进藏——318进藏线路海拔和要点

海拔与住宿等要点

1. 雅安市，641m，第一阶梯和第二阶梯的节点，然后进入横断山脉
2. 二郎山，3400m，二郎山隧道
3. 泸定县，1321m，泸定桥和二郎山，贡嘎雪山7556m，四川最高峰，横断最高峰，就在海螺沟冰川上面。藏族彝族等17个民族。距离雅江188公里，约4小时41分钟。建议住宿
4. 康定，2395m，甘孜首府，假期住宿要提前预定，提前可以住泸定一天，给海螺沟留一天时间。距离雅江150km，约3小时30分钟。
5. 折多山4298m，会堵车，回头弯的路很烂，其他很好。基本没有好天气，好天气要回头向康定看，有雪山。垭口有白塔和石头，打卡地，略作休息。不必去山顶。康巴第一关。与成都海拔差4000米，温差20℃。距离新都桥45公里
6. 新都桥3630m，摄影天堂。旅游交汇路口，旺季要提前订住宿。海拔高，不建议住。时间充足，向塔公草原走一段再回来，风景好。出高尔寺隧道后，是峡谷公路，可以航拍，景色壮观。过新都桥到高尔寺山，是看贡嘎雪山的最佳位置。距离雅江70多公里。
7. 雅江县2530m，建议住宿距离巴塘县300多公里，正好一天。在雅砻江河谷中，
8. 剪子弯山3990m，天路十八弯，上山是急弯，非常费时间。路边可以停车，是观景台。后面到姊妹湖，天气变化大，路况好，风景好，318精华路段。雨季都是鲜花。
9. 尼玛贡神山4668m，
10. 卡子拉山4718m，
11. 理塘县4014m，海拔高，但是住宿便宜住宿条件好，理塘西城门，打卡“此生必驾318”。理塘到姊妹湖的风景特别好，都是鲜花，7月份是大片花海。至姊妹湖都是直路路况好。向南 到稻城亚丁约230公里，4小时。可以不去。向巴塘走，会路过毛垭草原。过啦毛垭草原，需要翻过海子山垭口，4685m。下山就是姊妹湖。
12. 姊妹湖4685m，318明珠，风景比收费景点好，观景台有小卖部的可以休息一会儿。靠近巴塘气温会升高很快。
13. 巴塘县2580m，海拔低，可以住宿。从此车少了。距离如美镇150公里，约3小时44分钟。距离左贡县258公里，约6小时31分钟。
14. 金沙江大桥2481m，是长江的上游，四川与西藏以金沙江为界。塌方可能严重，会堵车几个小时。界碑打卡。过了海通沟，检查站，登记身份证。
15. 宗拉山4150m
16. 芒康县3875m，条件差，不建议住。芒康到如美镇路况不好，要多预留时间。在芒康一定要加油。
17. 拉乌山4396m，路面不平，耗时。山顶观景台风景好。
18. 如美镇2570m，海拔低，可以考虑住宿。没有中石油。后面有怒江72拐弯。距离左贡县约110公里，2小时40分钟。距离八宿县308公里，约7个多小时。可以看藏民晒盐。一定要休息好，后面的路很烂。
19. 觉巴山3940m，最烂的路，急弯多，急弯都很烂。翻过山谷风景好，可以稍作休息。30公里山路，2000米的落差。
20. 东达山5130m，路况补丁多，和修路，风景普通，可以赶路为主。西藏第二高垭口。要吸氧气，尽快通过，不要逗留，避免缺氧。
21. 左贡县3750m，住宿条件稍好。经过前几天的适应，高海拔应该差不多适应了。距离邦达100多公里，路况很好。距离八宿县200公里，约4小时25分钟。距离波密县约416公里，8小时31分钟。
22. 邦达镇4120m，住宿和吃饭的卫生条件都很差，可以看到邦达草原。
23. 业拉山4658m，怒江72拐，路况烂，沥青和水泥路。特别慢。12公里的路，2000米落差。下面是怒江大峡谷，可以航拍。
24. 八宿县3280m，海拔低，住宿还可以，在这里可以住一晚。后面是最美精华路段，景色无可挑剔，雪山、草原、森林、峡谷，蓝色河水还有然乌湖。路况好。可以向然乌湖里面走一小段后回来。然乌湖的颜色，7月前9月后是蓝色。距离波密县约217公里，4小时22分钟。距离林芝444公里，约9小时15分钟。
25. 然乌湖3960m，被称为天使的眼泪。湖面长20多公里，是与丙察察的交汇处。过了然乌湖后面是网红冲水点。会路过米堆冰川。快到波密县，有一段森林公路很漂亮，可以看到雪山。
26. 波密县2725m，县城里就可以看到雪山，住宿条件好，性价比高，可以住一晚。距离林芝228公里，约5小时。距离拉萨619公里，约9小时16分。空气湿润，夏无酷暑，冬无严寒。
27. 古乡湖2600m，运气好天气好可以看到南迦巴瓦峰，经常天气差。后面到鲁朗镇，雨季特别容易塌方，会道路中断，提前查路况，小塌方半天一天，严重的可能一周以上。没有塌方的地方路况好，风景好。
28. 通麦大桥2061m，打卡景点
29. 鲁朗镇3700m，不建议买票进景点，可以吃石锅鸡。过鲁朗镇的时候有一个扎西岗村，天气好可以去看，田园风光，免费.
30. 色季拉山4720m，鲁朗林海景区，附近有个观景台可以不用花钱看类似的景色。
31. 林芝市3010m，海拔低，可以住宿。后面有高速了，免费，说不让摩托车走，但是还是有。318路况也好，也慢不了多少，风景好很多，尤其是米拉山。小心牲畜。距离拉萨401公里，高速5小时，318国道8小时。
32. 工布江达县3330m，林芝到拉萨最美的一段路。
33. 米拉山5013m，垭口有大石头可以打卡，现在有隧道。过了垭口几公里有个牌子写着思金拉措湖，50元门票，景色超好，最好预留半天的时间游玩。
34. 墨竹工卡县3835m，
35. 拉萨3650m，住宿。摩托车停到布达拉宫正对面拍照打卡。住宿很贵，可以住远一点，大昭寺附近可以停摩托车，在“甘泉林（拉萨大昭寺广场）西藏特产店”，导航搜索。大昭寺和布达拉宫是主要的景点。距离日喀则273公里，约5小时。
36. 羊卓雍措4441m，拉萨三大圣湖之一。从拉萨往返大概是200公里
37. 日喀则，3836m，有扎什伦布寺，地位可以与布达拉宫齐名。