



MEE

梅里卓越精英 104K

Meili Extraordinary Elite

2023.5.31 中国 梅里雪山



MEE 104K

MeiLi Extraordinary Elite
梅里卓越精英



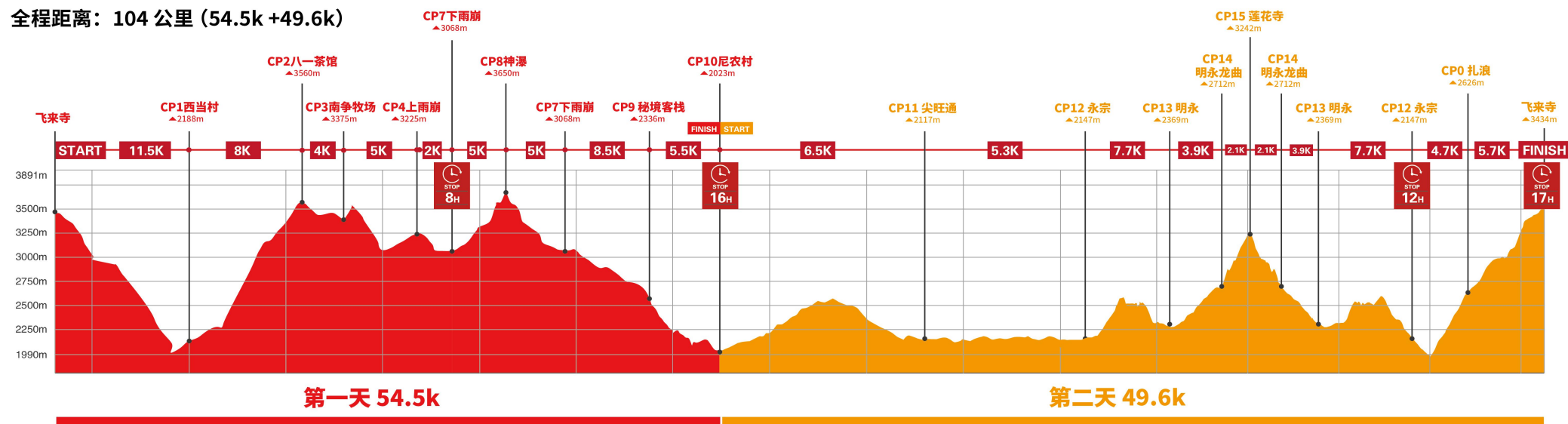
MEE

梅里卓越精英 104K

Meili Extraordinary Elite

爬升:5750m+

全程距离: 104 公里 (54.5k +49.6k)



第一程距离: 54.5 公里

分段关门点: CP7(下雨崩村 30.5 K)

分段关门时间: 8 H

第一程出发时间: 5 月 31 日 07: 00 时

出发点: 飞来寺观景台

结束点: CP10(尼农村)

第一程关门时间: 5 月 31 日 23: 00 时(16H)

第二程距离: 49.6 公里

分段关门点: CP12(永宗 39.2K)

分段关门时间: 12H

第二程出发时间: 6 月 1 日 07: 00 时

出发点: CP10(尼农村)

结束点: 飞来寺观景台

第二程关门时间: 6 月 1 日 24: 00 时(17H)

MEE 104k 分段数据参考

出发点 / 终点 海拔 3436米

站点	分段 距离 / 公里	累计 爬升 / 米	累计 下降 / 米	海拔 高度 / 米	服务内容			
					补给	打卡	转运包	关门时间 / 小时

第一日行程 出发时间5月31日 07:00

START-CP1 西当村	11.5	255	1471	2188	√	√		
CP1-CP2 八一茶馆	8	1356	88	3560	√			
CP2-CP3 南争牧场	4	97	262	3375		√		
CP3-CP4 上雨崩	5	356	482	3218		√		
CP4-CP7 下雨崩	2	7	157	3068	√	√		8
CP7-CP8 神瀑	5	647	54	3661		√		
CP8-CP7 下雨崩	5	54	647	3068	√	√		
CP7-CP9 秘境客栈	8.5	93	837	2324	√	√		
CP9-CP10 尼农	5.5	200	502	2032	√	√	√	16

第二日行程 出发时间6月1日 07:00

CP10-CP11 尖旺通	6.5	502	427	2128		√		
CP11-CP12 永宗	5.3	200	133	2195	√	√		
CP12-CP13 明永	7.7	667	526	2336	√	√		
CP13-CP14 明永龙曲	3.9	466	117	2725	√	√		
CP14-CP15 莲花寺	2.1	578	118	3185		√		
CP15-CP14 明永龙曲	2.1	118	578	2725	√	√		
CP14-CP13 明永	3.9	87	476	2336	√	√		
CP13-CP12 永宗	7.7	526	667	2195	√	√		12
CP12-CP0 扎浪	4.7	761	232	2731	√	√		
CP0-FINISH 飞来寺	5.7	804	89	3436	√	√		17

MEE104k 强制装备列表

食物

发热量不低500卡路里的食物

急救

不少于1米的弹性绷带。救生毯, 救生哨

水具

不低于1升容量的水壶或水袋, 折叠水杯

通信

充满电量、整个赛程能保持开机状态的移动电话、5000毫安以上充电宝。

照明

电量足够支持照明时间不低于12小时的头灯

服装

不低于200g保暖长袖衣服/保暖紧身長裤/压胶防水冲锋衣

以上强制装备必须随身携带, 放入转运包中的为备用

组别	距离 / 公里	累计爬升 / 米	出发时间	关门时间	关门时长 / 小时
MEE 104K	54.5	3065	07:00	23:00	16
	49.6	4709	07:00	00:00	17
MSC 68K	68	4606	07:00	03:00	20
MSA 27K	27	2339	07:00	17:00	10
MSP 35.5K	11.5	1176	07:00	19:30	10
	24	1021	07:00	17:00	10