

乘鞍岳住宿

夜宿高山，醒来欣赏日出云海——这样独特的经历通常只有最勇敢的徒步旅行者才能享受。但乘鞍岳作为海拔 3000 多米级别的高山，却拥有无与伦比的交通条件，从乘鞍岳畳平汽车总站步行少许路，即可到达设施良好的住宿地。无论休闲游客还是资深登山者，都能在这里舒适安全地过夜，然后投入次日的山地活动。

山顶附近有 3 个住宿地：乘鞍白云庄、银岭庄和肩之小屋。三家都在夏季（大约 6 月中旬至 10 月中旬）开放、雪季来临时关闭。白云庄和银岭庄位于畳平停车场，它们提供舒适的常规住宿设施，可以同时满足休闲游客和徒步旅行者的需求。在这样的海拔高度上，两家酒店甚至多年来为客人提供浴池泡澡，被人们认为是奢侈的享受。水在山上相当宝贵，酒店的水都采集自雨水、融雪和附近的不消池。

肩之小屋是观看日出和星空的绝佳地点，从畳平停车场往南步行 30 分钟左右可以到达。与该地区大部分山间小屋一样，肩之小屋旨在为徒步多日的旅行者提供挡风遮雨的庇护所及暖心的餐饮。小屋是距离乘鞍岳最高峰“剑锋”（3026 米）最近的住宿地，与大雪溪毗邻。大雪溪的积雪终年不化，即使盛夏也可以开展单板或双板滑雪运动。

乘鞍岳上的每个住宿设施都能为旅客提供舒适的环境和美味的食物，以及本地人的经验和智慧。设施工作人员能提供关于天气情况和徒步路线的建议，告知去哪里寻找山区的野生动植物。设施内还配备了简易救急医疗器械以及缓解高原反应的设备。

乘鞍岳的留宿历史由来已久。“山伏”（修验道的苦行僧）们在乘鞍岳的修行旅程中就会借宿于山上的茅棚和石洞中，比如圆空(1632-1695)和木喰(1718-1810)，这两位都以边云游各地边雕刻佛像而闻名。在乘鞍岳第二高峰“大日岳”（3014 米）山巅附近可以看见一个小石窟，据说木喰就曾投宿于此。