠物。荒野步道的组团人数限制为 12 人。National Park Service 并未安排前往 Kolob Canyons 或峡谷内的穿梭巴士。

登山 位置	往返路线 平均用时	海拔 落差	描述
Timber Creek Overlook Trail Kolob Canyons Road	1 小时 1.2 英里 / 1.9 公里	117 英尺 / 35.7 米	沿山脊上行，可欣赏 Timber Creek、Kolob Terrace 和 Pine Valley Mountains 的壮丽美景。
Taylor Creek Trail Kolob Canyons Road	3.5 小时 5.2 英里 / 8.4 公里	799 英尺 / 244 米	最多允许 12 人组团。沿 Middle Fork of Taylor Creek 行进，途经两座拓荒者小屋，前往 Double Arch Alcove 双拱岩洞。
Kolob Arch via La Verkin Creek Trail Lee Pass	8 小时 14 英里 / 22.5 公里	1037 英尺 / 316 米	最多允许 12 人组团。步道沿 Timber 和 La Verkin Creek 延伸。有一条支线通往 Kolob Arch。

Zion Canyon 地图



联系方式

邮寄地址

1 Zion Park Blvd.
State Route 9
Springdale, UT 84767

网站

www.nps.gov/zion

电子邮箱

zion_park_information@nps.gov

公园信息

(435) 772-3256

荒野信息

(435) 772-0170

社交媒体

搜索 @zionnps



Zion Canyon Visitor Center 与 Zion Lodge 有免费无线网络。但请注意，在步道途中、Zion Canyon 的大多数区域或荒野地带，无数据网络连接，也没有手机信号。

许可与预约

recreation.gov

需要许可证才能进行包括但不限于下列各项活动：徒步前往 Angels Landing、背包徒步露营、溪降运动、在岩壁上过夜的攀登露营、以及在某些荒野路线徒步。

请扫描此二维码，了解许可证相关信息。您可以使用游客中心或 Zion Lodge 提供的免费 WiFi。您只能在下午 3 点前在线申请前往 Angels Landing 的许可证；点击此链接即可访问网页，查看更多详情。

出行时，请务必随身携带许可证及附有照片的身份证件。许可证不可转让。

露营

无论在公园内哪个露营地露营，均需提前预订。如需预订，请访问 www.recreation.gov 或致电 877-444-6777。严禁在停车场或专门的路边停车带露营。

篝火

仅允许在露营地的防火圈内点篝火。严禁在荒野内生火。有时，尤其是夏季期间，由于存在山火风险，禁止点篝火。

如需了解全州最新防火信息，请访问 www.utahfireinfo.gov。

您有责任保障自身安全

预防脱水

徒步过程中，出汗会导致身体的水分和盐分流失。每人每天应携带并饮用至少一加仑的水。您可以在已开发区域获取饮用水。请勿饮用未经处理的泉水。人体需要保持一定水平的盐分以维持正常的机体功能活动，因此建议吃一些含盐食物，如在喝水时可以吃一把咸味花生。

可能存在有害藻类

请勿直接饮用 Virgin River 的水。公园会定期监测水质，并将根据实际情况发布新的健康公告。请查看公园游客中心及公园网站，了解最新状况和公告信息。

极端高温

每年夏季，Zion 国家公园内许多医疗紧急情况的起因都是中暑。当人体体温过高时，就会出现此类病症。脱水会加剧中暑。这会导致热痉挛、热衰竭和热射病，严重时可能危及生命。

具体症状包括体温升高（超过华氏 100 度/摄氏 38 度）、皮肤发红发烫、无汗或大量出汗、步履蹒跚、身体协调性变差、疲劳、虚弱，以及意识模糊或言语不清。一旦出现任何此类迹象，请立即停止徒步，寻找阴凉处，补充水分，并寻求帮助。

山洪

所有狭窄峡谷都有潜在危险。山洪（通常由数英里之外的暴风雨引发）是一种现实存在的风险，可能会危及生命。进入狭窄峡谷，即意味着冒险。请密切留意山洪的各种迹象。山洪暴发期间，水位会极速上涨。山洪可能会迅速倾泻而下冲入峡谷，形成超过 12 英尺的水墙。

如果发现以下这些山洪迹象，请立即前往高处：

- 天气状况恶化。
- 乌云密布或听到雷声。
- 水质突然从清澈变得浑浊。

陡峭悬崖

在步道上发生坠崖曾导致死亡事故。岩石表面的松散沙砾或碎石极易导致滑倒。时刻留意边缘地带，尤其是在拍照或使用双筒望远镜时。切勿投掷或推滚石块。因为在您下方位置可能有其他徒步者。请始终沿步道行走，远离悬崖边缘。请遵守警示标识并看管好儿童，使其远离边缘及陡坡地带。

海拔

Zion 国家公园的海拔高度在 4,000 至 8,000 英尺（1,220 至 2,440 米）之间。如果您平时居住在海拔较低的地区，请先了解海拔高度会对您的身体带来怎样的影响，然后在徒步时放慢节奏，量力而行。

交通出行

为了保护 Zion 国家公园的景观、植物、动物和历史，只能在指定地点停车。为了保障游客的安全，公园巡护员会严格执法，制止酒驾、毒驾及其他相关违法行为（包括携带已开启的酒类容器等违规行为）。如需了解犹他州道路状况，请致电 866-511-8824 或下载 UDOT Traffic 应用。

驾车须知

驾驶员、行人、骑行者和野生动物共同使用公园内的道路。

- 除非另有标识，否则限速为 35 英里 / 小时。
- 请系好安全带并使用儿童安全座椅。
- 车停稳就熄火，请勿原地怠速。

一年之中的大部分时间，Zion Canyon Scenic Drive 仅允许穿梭巴士通行，或仅限持有特别许可证的车辆进入。公园入园通行证不是许可证。

停车须知

车位有限，先到先得。房车及其他大型车辆可使用位于 Zion Canyon Visitor Center 附近的超大型车辆停车场。无需许可证即可通行隧道的车辆，不得使用该停车场。Springdale 小镇设有收费停车场。

SPRINGDALE 穿梭巴士

一年之中的部分时间，游客可以乘坐 Springdale 小镇的免费穿梭巴士。因此，如果您游览公园时正值免费穿梭巴士运营，可以将自己的车辆停在酒店或指定的停车区，然后搭乘穿梭巴士前往公园入口。

ZION CANYON 穿梭巴士

一年之中的大部分时间，Zion Canyon Scenic Drive 仅允许穿梭巴士通行。请查看本页正面的穿梭巴士时刻表，了解穿梭巴士的运营时间。部分穿梭巴士仅沿峡谷向下行（驶往游客中心方向）。

巴士上有空间用于放置背包、攀岩装备和普通自行车（禁止携带电动自行车）。游客可以根据需要，随时上下穿梭巴士。

仅允许携带服务犬乘坐穿梭巴士。如有无障碍通行需求，请在游客中心咨询巡护员。

骑行须知（电动自行车和自行车）

游客可以在公园所有公共道路以及 Pa'rus Trail 上骑行。骑行者必须单列骑行，并且在遇到穿梭巴士时完全靠边停下，让穿梭巴士先行通过。切勿在行车道上超越穿梭巴士。每辆穿梭巴士均配备可放置普通轮胎自行车的车架。公园内的所有其他步道、非步道路线以及 Zion-Mt. Carmel Tunnel 均禁止骑行。仅允许骑 1 级脚踏助力电动自行车，且骑行者必须遵守与普通自行车相同的所有规则。

Zion-Mt. Carmel 公路与隧道

任何时段，大型车辆均不得通行 Canyon Junction 与公园东入口之间的 Zion-Mt. Carmel 公路路段。超过规定尺寸限制的车辆不适合通行该路段或隧道，必须改走其他路线。已不再发放隧道通行许可证。

大型车辆限制

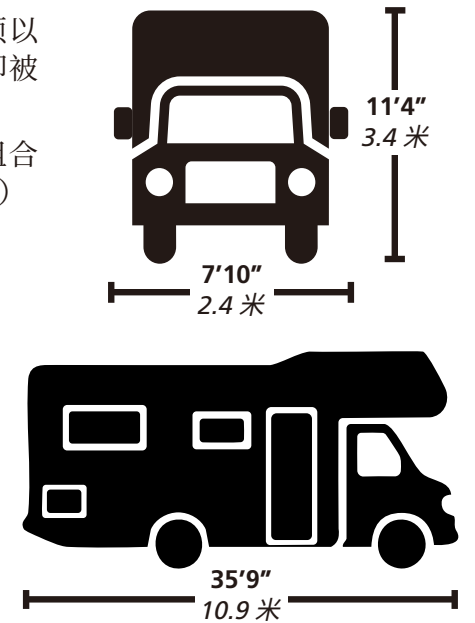
若整车（包括后视镜、遮阳篷、千斤顶以及附加装置）超过以下任一限制值，即被视为大型车辆：

- 长度：35 英尺 9 英寸（10.9 米）。组合车辆总长不得超过 50 英尺（15.24 米）
- 宽度：7 英尺 10 英寸（2.4 米）
- 高度：11 英尺 4 英寸（3.45 米）
- 重量：50,000 磅（22,680 千克）

ZION-MT.CARMEL 隧道

严禁骑行者和行人进入隧道。仅允许在专门的路边停车带搭便车。巡护员不得搭载游客或安排其他车辆协助游客通过隧道。

请勿在隧道内停车或怠速停留。



巡护员主导的项目





参加 Zion 国家公园由巡护员主导的免费项目。项目安排基于巡护员的人员配备与空闲时间。

请查看公园游客中心及公告栏，获取关于项目时间、地点及内容的详细信息。

项目涵盖地质、植物、动物、人文历史讲解等活动。

小小巡护员

4 岁及以上游客完成《小小巡护员》手册中的任务，即可获得一枚徽章。可以在公园内的游客中心免费领取该手册。