

DUCK CREEK VILLAGE INN

一本随身山野指南

鸭溪村

Duck Creek Village

2026年9月

按自己的节奏，过山里的日子。

湖泊与步道 / ATV 越野 / 国家公园 / 村里的餐桌



把假期，过成喜欢的样子。

留一天给山里。国家公园固然壮观，眼前的清晨也值得慢慢看：白杨倒映在静水中，在纳瓦霍湖边野餐，沿林道随心走走，不必赶路。

01	先认识这座山村	03
	抵达须知与周边地图	
02	身边的好去处	05
	湖泊、瀑布、洞穴与崖顶风景	
03	骑进森林的一天	10
	ATV 行前准备与两幅路线图	
04	走出村庄看看	15
	雪松断崖、布莱斯与锡安	
05	值得多住几天	21
	餐厅、行程与四季出游	
06	实用信息	26
	装备、通行与官方链接	
07	入住时的一点惊喜	30
	送给你的神秘礼物邀请	

轻点章节或使用 PDF 阅读器书签。离开 Wi-Fi 前先保存指南。链接和二维码需要联网；正文与附带的 ATV 地图可离线查看。



从这里开始

安心抵达，慢慢住进山里。

鸭溪村位于海拔较高的雪松山上。第一次长途游玩前，先留些时间适应环境。

找到你的住处

鸭溪村旅馆 Duck Creek Village Inn
815 East Hwy 14
Duck Creek Village, Utah 84762.
开车上山前，保存地址与入住指引。

上山前备好补给

上山前备足野餐食物、饮用水和燃油。查看村里商家的营业时间；深夜可选的去处有限。

沿铺装公路进山

UT-14 连接 Cedar City 与 Long Valley Junction 的 US-89。公路状况查 UDOT，林道通行查美国林务局。以现场封路标志为准，别盲从导航近路。

高海拔的第一天，放慢一点：安顿行李，添件衣服，再到池塘边歇歇。

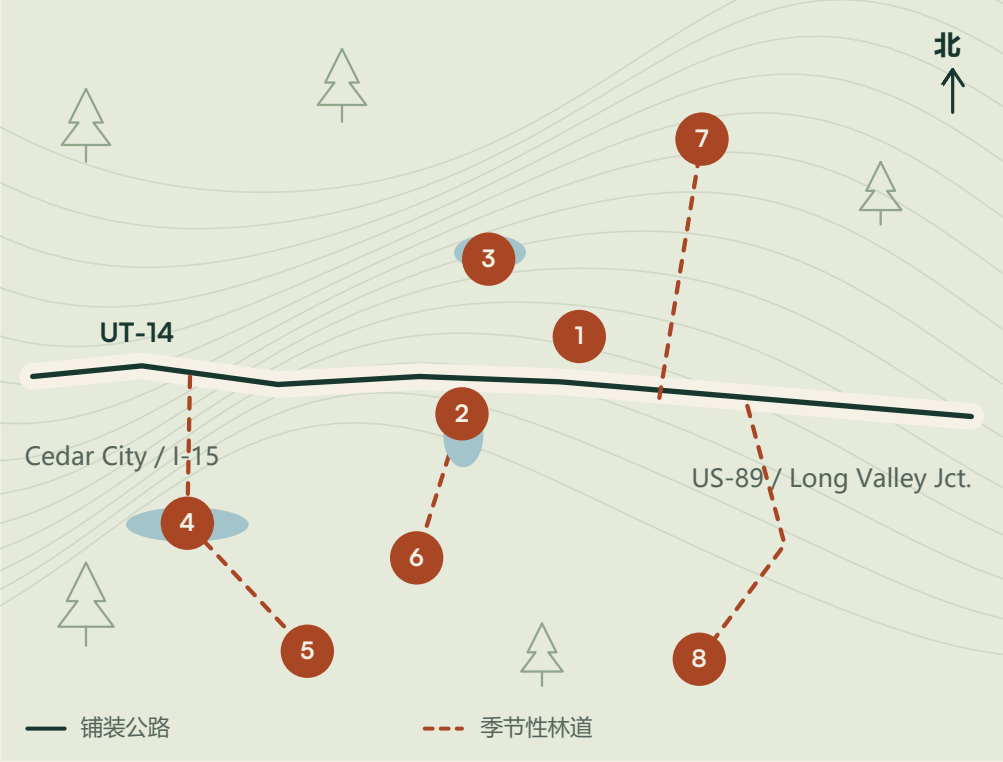
→ [前往旅馆](#)

→ [实时公路状况](#)

方位示意图 / 非等比例

小小山村，辽阔山野。

以公路为线索，每次选一片区域慢慢探索。



- | | |
|---------------------------|------------------------|
| 01 Duck Creek Village Inn | 02 Duck Creek Pond |
| 03 Aspen Mirror Lake | 04 Navajo Lake |
| 05 Cascade Falls | 06 Duck Creek Ice Cave |
| 07 Mammoth Cave | 08 Strawberry Point |

轻点编号景点，打开对应地图。

图钉表示大致区域，不代表步道起点或合法骑行路线。最后一段路请参考链接中的地点信息与现场路牌。林道可能积雪、泥泞或关闭。

01 / 就在村子旁

两片静水。

让旅途慢下来的第一站。



鸭溪村池塘 Duck Creek Pond

抵达后的第一小时，不妨来看看水和鸟，在车程之后舒口气。按脚下路况选一处湖岸停留，不必把它变成长距离散步。



阿斯潘镜湖 Aspen Mirror Lake

走过一小段林间路，就是白杨环抱的小湖。风平时更有机会看到清晰倒影。带些简便野餐，留时间坐坐；脚下的树根和天然路面仍需留意。

我们的选择：悠闲清晨去镜湖；下一项活动前只有一小时，就去池塘。

→ 鸭溪村池塘

→ 阿斯潘镜湖

02 / 留一天给湖边

纳瓦霍湖

沿岸散步，户外午餐，下午不再赶着赴约。



按喜欢的节奏来

在 Navajo Lake 沿岸走一小段，找一处已有的野餐点，或安排水上活动。租赁请提前联系；供应情况随季节变化。

想多走一段

纳瓦霍湖环线适合较长的徒步或山地骑行。选好路段，存下步道地图，趁体力尚足时折返，也给余下的一天留点余力。

湖边随身清单

带饮水、防晒用品和保暖外套。划船时穿尺寸合适的救生衣，并查看风力与天气。钓鱼前确认犹他州许可证要求及本湖适用的规定。

道路与天气合适时，可搭配卡斯凯德瀑布。围绕一顿野餐安排，比塞满行程更惬意。

→ [美国林务局：纳瓦霍湖](#)

→ [犹他州钓鱼信息](#)

03 / 短步道，开阔风景

卡斯凯德瀑布

即使瀑布水量不大，沿崖行走的风景也值得前往。

留出一个上午

Cascade Falls 步道往返约1.2英里（1.9公里），请预留步行时间。步道沿崖壁通向出水口，湖水经与纳瓦霍湖相连的地下通道涌出。

先了解脚下的路

沿途有台阶、崎岖地面和临崖路段。穿防滑鞋，照看好孩子；若路况或天气不合同行人，及时折返。

查看通行与水量

前往步道需走林道，积雪和泥泞可能延迟开放。瀑布水量随湖况与季节变化；无论水多水少，峡谷景色都值得慢慢看。

推荐搭配：先走步道，再到纳瓦霍湖野餐。午餐请在村里提前备好。

→ 卡斯凯德瀑布步道与地图

04 / 森林脚下的世界

走到森林 的另一面。

两种不同的洞穴体验，按舒适程度与当前通行情况选择。



猛犸洞 Mammoth Cave

这是一处未经开发的熔岩管，内部黑暗，岩面粗糙，部分通道低矮。每人带照明，再备一盏；穿结实的鞋并带保暖衣物。进入前查看蝙蝠保护关闭公告。



鸭溪冰洞 Duck Creek Ice Cave

小型冷空气积聚洞室，需沿不易落脚且常常湿滑的坡面下行。到夏末冰可能融尽。不下洞也能欣赏周边；若进入，务必腾出双手。

洞穴探访并非适合所有人的轻松散步。遵守门禁，不惊扰蝙蝠，让岩石与冰留在原处。

→ 洞穴通行与行前准备

→ 犹他州地质调查局：冰洞

05 / 高原的边缘

值得慢下来的 远方。

选一处观景点，或走一段步道，把下午留得宽裕些。

草莓角 Strawberry Point

沿林道向南，来到俯瞰粉红、橙色与浅色崖壁的观景点。出发前确认道路状况及车辆是否适合，返程要留足天光。

维珍河崖缘步道 Virgin River Rim Trail

这是长距离步道系统，并非随意绕一圈的小路。选定具体起点和适合同伴的往返路段，携带离线地图，约好折返时间。

徒步与骑行须知

先确认步道允许的活动，礼让其他使用者，避免踩踏泥泞路面。高处步道泥泞时，可改为湖边散步。如果雷暴临近，请返回安全的避雨处。

无遮挡的观景点，适合晴朗清晨前往；雷雨午后请另作安排。

→ **比较周边徒步路线**

→ **迪克西国家森林状况**

A photograph of a dark-colored ATV or UTV parked on a gravel trail. The vehicle is seen from the rear, showing its large tires and cargo area. In the background, there is a lush green valley with scattered evergreen trees and distant mountains under a cloudy sky.

ATV / UTV 越野天地

沿着林道，走进山里。

留一天探索 Markagunt 路线系统，按车型与同行人中经验最少者的能力安排行程。

先听当地向导讲解

租赁商可协助选择适合团队的路线，并说明最新通行情况。询问车宽、难度、续航、头盔、取车与归还时间。

一次选一个方向

可与租赁商讨论村庄周边、猛犸洞区域或更远的高原路线。这些只是规划方向，不代表已确认开放；出发前要确定实际路线编号。

先把地图存下来

后页附鸭溪村周边详图与完整 Markagunt 路线图。也请保存最新机动车通行地图（MVUM），查看指定机动路线及限制。

每次出发前都查美国林务局最新封闭公告与 MVUM，确认所驾车辆允许使用的路线及公路穿越点。

→ **当地租赁与规划**

→ **美国林务局地图与指南**

ATV / 出发之前

发动前，先花五分钟。

先安排好要紧的细节，再启动引擎。

✓ 培训与证件

查看犹他州现行的成人或青少年 OHV 培训要求。确认车辆注册及可能需要的外州游客许可，并询问租赁公司负责提供哪些手续。

✓ 人员与装备

戴头盔和护目装备，使用车辆的安全约束装置；带饮水、分层衣物、急救包和充好电的手机。遵守年龄、座位及制造商限制。

✓ 路线与折返时间

确认车宽限制、路面、难度、关闭路段和燃油续航。约好返回时间，并将路线告知留守的人。手机信号可能不稳定。

✓ 沿途礼仪

只走指定且开放的路线。在木屋、行人和野生动物附近减速，减少扬尘；门闸保持原状，垃圾全部带走。

不要默认 ATV 能驶入公路或村内街道。能否上路取决于车辆和道路各自的规定。

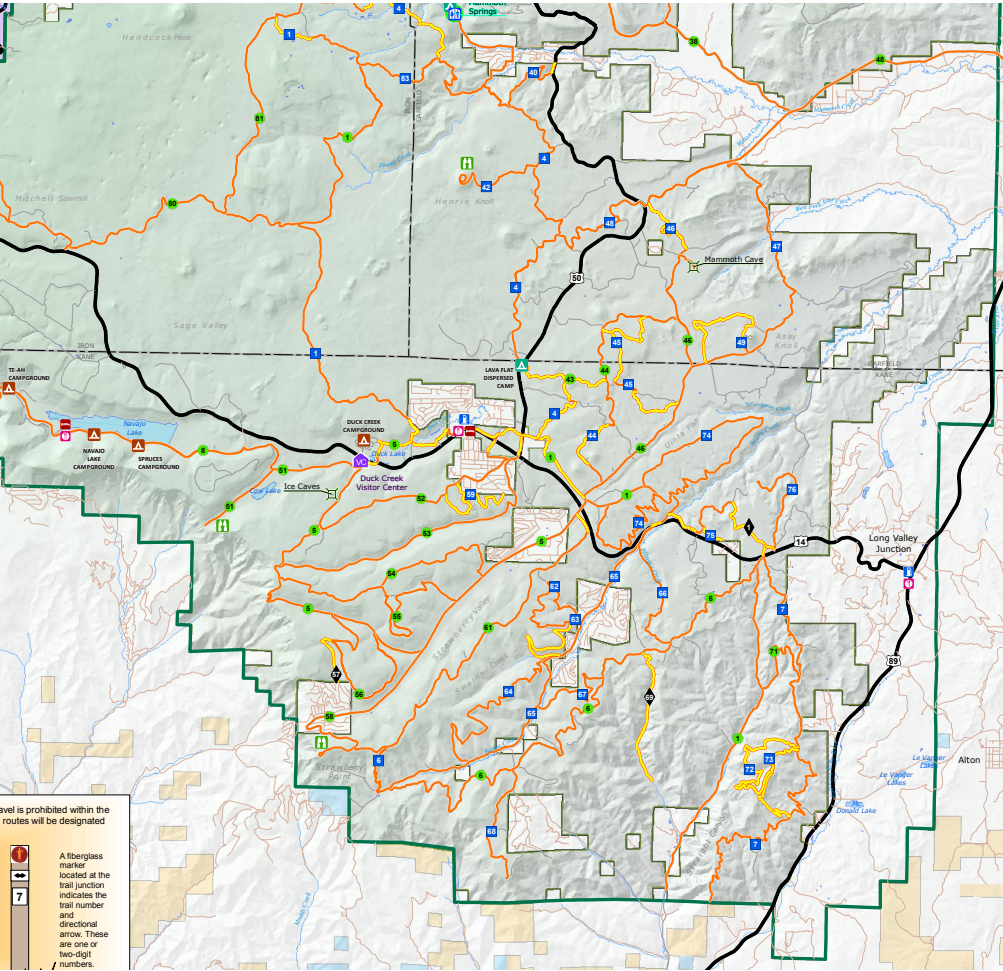
→ 犹他州 OHV 培训

→ 犹他州车辆注册与许可

ATV 地图 / 周边详图

鸭溪村 与南部路线

近看村庄、纳瓦霍湖、猛犸洞与草莓角周边。



来源：美国农业部林业局 / Markagunt OHV 路线系统

双指缩放查看。原图地名与标注保留英文。

2019年规划地图。请结合最新 MVUM 和关闭公告使用。完整路线图后附详细图例。

→ **完整官方原图**

ATV / 读懂地图

看懂线条，再选路线。

参考原图图例，并与现场标志核对。

路线难度



绿圆：容易。蓝方块：中等。黑菱形：专家级。实际路况可能提高任何路线的难度；按经验最少的骑行者选择。

不同道路，规则不同

原图区分开放道路、OHV 专用路线、非林务局道路、铺装公路及四驱路线。部分路段有车宽限制，包括标注的 72 英寸及以下类别。

边界也要看清

国家森林路线旁可能就是私人土地、荒野保护区或国家公园。一条线靠近目的地，并不意味着公众可进入或路线合法连通。

两种地图都保存

游憩地图用来了解区域，最新 MVUM 用来确认指定机动用途。每次出发前再查林务局关闭公告、现场标志与租赁商建议。

转载地图保留英文路线标注，便于与原图核对。此地图无法显示你的实时位置。

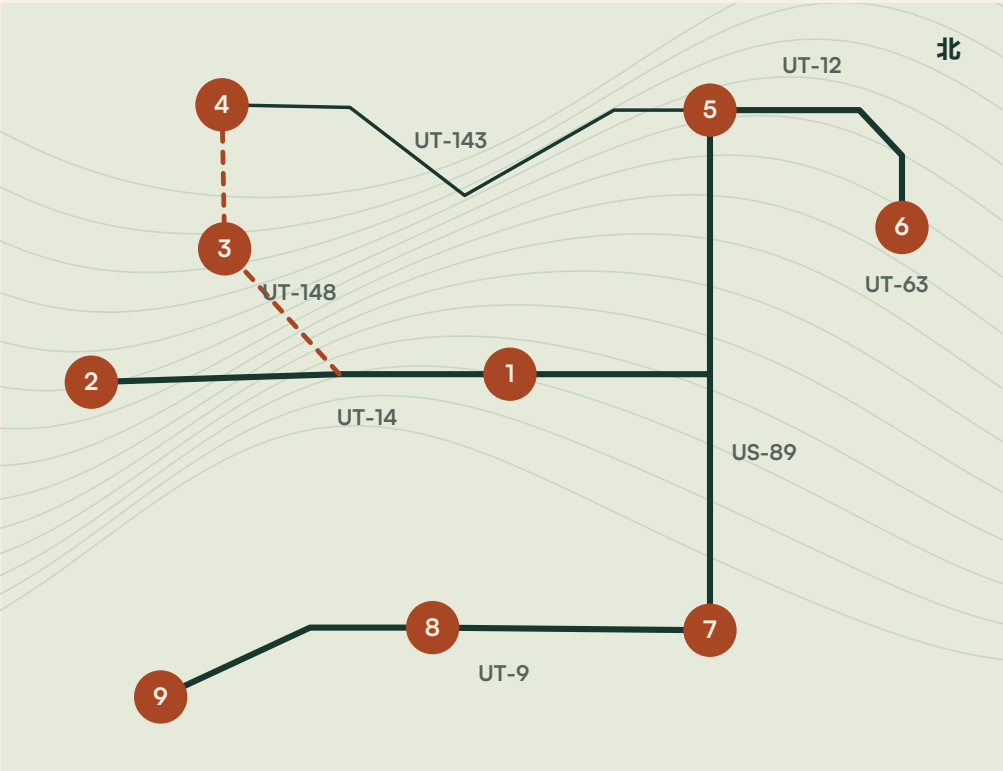
→ [下载地图原件](#)

→ [森林最新公告](#)

方位示意图 / 非等比例

住在一处， 看见不同风景。

选一座公园玩一天， 也留一天给山里。



- | | | |
|----------------------|----------------------|------------------------------|
| 1 Duck Creek Village | 2 Cedar City | 3 Cedar Breaks |
| 4 Brian Head | 5 Panguitch | 6 Bryce Canyon |
| 7 Mt. Carmel Jct. | 8 Zion east entrance | 9 Zion Canyon Visitor Center |

布莱斯：UT-14 向东 > US-89 向北 > UT-12 > UT-63。

锡安：UT-14 向东 > US-89 向南 > UT-9 向西。

雪松断崖：UT-14 向西 > UT-148，仅在道路开放时通行。

本图展示道路连接关系，不表示实际距离。UT-148 季节性开放。锡安东入口并非主峡谷游客中心；前往接驳车枢纽还需沿 UT-9 继续行驶。

06 / 高山上的红岩

雪松断崖

辽阔的红岩环形剧场，高高的崖缘，另一种山间一日。

先从观景点开始

在 Cedar Breaks 先看红岩，再走一段铺装的无障碍日落步道（Sunset Trail）。全程往返2英里（3.2公里），也可按体力提前折返。

多带一件外套

崖缘海拔超过10,000英尺（3,000米）。风大、气温较低，步道缺少遮蔽，即使夏天也用得上保暖衣物。

按季节安排通行

UT-148 冬季禁止贯通行驶。查看公园最新道路、设施与步道状况；夏季路线安排不能直接用于冬季。

我们的建议：先好好看完观景点，再考虑下一站。

→ [雪松断崖最新状况](#)

→ [雪松断崖无障碍信息](#)

07 / 留出完整的一天

布莱斯峡谷

在远处看石柱群，或下到石柱之间，都值得用一天慢慢体验。

第一次来这样走

从布莱斯环形剧场开始。日出点（Sunrise Point）与日落点（Sunset Point）附近的崖缘很适合初访；只有路况与体力都合适时，再选下谷步道。

把回程爬坡算进去

每次下谷，都意味着要在高海拔爬坡返回。带足水与防晒用品；冰雪会让熟悉的步道也变得更吃力。

主要活动前后留些余地

为入园、停车或季节性接驳车，以及午餐预留时间。离开鸭溪村前，查看门票、步道关闭信息和公园地图。

沿 UT-14 向东、US-89 向北，再接 UT-12 与 UT-63。路线应规划到园内实际目的地，不能只到公园边界。

→ [布莱斯行程规划与地图](#)

→ [布莱斯最新状况](#)

08 / 先选好公园区域

锡安国家公园

这片砂岩山谷，值得拥有自己的一天。

东侧，还是主峡谷？

从鸭溪村出发，沿 UT-9 经东入口进入锡安。若去主峡谷接驳车枢纽，需继续穿过公园，前往 Zion Canyon Visitor Center。

围绕一项体验安排

选择东侧景观或主峡谷活动。接驳车运行季，私家车不能驶入 Zion Canyon Scenic Drive；请留出停车与乘车时间。

查天气，也查活动要求

确认最新接驳时间、步道状况及徒步许可。天使降临步道（Angels Landing）需要许可；去 The Narrows 还需单独核查水流、天气与洪水风险。

东入口并非接驳车枢纽。带食物和水；若晚回村，提前做好晚餐。

→ [锡安接驳车信息](#)

→ [锡安最新状况与公告](#)

再留几天给山里

继续看看 雪松山。

三个理由，把高山地区再多留一天。

布莱恩赫德 Brian Head

冬季以双板与单板滑雪为主，夏季有另一套活动安排。开车前往前，查询度假区最新运营情况，尤其是缆车、课程与装备租赁。

潘圭奇湖 Panguitch Lake

换一座湖，在岸边歇歇，或安排钓鱼。出发前查看道路通行与最新钓鱼规定。带好午餐，也为来回车程留足时间。

14号公路 Highway 14

在正规停车观景点欣赏森林与火山地貌。步道畅通时，可走17英里路标附近的短距离狐尾松环线（Bristlecone Pine），看看古树和观景台。

两次国家公园一日游之间，留一天随天气在附近走走。

→ [布莱恩赫德度假区](#)

→ [14号公路指南](#)

两次出游之间

再多看一会儿。

有些最好的时刻，不需要步道名字。

清晨的倒影

选一个无风清晨，到阿斯潘镜湖走走。脚步轻些，沿已有小径行走，把画面交给晨光。

让野生动物自在生活

在水边看鸟，远观森林边缘。给动物留出空间，不投喂，妥善收好食物。邂逅野生动物靠机缘，不能保证。

入夜之后

晴夜找一处安全、允许停留且远离强光的地方。带保暖外套与小红光手电，查看月相，并照顾住客与邻居的安静。

我们最喜欢的额外安排：一个没有行程、晚餐已经有着落的夜晚。

→ **野生动物与负责任的观赏**

村里的餐桌

围绕一顿好饭，安排一天。

按当下心情选一家，轻点查看最新菜单与营业时间。

Ground & Toasted

用咖啡、吐司和新鲜面包开始悠闲早晨。可以买一条面包留着稍后吃；若要早出发，先确认营业日期，别把早餐全寄托在临时到店。

Aunt Sue's Chalet

位于 Movie Ranch Road，供应家常菜、早餐和派。适合出发前或山中游玩一天后，同行围坐下来，好好吃顿饭。

Hot Mama's Pizza & Brew

湖边游玩或林道骑行后，来一顿披萨。村里的休闲晚餐让夜晚更轻松；最新菜单、营业日期与外带方式请直接向店家确认。

DC Pub & Grill

适合家庭的酒馆餐厅，可在徒步后吃汉堡、三明治，喝点饮品。查看菜单时选 Duck Creek 分店；同一经营者在 Cedar City 也有餐厅。

村里营业时间随日期与季节变化。要早起去公园，请前一天备好早餐与野餐补给。

→ [菜单、地图与餐厅联系信息](#)

初次停留 / 三晚

看看身边，也看看壮阔远方。

一个抵达的下午，两个完整游玩日，再从容启程。

01 抵达 / 熟悉村庄

办理入住，到鸭溪村池塘边歇歇，在村里吃饭。洞穴与林道，留到精神充足时再出发。

02 第1天 / 湖泊与森林

通行良好时走卡斯凯德瀑布步道，再到纳瓦霍湖野餐。想轻松一点，可换成更短的阿斯潘镜湖行程。

03 第2天 / 一座国家公园

选布莱斯或锡安。先确定主要活动，再为停车、可能需要的接驳车和回程留时间。

04 离开 / 最后停留一会儿

喝杯咖啡，散一小段步，或在前行路线的观景停车点歇歇。安排轻松些，方便准时启程。

想骑 ATV？可把湖泊日换成租车、路线讲解与骑行；公园仍单独留一天。

→ 更多旅行规划灵感

多住几天 / 五个完整游玩日

每天，都留些空白。

把这些作为一日游灵感，再按天气与道路开放情况调整顺序。

01 / 村庄与静谧湖泊

鸭溪村池塘、阿斯潘镜湖，再吃一顿悠闲午餐。先适应山里的节奏，再安排较充实的一天。

02 / 布莱斯峡谷

留一整天看环形剧场，走一条主要步道。晚上的安排尽量简单。

03 / ATV 森林探访

听完行前讲解，选择合适且开放的路线，宽裕地返回。更喜欢步行？就选纳瓦霍湖与卡斯凯德瀑布。

04 / 锡安

选东侧或主峡谷，出发前安排好停车与接驳车。

05 / 雪松断崖与悠闲收尾

开放且天气适合时，前往高处观景点。也留些时间，再去一次惦记着的湖泊或风景。

这是晴好天气下的行程框架。遇风暴、积雪或疲惫，调整高海拔或无遮挡地区的安排。

→ 调整你的行程

四季，各有山里的样子

把细节，交给季节。

同一个地方，四种不同的节奏。



夏季 / 湖泊与悠长夜晚

散步尽量早出发，备好应对午后雷雨的衣物，日落后仍需外套。森林通行取决于融雪与当前状况。



秋季 / 白杨与安静时光

在湖畔和已开放道路沿线寻秋色。每年变色时间不同；白昼渐短、初雪可能提前，行程宜灵活。



冬季 / 雪地与温暖归途

转向布莱恩赫德、向导带领的雪地活动，或安静的山中住宿。许多夏季道路与步道起点无法开车抵达。



春季 / 多留几种选择

融雪、泥泞与高处残雪可能并存。村里午后暖和，并不代表林道或步道已经适合通行。

查看实际目的地的天气预报。同一天，雪松断崖、鸭溪村与锡安可能像身处不同季节。

→ [天气预报](#)

→ [森林最新状况](#)

当森林披上白雪

好好过一个雪天。

雪改变了路线，也带来新的玩法。

去布莱恩赫德玩一天

查看缆车运营、课程、装备与道路天气。预订需要的项目，并留出谨慎驾车返回的时间。

雪鞋、滑雪或雪地摩托

想走安静路线，可查询 Deer Hollow 的越野滑雪与雪鞋行走信息。雪地摩托请先安排当地路线讲解。冬季用途划分与夏季不同，需用冬季地图并查询压雪维护情况。

按天气安排归途

携带冬季衣物与车辆应急用品。查 UDOT，遵守防滑装备要求，不走未除雪的近路。向住处确认停车与抵达方式。

进入野外雪地前，查看犹他州雪崩中心预报，并具备所选路线需要的训练与装备。

→ [冬季活动规划](#)

→ [犹他州雪崩中心](#)

那些让一天更顺利的小事

备好行装，安心出发。

车内与随身日包，带好这些基本用品。

✓ 每次出门都带上

饮水、食物、防晒用品、保暖层、防雨层、防滑鞋、个人药物与小急救包。

✓ 地图与电量

下载实际路线地图，保存重要地址，带充好电的移动电源。前往信号不稳地区时，告知他人计划与返回时间。

✓ 道路与补给

出发前检查燃油、轮胎与当天通行情况。提前买好野餐食物，确认晚餐营业时间。带进去的物品与垃圾都请带出来。

✓ 需要改变计划时

遇风暴、难走路面或同行人员疲惫，及早折返。紧急情况拨打911，说明位置、道路或步道编号，以及发生的问题。

公路状况查 UDOT；森林通行与防火限制查迪克西国家森林；公园步道和接驳车查相应的美国国家公园管理局网站。

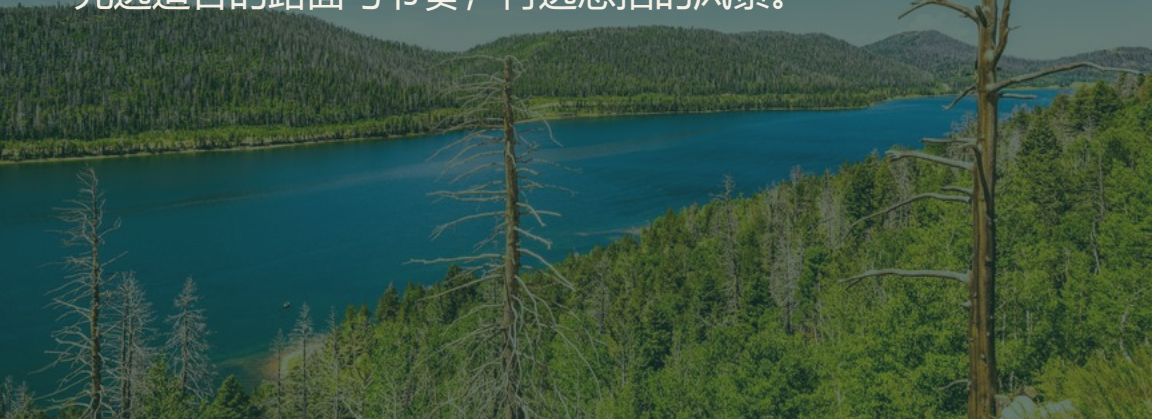
→ 紧急情况拨打911

→ 犹他州公路状况

按同行人的需要来安排

让每个人，都过得自在。

先选适合的路面与节奏，再选想拍的风景。



带孩子同行

短途湖边活动与正规观景点便于灵活安排。在水边、车流与陡坎附近照看好孩子。洞穴、临崖步道和 OHV 活动需另行判断是否适合。

行动不便时

季节通行允许时，雪松断崖有铺装的无障碍日落步道（Sunset Trail）。每次出游前，向管理方确认停车、坡度、路面和厕所；短距离也可能有台阶。

带狗同行

逐一查看目的地规则；国家公园步道与国家森林的规定不同。按要求牵绳，清走粪便，带足水，绝不要安排让狗留在炎热车内。

钓鱼、生火、划船与机动出行，除确认通行外，也要查当前活动规定。为野生动物和后来的游客留些体贴。

→ [锡安无障碍信息](#)

→ [布莱斯无障碍信息](#)

保存这些 / 周边与 ATV

需要的信息， 随手就能找到。

本版于2026年9月核查主要旅行信息来源。每次出游前请再确认。

迪克西国家森林

游憩信息、临时关闭、林道路况与防火限制。

美国林务局地图与指南

最新机动车通行地图与 Markagunt OHV 游憩地图。请在失去信号前下载。

犹他州户外休闲部门

OHV 培训、车辆注册、外州游客许可与骑行规定。

犹他州 DWR 与 UDOT

钓鱼许可证、各水域适用规定；公路天气、事故与通行限制。

- 森林公告
- 森林地图 / MVUM
- 犹他州 OHV 培训
- 许可与注册
- 犹他州钓鱼信息
- UDOT 交通信息

转载地图：美国农业部林务局 Markagunt OHV 路线系统，日期为2019年8月23日。本指南的方位图为行程规划示意图。

保存这些 / 公园与住宿

出发前，再确认一次。

通过这些链接，查看费用、通行、步道、接驳车、天气与最新运营信息。

雪松断崖、布莱斯与锡安

美国国家公园管理局提供最新状况、公园地图、无障碍设施与活动许可信息。

布莱恩赫德与冬季出行

山中游玩前查看度假区运营与公路状况。野外雪地出行还需查最新雪崩预报。

鸭溪村旅馆 Duck Creek Village Inn

815 East Hwy 14
Duck Creek Village, Utah 84762.
保存预订确认与旅馆的抵达指引。
+1 435-990-5488

- 雪松断崖最新状况
- 布莱斯旅行规划
- 锡安最新状况
- 布莱恩赫德运营信息
- 犹他州雪崩中心
- 旅馆路线与联系信息

摄影：鸭溪村旅馆现有网站图库。版式设计 with 方位示意图为旅馆编制。
出版后，营业时间、通行与环境状况仍可能变化。



旅馆为你准备的小惊喜

神秘礼物

住进山里， 收下一点惊喜。

预订鸭溪村旅馆 Duck Creek Village Inn 的住宿，入住时出示或提及本优惠，即可领取一份神秘礼物。

- 01 预订鸭溪村旅馆 Duck Creek Village Inn 的住宿。
- 02 保存本页、带上副本，或口头提及本优惠。
- 03 办理入住时，领取你的神秘礼物。



挑选你的客房

扫码或轻点，安排住宿

用一份惊喜，开启这次停留。