隐藏在 Yoho 和 Glacier National Parks 的宝石

第 1 天|为您的公园体验做好准备

您可以在 Golden（黄金镇）找到各种各样的住宿，包括舒适的小屋和乡村迷人的山区小屋、山坡公寓、豪华度假屋、酒店、舒适的住宿加早餐简易旅馆，为您带来真正的山区体验。
办理好入住手续后，在最后一分钟去城里买些必需品，然后去多个餐馆或酒吧吃晚饭。晚餐后，您可以泡一个热水澡并规划您在公园中心的时光。
Golden Hiking Maps（黄金镇徒步地图）包括 Yoho 和 Glacier National Parks 的地图，以及 Golden（黄金镇）和 Kicking Horse Mountain Resort（踢马山区度假区）及其周边地区的徒步旅行。您可以在 Golden 游客中心或城里的其他地方找到它。
提示和小贴士：
在 Field（菲尔德）的信息中心、Roger Pass（罗杰斯通道）或到达 Golden（黄金镇）后，在 Golden 游客中心购买您的公园通票。
提前离开以避免停车拥堵。
始终携带急救箱并携带喷雾并包装足够的食物、水衣、地图和装备。
从加拿大公园网站或游客信息中心获取步道状况的最新信息。Yoho National Park。Glacier National Park。

第 2 天| Yoho —— Emerald Lake（翡翠湖）和盆地

您的选择包括：
Emerald Lake（翡翠湖）——停车场和前 500 米的小径可能很拥挤，但是一旦游客返回，您将享受一条环绕着山脉和冰川景色的温和湖岸小径。
Emerald Basin（翡翠盆地）——沿着 Emerald Lake（翡翠湖）出发，穿过古老的铁杉和雪松林，来到一个天然的露天剧场。
Hamilton Falls（汉密尔顿瀑布）——从 Emerald Lake（翡翠湖）停车场出发，留出一些额外的时间，步行 30 分钟，穿过郁郁葱葱的绿色森林，来到精致的瀑布。
Hamilton Lake（汉密尔顿湖）——攀登穿过茂密森林的陡峭而稳健的山路，一路崎岖，进入亚高山和岩石高山栖息地，成为经典的悬崖环绕的冰斗湖。

第 3 天 | Yoho East：Sherbrooke Lake（舍布鲁克湖）和 Paget Lookout（佩吉特瞭望台）

路线终止在 Spiral Tunnels（螺旋隧道）——1871 年不列颠哥伦比亚省加入联邦时，Kicking Horse Pass（踢马山口）被选为修建连接该省和加拿大其他地区的铁路路线。陡峭的坡度带来了严重的挑战，解决方案是 1909 年建成的 Spiral Tunnels（螺旋隧道），它模仿了瑞士使用的一个系统。当火车螺旋通过时，隧道提供了一个更柔和的坡度。您自己在跨加拿大高速公路上走走看看。
Sherbrooke Lake（舍布鲁克湖）—— 典型的落基山脉森林，湖面上有雪崩碎片。是重要的野生动物走廊的一部分。
Paget Lookout（佩吉特瞭望台）—— 一条陡峭的岩石小径，可欣赏到 Bow（弓湖）、Cataract Book 和 Kicking Horse Valleys（踢马山谷）的景色。

第 4 天 | 变成化石！在联合国教科文组织的世界遗产博格斯页岩上远足

Yoho National Park 距离 Golden（黄金镇）只有 20 分钟车程，是世界上最重要的化石发现地之一。化石层只能在

既定的徒步旅行时才能进入。从两种选择中选择，这两个选项都需要一些耐力（徒步 7 到 11 个小时）和熟悉高海拔地区的陡峭徒步旅行，但值得努力。享受 Yoho National Park 和 Emerald Lake（翡翠湖）的壮丽景色，探索广泛的化石层，提供丰富而明显的寒武纪化石。带导游的徒步旅行应提前预订。访问 Burgess Shale Foundation（博格斯页岩基金会）了解更多信息。

第 5 天| Yoho West —— Wapta Falls（瓦普塔瀑布）和 Mount Hunter（亨特山）

Wapta Falls（瓦普塔瀑布）——一个郁郁葱葱的森林步道，一个令人印象深刻的 30 米瀑布的基地——踢马河上最大的瀑布。
Mount Hunter Lookout（亨特山瞭望台）和 Upper Lookout（高地瞭望台）——一条陡峭的小径，通往历史悠久的火警瞭望台，从这里可以看到 Kicking Horse（踢马）和 Beaverfoot Valleys（比佛顿山谷）。

第6天| Yoho Takkakaw（约霍塔卡考瀑布）、Laughing（欢腾瀑布）和 Twin Falls（双子瀑布）

从 Takakkaw Falls（约霍塔卡考瀑布）停车场：
Laughing Falls（欢腾瀑布）——一条通往 Yoho（约霍）和 Little Yoho Rivers（小约霍河）交汇处瀑布的林间小道
Laughing Falls（欢腾瀑布） —— 这条森林小径经过 Laughing Falls（欢腾瀑布），沿着 Yoho River（约霍河）延伸至壮观的 Twin Falls（双子瀑布）和 Twin Falls Tea House National Historic Site（双子瀑布茶楼国家历史遗址）。

第 7 天| 在 Glacier National Park 体验历史

Roger Pass（罗杰斯通道）游客中心——Explore Magazine（探索杂志）称它是加拿大最好的国家公园博物馆。这间新近装修的信息中心是您开始或结束一天的必不可少的地方，设有剧院，展示了有关雪崩、野生动物和该地区历史的展品。
Loop Brook（大环布鲁克）——铁路是从这条 1.6 公里的往返小径上发展的，从 Loop Brook Campground（大环布鲁克营地）以东的观景点延伸。这条小径是 Roger Pass（罗杰斯通道）国家历史遗址的一部分，突出了曾经承载铁路穿越山谷的石柱。其有短且陡的部分。这些特征是加拿大西部现存最古老的人造建筑之一。

第 8 天| Glacier Crest Trail（冰峰步道）

Glacier Crest Trail（冰峰步道）——难度更大，但回报更高。这是一段 6 小时的徒步旅行，沿着陡峭的小径向上到达山脊，可以看到东面的 Illecillewaet（伊莱歇尔韦特）冰川和西面的 Asulkan Glacier（阿苏坎冰川）。