

T/ZGTX

团 体 标 准

T/ZGTX 27—2025

《原生态雪域滑雪能力要求规范》

Specification for skiing ability requirements in pristine snow areas

2025 - 1 - 10 发布

2025 - 1 - 11 实施

中国探险协会 发布

目 次

前 言	II
引 言	III
1 范围	1
2 规范性引用文件	1
3 术语和定义	1
4 基本要求	3
5 原生态雪域场地认知能力	4
6 原生态滑雪能力要求与等级评定标准	5
7 原生态雪域滑雪自我管理能力	6
8 风险评估能力	7
9 原生态雪域滑雪自救能力	8

前 言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由中国探险协会提出。

本文件由中国探险协会归口。

本文件起草单位：中探控股有限公司、文晟旅游产业有限公司、文晟体育产业（北京）有限公司。

本文件主要起草人：王陈、张帆、薛浩、李骋等。

引 言

原生态雪域探险，既是勇气的试炼场，更是对个人能力的全方位挑战。技术水平、体能状况、知识储备以及应变能力等各个环节，皆与探险者的生命安全息息相关。

《原生态雪域滑雪能力要求规范》标准的制定，旨在为原生态雪域探险活动提供明晰的指导，规范探险者的行为，提升整个行业的安全水平，让更多人在畅享原生态雪域之美的同时，能够平安归来。

原生态雪域滑雪能力要求规范

1 范围

本标准明确了在原生态雪域进行滑雪活动时，个人所需具备的全面能力要求，涵盖了从滑雪类型分类到风险应对与自救等关键方面，旨在为参与原生态雪域滑雪的组织机构及个人提供科学、规范的指导。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB/T 42378-2023 大众滑雪运动项目基础术语
- GB/T 31169-2014 滑雪运动装备使用要求
- GB/T 31170-2014 雪具的维护与养护
- DB23/T 3069—2022 滑雪场所（高山）等级划分
- DB11/T 1757-2020 滑雪场所等级划分与评定
- DB 13/T 5966-2024 越野滑雪 气象风险等级

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

原生态雪域 original ecological snow field

未经人工开发或干预，保持着自然原始状态的冰雪覆盖区域。

3.2

原生态雪域探险 pristine snow adventure

在被积雪覆盖的地区，包括但不限于高海拔、寒冷极地环境或类似的冰雪覆盖区域进行的探索、体验自然的户外活动。

3.3

原生态雪域滑雪 pristine skiing

在未经过大规模人为开发和破坏的雪域地区进行的滑雪活动。此类雪域保持着自然原始状态，具有独特的地形地貌、气候条件和生态环境。

3.4

滑雪装备 ski equipment

滑雪运动时所使用的器具。包括滑雪板(含固定器)、滑雪鞋、滑雪杖、以及滑雪服装、滑雪帽、滑雪手套、滑雪头盔、滑雪护具、滑雪眼镜等。

[来源:GB 19079.6-2013, 定义3.2, 有改动]。

3.5

能力评估 capability assessment

综合考虑原生态雪域自然纯净、生态完整、气候恶劣及地形复杂等特点,对探险者在这样极具挑战的环境中所应具备的个人能力进行衡量与判断。

3.6

原生态雪域滑雪风险 wild snow skiing risks

指在未经过大规模人为开发和破坏的雪域地区进行滑雪活动时,可能面临的各种对滑雪者的人身安全、健康以及滑雪体验产生不利影响的潜在因素。

3.7

原生态雪域滑雪风险管理 wilderness skiing risk management

对可能出现的各种风险进行识别、评估、控制和应对的一系列管理行为和过程,以最大程度地降低风险对滑雪者的人身安全、健康及滑雪体验的不利影响,确保滑雪活动能够安全、有序地进行。

3.8

原生态雪域滑雪技术能力 technical ability of skiing in pristine snow areas

指滑雪者在未经大规模人为开发和破坏的雪域环境中进行滑雪活动时,所应具备的一系列专业技能和综合素养。

3.9

自救 self-rescue

在突发安全事故时,探险者自行采取的一种自我紧急救助行为。

3.10

互救 mutual-rescue

当险情发生在一个集体的团队,涉及两个人及更多人员的人身安全时,互相间的紧急救助行为。

3.11

急救 emergency

急救即紧急救治,是指当有任何意外或急病发生时,施救者在医护人员到达前,按医学护理的原则,利用现场适用物资临时及适当地为伤病者进行的初步救援及护理,随后从速将救助对象送往医院进行专业救治的行为。

3.12

失温 hypothermia

人体热量流失大于热量补给,从而造成人体核心区温度降低,并产生一系列寒颤、迷茫、心肺功能衰竭等症状,甚至最终造成死亡的病症。

3.13

冻伤 frostbite

是指人体表面因接触寒冷空气、液体、物体而造成的肢体和表皮组织麻木、水疱和坏死的病症。

3.14

骨折 fracture

是指骨的完整性和连续性中断。

3.15

扭伤 sprain

是指关节突然受到过度的扭转、牵拉等外力作用,导致关节周围的韧带、肌腱、肌肉等软组织发生损伤,但关节面的骨结构通常保持完整。

3.16

雪盲症 snow blindness

是一种由于眼睛暴露在高反射性的雪面或冰面等强光环境下,受到紫外线过度照射而引起的眼部损伤。

3.17

晒伤 sunburn

是指在原生态雪域等户外环境中,皮肤过度暴露于紫外线辐射下而引起的急性炎症反应。

3.18

高原反应 altitude sickness

是指人体急速进入海拔较高的原生态雪域等高原地区后,由于低压低氧环境而产生的一系列身体不适症状。

4 基本要求

4.1 科学性

4.1.1 基于对原生态雪域的深入了解和分类,充分考虑不同类型雪域的地形、气候、海拔等自然因素,制定出科学合理的等级评定标准。

4.1.2 能力要求涵盖技术、体能和知识储备等多个方面,全面评估探险者的综合素质,确保评定结果准确反映探险者在不同等级雪域中的适应能力。

4.2 系统性

4.2.1 涵盖原生态雪域探险的各个环节,从雪域类型分类到能力要求、等级评定、原生态滑雪程序以及风险评估与自救,形成一个完整的体系。

4.2.2 等级评定标准与能力要求相呼应,原生态滑雪程序和风险评估自救措施为探险活动提供安全保障。

4.3 动态性

4.3.1 考虑到原生态雪域的自然环境可能会随着时间和气候变化而发生变化,可以根据实际情况对等级评定标准和原生态滑雪程序进行调整和完善。

4.3.2 鼓励探险者不断提升自己的能力和经验,适应不同等级的雪域探险挑战。

4.4 安全性

4.4.1 通过全面的风险评估,提前了解潜在的危险,并采取相应的预防措施。

4.4.2 通过个人自救知识和技能要求,提高探险者在遇到危险时的生存能力,最大程度保障探险者的生命安全。

5 原生态雪域场地认知能力

5.1 原生态高山雪域滑雪

在高海拔山区未经人工整理的自然雪地环境中进行的滑雪活动。

处于地形险峻复杂的高海拔山区,包含陡峭山峰、深邃沟壑、起伏不定的山脊等极具挑战性的地形。雪面状况丰富多样,有深厚松软的粉雪,也有因气温变化形成的硬雪壳等不同雪质。高山气候极为多变,低气温、强风、大雪等恶劣天气条件随时可能出现。

5.2 原生态森林雪域滑雪

在森林覆盖的雪域区域进行的非滑雪场滑雪活动。

处于较为复杂的地形环境，树木、灌木丛、倒下的枝干等自然障碍物增加了滑雪的难度和挑战性。雪质也会因森林的遮蔽和特殊的微气候影响受到不同的变化。

5.3 原生态荒原雪域滑雪

在广阔的、未经人工开发或较少人工干预的荒原雪域自然环境中进行的非滑雪场滑雪活动。

处于视野相对开阔，但可能面临强风、低温等恶劣天气条件的环境中。原的雪质和地形较为多样，有起伏的雪丘、平坦的雪地以及偶尔出现的小沟壑等。

5.4 原生态峡谷雪域滑雪

在未经大规模人为开发和破坏的峡谷区域内，利用峡谷中的雪域环境进行的滑雪活动。

峡谷地形具有独特的特点，两边是高耸的山体，中间形成狭长的通道。雪质可能因峡谷的气候条件、日照情况以及风的作用而有所不同，比如在峡谷的背阴面雪质可能较硬，而在阳光充足的区域可能会有粉雪。

5.5 原生态河流雪域滑雪

在未经大规模人为开发的、有河流流经的雪域区域进行的滑雪活动。

河流部分或完全被雪覆盖，形成冰面与雪面交错的复杂地形，雪质也会因靠近河流而受到水汽、温度等因素影响，呈现出多样的状态，如在靠近河流的地方雪可能更湿润、松软。

5.6 原生态湖泊雪域滑雪

在未经大规模人工开发、有天然湖泊存在的雪域地区进行的滑雪活动。

湖泊雪层由自然降雪堆积而成，周边地形复杂多变，可能有缓坡、陡坡、丘陵等地貌。雪质受湖泊的影响，在不同位置呈现出不同的特点。靠近湖泊的区域，由于水汽的作用，雪可能较为湿润和松软；而稍远的地方，雪质可能相对干燥和硬实。

6 原生态滑雪能力要求与等级评定标准

6.1 技术能力

6.1.1 具备扎实的滑雪基本功，包括平行转弯、急停、小回转等技术，能够在不同坡度和雪质条件下稳定滑行。

6.1.2 掌握高级滑雪技巧，如大回转、跳跃、粉雪滑行等，适应原生态雪域环境的特殊性。

6.1.3 有在复杂地形中滑行的能力，如穿越树林、滑下陡坡、跨越沟壑等。

6.2 体能要求

6.2.1 拥有良好的耐力，能够在长时间的滑雪过程中保持体力，应对高强度的运动需求。

6.2.2 具备较强的爆发力和敏捷性，以便在遇到突发情况时迅速做出反应。

6.2.3 适应高海拔环境的体能，对于高山原生态滑雪者尤为重要，能够克服缺氧等不利因素。

6.3 知识储备

6.3.1 了解原生态雪域的特点和风险，掌握滑雪安全知识和急救技能。

6.3.2 熟悉气象、地形等相关知识，能够根据实际情况做出合理的决策。

6.4 等级评定标准

6.4.1 初级原生态滑雪者

能够在相对平缓的原生态雪域区域安全滑行，掌握基本的刹车和转弯技巧。对原生态雪域环境有一定的认识，了解基本的安全注意事项和装备使用方法。具备一定的体能，能够完成较短距离的原生态雪域滑雪行程。

6.4.2 中级原生态滑雪者

可以在中等难度的原生态雪域地形中熟练滑行，如坡度适中的山坡、稀疏树林等。具备一定的风险识别和应对能力，能够采取适当的措施避免危险。有较好的体能和耐力，能够完成中等距离的原生态雪域滑雪行程。

6.4.3 高级原生态滑雪者

在复杂的原生态雪域地形中如鱼得水，包括陡峭山峰、茂密树林、复杂沟壑等。拥有丰富的原生态滑雪经验和专业的风险评估能力，能够制定合理的滑雪计划。具备卓越的体能和心理素质，能够完成长距离、高难度的原生态雪域滑雪行程。

7 原生态雪域滑雪自我管理能力

7.1 前期准备

7.1.1 参加过原生态雪域滑雪技能培训

7.1.2 充分了解目的地的雪况、地形、气候等信息，制定详细的滑雪计划。

7.1.3 准备专业的原生态滑雪装备，包括宽幅滑雪板、适合原生态滑雪的固定器和雪鞋、头盔、护具、雪崩探测仪、雪铲、探杆等。

7.1.4 检查装备的完整性和可靠性，确保其处于良好状态。

7.1.5 告知家人或朋友自己的行程安排和预计返回时间。

7.2 现场评估

7.2.1 到达目的地后，仔细观察雪面情况，判断雪层的稳定性，识别潜在的雪崩风险区域。

7.2.2 评估地形的复杂程度和难度，结合自己的能力水平选择合适的滑行路线。

7.2.3 注意观察天气变化，及时调整滑雪计划。

7.3 滑雪过程

7.3.1 严格按照选定的路线滑行，遵守滑雪规则，避免进入危险区域。

7.3.2 保持适当的速度和间距，以便随时应对突发情况。

7.3.3 注意观察周围环境，及时发现潜在的危险并采取相应措施。

7.3.4 定期休息，补充能量和水分，保持良好的身体状态。

7.4 结束整理

7.4.1 尊重自然环境，不破坏生态平衡，不留下垃圾。

7.4.2 整理滑雪装备，确保无遗漏。

7.4.3 对本次原生态滑雪活动进行总结，记录经验教训，为下次活动提供参考。

8 风险评估能力

8.1 雪层稳定性评估

8.1.1 了解雪崩的形成条件和迹象，如坡度、雪层结构、天气变化等因素对雪层稳定性的影响。

8.1.2 在滑雪前，仔细观察雪面的形态、裂缝、隆起等情况，判断雪层是否稳定。

8.1.3 避免在高风险区域滑行，如陡峭的山坡、雪层薄弱的区域等。

8.2 天气变化风险评估

8.2.1 关注天气预报，了解目的地的天气情况，包括气温、降雪量、风速等。

8.2.2 考虑暴风雪、低温、强风等恶劣天气可能对身体造成的伤害，如冻伤、失温等。

8.2.3 根据天气变化及时调整滑雪计划，确保安全。

8.3 地形复杂性评估

- 8.3.1 评估地形的复杂程度，包括悬崖、沟壑、树木等障碍物的分布情况。
- 8.3.2 了解自己的能力水平，避免在超出自己能力范围的复杂地形中滑行。
- 8.3.3 注意观察地形变化，提前做好应对准备。

8.4 自身状况评估

- 8.4.1 了解自己的身体状况，如有疾病、受伤等情况应避免参与原生态滑雪活动。
- 8.4.2 评估自己的技能水平和经验，选择适合自己的滑雪路线和难度。
- 8.4.3 保持良好的心理状态，避免因紧张、恐惧等情绪影响判断和行动

9 原生态雪域滑雪自救能力

9.1 携带必要的急救用品

- 9.1.1 准备创可贴、消毒药水、绷带、止痛药物等急救用品，能够在受伤时进行简单处理。
- 9.1.2 了解基本的急救知识，如止血、包扎、固定等方法。

9.2 使用救援设备

- 9.2.1 学会使用雪崩探测仪、雪铲、探杆等救援设备，在被埋的情况下进行自我救援。
- 9.2.2 定期检查救援设备的性能和状态，确保其在需要时能够正常使用。

9.3 掌握求救方法

- 9.3.1 携带信号弹、哨子、镜子等求救工具，以便在需要时发出求救信号。
- 9.3.2 了解当地的求救方式和紧急救援电话号码，及时向外界求助。
- 9.3.3 利用通讯设备与外界保持联系，向救援人员提供准确的位置信息和情况描述。

9.4 保持冷静应对危险

- 9.4.1 在遇到危险时保持冷静，不要惊慌失措。
- 9.4.2 积极采取自救措施，如寻找避难所、保暖、保存体力等。
- 9.4.3 如果遇到严重的意外情况，无法自行脱险，应保持冷静。

9.4.4 寻找安全的地方等待救援人员的到来，不要轻易放弃。

全国团体标准信息平台