

# San Bernardino National Forest


**游客指南**

帮助游客尽兴游览国家森林公园的免费指南

2017-2018

**San Bernardino National Forest Supervisor's Office**  
602 S. Tippecanoe Ave.  
San Bernardino, CA 92408  
(909) 382-2600

**San Jacinto Ranger Station**  
P.O. Box 518  
54270 Pine Crest Ave.  
Idyllwild, CA 92549  
(909) 382-2921

**Front Country Ranger District Lytle Creek Ranger Station**  
1209 Lytle Creek Road  
Lytle Creek, CA 92358  
(909) 382-2851

**Mill Creek Visitor Center**  
34701 Mill Creek Road  
Mentone, CA 92359  
(909) 382-2882

**Mountaintop Ranger District Big Bear Discovery Center**  
P.O. Box 290  
40971 North Shore Dr., Hwy 38  
Fawnskin, CA 92333  
(909) 382-2790

**Santa Rosa & San Jacinto Mountains National Monument**  
51500 Highway 74  
Palm Desert, CA 92260  
(760) 862-9984

请在工作时间来电  
若需听障人士专线 (TDD/TTY)  
请拨打 7-1-1

## 以火治火：顺应森林法则

2007 年和 2016 年发生在南加利福尼亚的两场灾难性大火还让我们记忆犹新，森林中冒出的烟火仍然令我们有点胆战心惊，但是在圣贝纳迪诺国家森林公园，却时常有烟雾升腾。那可能是森林野火，也可能是故意为之，即“计划”放火，以防止更大规模的火灾发生。从 20 世纪 70 年代初期开始，林务局的消防管理人员就开始运用计划放火的方法，建立并维持国家森林公园的弹性区域。计划放火可以模拟自然火灾对于景观的影响，其目标通常包括降低森林冠层密度和幼苗竞争，并阻止边远地区草地的侵蚀。火灾建模和历史气象数据可用于确定火势为低到中等的条件，从而利用自然屏障和人为设置的障碍来限制火势发展和传播势头。



计划烧除

Kyle R. T. Silva

对于南加利福尼亚的大部分地区，2016 年夏天是又一个极端火灾年。干旱在一定程度上导致了这个季节的火灾多发。具有讽刺意味的是，火灾如此严重的部分原因竟然是，自 20 世纪初以来，消防工作就变得越来越高效。19 世纪和 20 世纪发生的几起野生动物灾难，加上第二次世界大战期间对木材的迫切需要，导致美国森林中打响了全力以赴的灭火战。过去，人们认为所有的火都是破坏性的，都是不好的。但经过大量的科学研究后，现在的生态学家、消防管理人员和现任官员认识到火是自然且必要的。

## 以火治火

消防管理人员还必须考虑燃料堆积、房屋和国家森林公园周围的社区。“计划”放火的一个重要组成部分就是将所有偶然事件纳入考虑的得极其详尽的计划。累积的燃料要逐步、小心地移除，并以安全为首要考虑因素。实际上，计划放火大多是为了保护社区。Westridge 防火林带就是很好的例子。当地采用计划放火与机械性减少过于茂盛区域相结合的方法，从而保护艾德怀社区，使失控的大火没有蔓延到社区。换言之，我们是以火治火。

## 火是自然的召唤

San Bernardino National Forest 与大多数西部森林一样，在林务局管理这片土地之前，林火作为一种自然过程而长期存在。闪电引发的林火可以清理堆积的植物材料，使树木变得稀疏，向土壤供给营养，刺激种子发芽，并为野生动物清理道路。印第安人也将火用于相似目的。他们放火燃烧已经死亡或即将死亡的植物，让幼小的植物发芽，这对于他们自身以及他们要狩猎的野生动物都很有好处。

经过多年发展，人们已经研究出细致、科学的林火管理方法，现正应用于 San Bernardino National Forest 的荒野地区。该方法评估自然起火和人为放火的特点，从而确定可以承受的林火强度级别（如果有）。之后根据景区对于火的需要得出“放火计划”，正如医生根据病人需要开出药方。

计划放火可以使植物和动物的栖息地更加多产，更加开阔。树木可以获得更多营养和阳光，因此长得更加强壮，能够对抗疾病、昆虫以及更猛烈的火势。一些植物甚至需要火才能存活，还有一些需要火才能发芽。将所有火扑灭后，整个景区可以恢复到平衡、开阔和健康的状态。

## 仍要靠您

就像医生一样，放火“计划”这样重大的决策只能由具备相应知识和经验的人员才能决定。必须仔细设计处理方式，才能达到理想的烧除效果。这不是简单的让物体燃烧。森林野火仍须预防。Smokey Bear（护林熊）依然需要您的守护！

每个易起火季节，San Bernardino National Forest 都会限制火的使用。这些限制对于预防火灾是十分必要的。一些重要的用火限制包括：

- 只允许在指定的篝火区域点燃木材和木炭篝火，这些区域经过专门设计，可以保证安全。
- 指定的篝火区域分布在已开发露营地、野餐区和 Yellow Post 露营地。护林站可以帮助您找到安全合法点燃篝火的地点。此限制包括野外烧烤和木炭烧烤。
- 在已开发露营地和野餐区之外的区域使用炉灶，要求提供加利福尼亚篝火许可证。
- 联系距离最近的护林站，获得许可证并了解目前的用火限制。
- 只能在已清理的区域或封闭的车内抽香烟、雪茄或使用烟枪。
- 此外，禁止燃放烟花。对于非公路车辆 (OHV)、便携发电机和其他类似发动机需要使用火花避雷器。

## 内容

欢迎！.....	3
娱乐.....	4
露营.....	5
OHV、钓鱼、狩猎、射击和远足.....	6
山地骑行、骑马和冬季娱乐.....	7
历史古迹.....	8
志愿者.....	9
森林周边地图.....	10-11
Cajon/Arrowhead 地图与探险.....	12-13
Big Bear/San Geronio 地图与探险.....	14-15
San Jacinto/Santa Rosa 地图与探险.....	16-17
野生动物.....	18
游戏时刻.....	19
探险通行证.....	20

我们已尽自己所能确保本指南中的信息准确并可能根据需要随时更改。请致电当地护林站获取最新的信息。

# San Bernardino National Forest



## Visitor Guide

A free guide to enhance your visit to the National Forest

2017-2018

**San Bernardino National Forest Supervisor's Office**  
602 S. Tippecanoe Ave.  
San Bernardino, CA 92408  
(909) 382-2600

**San Jacinto Ranger Station**  
P.O. Box 518  
54270 Pine Crest Ave.  
Idyllwild, CA 92549  
(909) 382-2921

**Front Country Ranger District Lytle Creek Ranger Station**  
1209 Lytle Creek Road  
Lytle Creek, CA 92358  
(909) 382-2851

**Mill Creek Visitor Center**  
34701 Mill Creek Road  
Mentone, CA 92359  
(909) 382-2882

**Mountaintop Ranger District Big Bear Discovery Center**  
P.O. Box 290  
40971 North Shore Dr., Hwy 38  
Fawnskin, CA 92333  
(909) 382-2790

**Santa Rosa & San Jacinto Mountains National Monument**  
51500 Highway 74  
Palm Desert, CA 92260  
(760) 862-9984

**Please call for business hours  
For TDD/TTY dial 7-1-1**

## Fire Prescription: Just What the Forest Ordered

With the catastrophic 2007 and 2016 Southern California wildfires still fresh in our minds, the sight of smoke may still be a little scary, but it is not uncommon on the San Bernardino National Forest. It could be a wildfire or it could be intentionally set, or a “prescribed” fire that could prevent larger fires. Forest Service fire managers have been using prescribed fires as a tool for creating and maintaining areas of resiliency on our national forests since the early 1970’s. Prescription fire can be designed to mimic natural fire effects on the landscape, objectives typically include reducing forest canopy density and seedling competition, and pushing back encroachment from meadows in the backcountry. Fire modeling and historical weather data is used to identify conditions where fire behavior will be low to moderate, utilizing natural and man-made barriers to limit fire growth and spread potential.



A PRESCRIBED BURN

Kyle R. T. Silva

The summer of 2016 was another extreme fire year for much of Southern California. Drought contributed to the intensity of the fire season. Ironically, part of the reason fires were so severe is because firefighting has become so effective since the beginning of the 20<sup>th</sup> century. Wildlife disasters in the 19<sup>th</sup> and 20<sup>th</sup> centuries, along with the dire need for timber during World War II, caused an all out war on fire in U.S. forests. In the past, there was a mindset that all fire was destructive and bad. But with much scientific study, ecologists, fire managers, and elected officials now realize that fire is natural and essential.

## Fighting Fire with Fire

Fire managers must also take into consideration the fuel build-up, houses, and communities surrounding national forest lands. Part of the “prescription” for burning is a very detailed plan that takes all contingencies into account. Accumulated fuels are gradually and carefully removed, with safety as a primary concern. In fact, a lot of prescribed fires are conducted for community protection. The Westridge Fuelbreak is a good example. Prescribed fire combined with mechanical reduction in overgrown areas has been employed for the express purpose of protecting the community of Idyllwild from an uncontrolled fire. In other words, we are fighting fire with fire.

## Fire is Natural

As in most western forests, fire is a natural process that existed on the San Bernardino National Forest long before the Forest Service managed these lands. Lightning sparked fires that cleaned accumulating plant materials, thinned tree stands, released nutrients back into the soil, spurred seed germination, and cleared pathways for wildlife. Native Americans used fire for similar purposes. Their fires would clear dead and dying plants, allowing fresh young shoots to sprout, which was beneficial to them and the wildlife they hunted.

A careful scientific way to manage fire has been developed and is presently being applied to the wild lands of the San Bernardino National Forest. Natural and man-made features are evaluated to determine the level of fire intensity that they can withstand, if any. Landscapes then get a “prescription” based on their need for fire, much like a doctor who evaluates a patient’s need for medicine and prescribes it if necessary.

Prescribing fire helps plants and animal habitats become more productive and open. Trees have more nutrients and sunlight, and thus grow more resistant to disease, insects and even to more intense fire. Some plant species even require fire to survive and others to germinate. Landscapes return to the balanced, open, and healthy state-of the days where all fires were put out.

## Still Counting on You

Like doctors, prescriptions for fire should only be made by those with the knowledge and experience to make such a powerful decision. Treatments need to be designed carefully so that burns achieve desired results. It’s not simply a matter of letting things burn. Wildfires must still be prevented. Smokey Bear is still counting on you!

Every fire season the San Bernardino National Forest restricts fire use. These restrictions are necessary to prevent fire catastrophes. Some important fire restrictions include:

- Wood and charcoal campfires are permitted only in designated campfire rings, which are engineered to be safe.
- Designated campfire rings are found at developed campgrounds, picnic areas, and Yellow Post sites. A ranger station can help you to find places to have a safe and legal campfire. Barbecues and charcoal BBQ’s are included in this restriction.
- A California Campfire Permit is required for stoves outside of developed campgrounds and picnic areas.
- Contact your nearest Ranger Station for a permit and current fire restrictions.
- Smoke cigarettes, cigars, or pipes only in cleared areas or in an enclosed vehicle.
- Additionally, fireworks are prohibited. Spark arrestors are required for off-highway vehicles (OHVs), portable generators, and other similar engines.

## Contents

¡Bienvenidos! .....	2
Recreation .....	4
Camping .....	5
OHV, Fishing, Hunting, Shooting, & Hiking.....	6
Mountain Biking, Horseback Riding, & Winter Recreation.....	7
Heritage .....	8
Volunteer .....	9
Forest Vicinity Map.....	10-11
Cajon/Arrowhead Maps & Adventures .....	12-13
Big Bear/San Gorgonio Maps & Adventures .....	14-15
San Jacinto/Santa Rosa Maps & Adventures .....	16-17
Wildlife .....	18
Fun For All.....	19
Adventure Pass.....	20

The information in this guide is accurate to the best of our knowledge and is subject to change at any time. Call a local ranger station for current information.

## 欢迎！

欢迎来到 San Bernardino National Forest！这里动植物种类丰富，风景优美，环境幽僻，是南加州绝佳的休闲之处。这些公共土地欢迎您尽情享受，同时也需要您的悉心呵护。

## 什么是探险通行证？



探险通行证与州立和国家公园通常收取的“入园”费不同。它是用于娱乐用途的，而不是用来进入森林。因此，不是每个穿越森林的人都需要购买。渔民、骑手、狩猎者、徒步旅行者、露营者以及其他大多数户外活动者需要在国家森林中停车并游憩时，必须购买通行证，并摆放在车上展示。如果您没有购买通行证票并摆放展示，可能会被处以 100 美元的罚款。

## 在哪些地方需要使用探险通行证？

当车辆停放在高影响休闲区 (HIRA) 和某些指定区域时，需要探险通行证。致电最近的护林站或访问 [www.fs.usda.gov/adventurepass](http://www.fs.usda.gov/adventurepass)。

## 做好准备

在森林里，海拔高低起伏不定，谷底附近海拔 2000 英尺，而圣乔诺山上海拔可达 11000 英尺。气温可能会有很大差异——洛杉矶温度 70 度时，大熊湖可能只有 40 度。一年中几乎任何一个月都可能下雪。某些地区的积雪可达 5 到 20 英尺。您有多少经验并不重要，在您动身之前始终要确认山区的天气情况。

冬天带上轮胎链条，并学会安装它们。多带些衣服，以防气候突然变化。冬季驾驶需要夹克、手套、帽子和干袜子。夏天带上足够的水，特别是在您要穿越远距离步道时。在国家森林里的任何地方，喝溪水或湖水都是不安全的。



许多家庭喜欢在 APPLEWHITE PICNIC GROUNDS 和 WADE IN LYTTLE CREEK 进行户外野餐

MANDY BUYAK

打靶只能在 San Bernardino National Forest 的指定地区进行。致电最近的护林员站获得地图，了解有关该地区和当日火灾活跃程度的详细信息。射击者不得毁坏自然森林内任何天然景观，包括植物和树木。不得在距离任何已开发区域 150 码之内的地方开枪。森林里的大部分打靶区都需要探险通行证。禁止使用钢芯、穿甲或铁氟龙弹药。不得在森林中使用软弹气枪和彩弹枪。在火灾高危期间，森林将禁止打靶活动。

## 深入了解森林

您可以访问任何讲解中心，了解更多关于野生动物、物和森林历史的信息。在地图上查找此符号，见第 9-15 页。

其中一些中心已经印制了步道指南，有些步道沿整条路线都有彩色标志。Chapparral Neighborhood Trail (第 10 页) 提供西班牙语的 1/2 英里自然步道指南。

Fire Lookout Tower 在夏季月份向公众开放。您可以爬上顶部欣赏风景。通常，森林志愿者可以回答您的问题。在您的地图上寻找这个符号。

Children's Forest Trail (第 12 页) 是一条 3/4 英里的步道，提供由儿童设计和编写的指南。如果您在夏季浏览，年轻的自然学家将为您提供指南，并向您介绍关于该地区的更多信息。这是亲子游的好地方！

## 您可以助一臂之力

每次游览时呵护森林环境！小心用火；这非常重要。将垃圾放置在垃圾处置处，即可帮助森林保持良好环境。仅在指定区域停车和露营，从而帮助其他区域保持野生状态、不会受阻碍。

在一个森林项目中担任志愿者。森林志愿者帮助建设自然步道，在游客中心和其他公共场所工作，为公众介绍教育计划。特别需要双语人士帮助沟通。志愿者还与生物学家和植物学家一起检查和测量动植物群。志愿者巡视荒野地区。有关志愿者工作的更多信息，请致电总务处 (909) 382-2600，询问志愿者计划。



使用移动设备  
扫描此二维码，访问  
<https://www.discovertheforest.org/>

## 露营

如果需要，您可以在靠近远距离步道或靠近自行车道的露营地露营。您可以在沙漠、森林高地或靠近湖泊的地方露营。对于以上每个地点，都有一些特殊规定，大多数露营地都要单独收费（见第 3 页列表）。在规划您的野营旅行时，请务必致电或访问林务局办公室。

森林火灾是 San Bernardino National Forest 的主要问题。其中许多火灾都是由于露营者的疏忽造成的。因此，在开放空间用火有如下规则。一般来说，可以在已建有露营地（有水且费用已支付）的地方点篝火。在较偏远的地区，一年中只有某些季节允许点篝火，并应获得许可证。护林局办公室工作人员可以告知您有关篝火的现行规定。

## 特殊用途

SBNF 上的特殊用途许可证计划允许游客凭临时许可证将林地用于多种用途，其中包括但不限于：商业和非商业拍摄；静态和动态摄影；婚礼；聚会；大型商业和非商业团体活动（节日、展览、团体越野赛事）；体育赛事，如马拉松、自行车赛、机动车越野赛等。SUP 计划还管理近 24 个组织露营地，致力于与弱势群体或身处险境的儿童和成人以及有特殊需要的人士分享我们美丽的森林资源。该计划还负责管理 700 多处休闲公寓住宅和历史建筑（一些已有 100 多年历史）的许可证，它们归私人所有，但位于森林公园区域内。此外，该计划负责监督多个实体使用的公共设施通道，用于提供电、水、污水处理、信息和电话光纤，并监督森林中安装的所有手机信号塔。



使用移动设备  
扫描此二维码可访问  
[www.fs.usda.gov/main/sbnf/passes-permits/event-commercial](http://www.fs.usda.gov/main/sbnf/passes-permits/event-commercial)

## San Jacinto Ranger District

### 山峰、山谷与美景！

San Jacinto Mountain 在荒原中拔地而起，形成一座天空之岛。San Jacinto Peak 是南加利福尼亚最高的山峰之一 (10,834)。从 Palms 到 Pines Scenic Highway 以 Palm Desert 为起点，穿越 San Jacinto Ranger District，绕至 Idyllwild，最终向北通往 Interstate 10。San Jacinto Ranger District 位于 Idyllwild 镇，设有游客信息中心，可以为游客提供关于远足、露营、钓鱼以及其他户外和当地活动的信息。这里提供远足所需许可证和收费区域通行证。林务局志愿者协会有一个书店，出售 Smokey Bear（护林熊）收藏品、T 恤、地图和导游手册。

#### 游客中心工作时间

周三和周四休息

8:00 - 16:00

每日午休时间为 12:00 - 12:30

#### 地点

54270 Pine Crest Ave.

Idyllwild, CA 92549

Intersection of Highway 243 and Pine Crest Ave.

#### 电话

909-382-2921

#### 传真

951-659-2107

## Front Country Ranger District

### 茂密的丛林

尽管这里是森林中海拔最低的区域之一，Lytle Creek 仍是 Cajon 区域的活动中心。在夏季的周末和节假日，野餐区、露营地和河岸边都有各种各样的活动。

#### 游客中心工作时间

周三和周四休息

8:00 - 16:30

每日午休时间为 12:00 - 13:00

#### 地点

1209 Lytle Creek Road

Lytle Creek, CA 92358

#### 电话

909-382-2851

#### 传真

909-887-8197

## Mill Creek Work Center

### 森林绿洲

圣乔诺荒野直通最高的山峰（11,564 英尺）。在它界内，有树木、小型湖泊、溪流和荒原。

#### 游客中心工作时间

周三和周四休息

8:00 - 16:30

每日午休时间为 12:00 - 13:00

#### 地点

34701 Mill Creek Rd.

Mentone, CA 92359

#### 电话

909-382-2882

#### 传真

909-794-1125

## Big Bear Discovery Center

### 开启探险之旅的大门！

Big Bear Discovery Center 每年接待游客人次超过 25 万，游客可以在这里获得有用的森林信息，其中包括关于远足、骑行和露营的信息、许可证信息，以及购买探险通行证。该中心还是一个很好的关于环境的家庭学习中心，全年的周六和周日都有免费导游的森林漫步，可以初步了解当地植物、野生动物和有趣的历史事实。在特定季节，自然学者会在周末带领感兴趣的家庭体验运动，这些家庭可以了解季节性生态学、野生动物和大熊谷的更多历史趣事，在学习知识的同时还能享受家庭乐趣。

从阵亡将士纪念日到劳动节期间，周六和周日还有一些面向家庭的扩展计划，包括更多的讲解计划，旨在让家庭一起学习如何成为更负责的看护人，并增加他们在天然森林中的乐趣。晚间活动包括夏季音乐会系列“山间的音乐”，在 San Bernardino National Forest 表演最好的经典摇滚音乐；另外还为各个家庭提供不同自然主题的夏日篝火系列，让他们尽情享受自然和学习之乐；并组织 Serrano 从露营地出发的有向导的夜间远足。Big Bear Discovery Center 还是学校和青年团体的户外教学基地。

#### 全年开放

周二 / 周三休息

909-382-2790

#### 地点

Big Bear 北岸，Fawnskin

东侧 3 英里

## Children's Forest Visitor Center

### 家庭的欢乐驿站！

Children's Forest 是在 1970 年大火之后建立的；在指定的 3,400 英亩土地上以儿童的名义重新开始植树。1993 年，来自全国各地的儿童工作组建立了第一条车道。这段位于 Keller Peak Road 尽头的 3/4 英里长的讲解步道至今仍可以去远足。还有一条 4.5 英里长的 Exploration Trail。

除了娱乐项目之外，儿童森林还设有 Visitor Center，开展环境教育计划、青年领袖志愿者计划和积极的植树造林计划。在儿童森林，孩子们可以学习如何成为这片土地的管理者。欢迎您夏季到这里的游客中心观看青少年自然设计展览。青少年领袖志愿者可以回答问题，以及带领您参加讲解项目。全年都可以开展团体活动，例如学校 / 童子军项目。

#### 游客中心工作时间

5 月 29 日至 9 月 4 日，  
星期六和星期天工作时间为 9:00 至 17:00

#### 讲解项目

星期六和星期天：青年志愿者引导的森林漫步。星期天：公开温室活动日 13:00 至 15:00。

#### 电话

909-867-5996（周末）

#### 地点

Running Springs 东侧 1.5 英里，  
在 Deerlick Fire Station（请参阅地图，第 13 页）。

## 已开发营地露营

已开发露营地具备各种服务和设施。大部分露营地于5月开放，到10月或11月关闭。一些露营地全年开放（右侧标有星号\*）。所有露营地都可能因森林野火、风暴和维修而关闭。请联系当地护林站确认当前状态。

### 预订

拨打免费电话：1 (877) 444-6777

网上预订：

[www.recreation.gov](http://www.recreation.gov)



使用移动设备扫描此二维码可访问 [www.recreation.gov](http://www.recreation.gov)

收取预定费用

国营休闲预订服务部门处理大多数露营地的预订，采取先到先得的原则。节假日和周末请提前预订。露营地价格可能会进行调整。

## 未开发营地露营

未开发营地露营是指在已开发营地之外的区域露营。未开发营地露营提供更为荒僻的环境以及“过艰苦生活”的机会。在许多偏远区域（分散的）和 Yellow Post 露营地都允许露营。在所有露营地都请坚持“打包带来，打包带走”的原则，并妥善处理垃圾。

### 偏远区域

偏远区域是远离公路和已开发露营地的区域，在这里允许沿着小路或车道露营。由于全年存在火灾危险，偏远区域禁止使用木材点火和木炭烧烤。如果您拥有免费的 **California Campfire Permit**，那么您可以使用化学或丙烷炉灶，该许可证可以在整个加利福尼亚的护林站获取，或是到网站获取 [www.preventwildfireca.org](http://www.preventwildfireca.org)。

请联系最近的护林站了解当前的用火限制。偏远区域露营的一般规定有：

- 请在距离泉水、水源、草地、车道和森林公路至少200英尺的地方露营。
- 您的露营地应距离指定的露营场地、野餐区、车道尽头、私人住宅或国家公路至少四分之一公里。
- 请在其他人“视野之外”的区域露营，不要打扰他人。

### 露营规定

- 每次露营时间不能超过14天，每日历年的累计露营时间不能超过30天。
- 允许将狗带入露营地，但是必须佩戴牵引绳。
- 不允许将马带入已开发露营地，指定的骑马露营地除外。
- 必须在露营的第一晚占好露营地。
- 恰当储存食物，尽量使用防熊容器，或将食物存储在汽车的后备箱里。
- 请正确处理垃圾，保持露营地清洁。

节假日和周末的费用可能上调。对于额外车辆可能收费。有一些露营地提供双营位，费用高于单个营位的费用。

### 家庭露营地

家庭露营地通常提供旱厕或冲水马桶、用火区域和/或烤架、桌子和停车场地。如果右侧的表中有注明，还会提供饮用水和淋浴设施。

### 团体露营地

团体露营地可以容纳8到100人的团体。允许的人数和车辆有限（详见表中信息）。

### Yellow Post 露营地

Yellow Post 露营地是偏远区域内的露营地，位于小路或车道沿线，允许使用篝火，前提是在指定的用火区域内，并且用火限制条款允许。对于森林中的任何 YellowPost 露营地，都要使用免费的 California Campfire Permit。露营地采取“先到先得”的原则。

### 荒野露营地

允许进入荒野露营地的游客数量有限。在夏季的周末，一些荒野露营地可能会提前订满。荒野露营地只能步行和/或骑马前往，要求具备免费的荒野露营许可证，该许可证最长提前三个月从当地护林站预订。许可证通过电子邮件、传真发放，或是由专门的人员当面发放。在荒野露营时，建议使用重量较轻的炉灶。圣贝纳迪诺国家森林公园的任何荒野区域均禁止点篝火。

## 家庭露营地

名称	设施	大概海拔	营位数量	空间大小	每天营位费用
<b>Cajon</b> (第12页)					
Applewhite*		3300'	44	30'	\$10

### Arrowhead (第13页)

Crab Flats		6200'	27	15'	\$21
Dogwood		5600'	87	22'	\$31-66
Green Valley		7000'	37	22'	\$23
North Shore		5300'	28	22'	\$23

### Big Bear (第14页)

Big Pine Flat		6800'	19	30'	\$23
Hanna Flats		7000'	85	35'	\$27
Holcomb Valley*		7400'	19	25'	\$21
Horse Springs*		5800'	11	25'	\$10
Pineknott		7000'	47	35'	\$27
Serrano		6800'	111	55'	\$31-66

### San Gorgonio (第15页)

Barton Flats		6500'	52	55'	\$29
San Gorgonio		6500'	54	55'	\$27
Heart Bar		6900'	89	50'	\$23
South Fork		6400'	24	30'	\$23
Wildhorse Eq.		7000'	11	50'	\$29

### San Jacinto (第16页)

Boulder Basin		7300'	34	15'	\$10
Dark Canyon		5800'	15	15'	\$12
Fern Basin		6300'	21	15'	\$10
Marion Mtn.		6400'	24	15'	\$10
Pinyon Flat*		4000'	18	15'	\$8

## 团体露营地

名称	设施	营位数量	营位数	车数	每天营位费用
<b>Arrowhead</b> (第13页)					
Fisherman's*	仅能徒步进入	4	8	0	\$10
Shady Cove		3	30	16	\$90
Tent Peg			30	5	\$120

### Big Bear (第14页)

Big Pine Flat Eq.		25	8		\$100
Bluff Mesa		40	8		\$120
Boulder		40	8		\$120
Buttercup		40	8		\$120
Deer		40	8		\$120
Gray's Peak		40	8		\$120
Green Spot Eq.		25	8		\$100
Ironwood		25	5		\$100
Juniper Spring		40	8		\$120
Tanglewood		40	8		\$120

### San Gorgonio (第15页)

Coon Ck. Cabin		25	10		\$100
Council		50	10		\$200
Heart Bar Eq.		65	21		\$260
Lobo		75	15		\$300
Oso		100	20		\$400
Skyline		25	9		\$100

### San Jacinto (第16页)

Black Mountain		100	25		\$60-120
Ribbonwd Eq.*		75	30		\$120/200

- 场地提供饮用水
- RV 垃圾场
- 淋浴
- 可接水电
- \* 全年开放

- 旱厕
- 抽水马桶
- 先到先得
- 请通过 [www.recreation.gov](http://www.recreation.gov) 预订

**狩猎和钓鱼受加州鱼类和野生动物部门管治 (www.dfg.ca.gov 或 909-484-0167), 需要许可证。**

## 狩猎

在狩猎季允许狩猎。常见的猎物有黑尾鹿、山谷鹌鹑和火鸡。斑尾鸽、棉尾兔、大野兔和黑熊也可以狩猎。某些区域还可以遇到狼、狐狸和山猫。根据停车区域不同, 可能需要使用探险通行证。

任何未在加利福尼亚狩猎规定中列为猎物的动物都属于国家森林公园中的保护动物。在运动用品商店和一些护林站可以了解该规定。要举报偷猎和污染环境行为, 请拨打 1-888-334-2258 致电 CalTip。狩猎者应该协助避免野生食腐类动物意外铅中毒。请深埋猎物内脏, 避免食腐动物食用。在加州秃鹰狩猎区要求使用无铅子弹, 请咨询您的弹药供应商了解最新产品。由于在国家森林公园附近存在多个密集区域, 请与当地护林站或鱼类与野生动物办事处联系, 确认合法的狩猎区。除了人口密集区域附近, 几乎任何地点都允许用猎枪和弓箭狩猎。

## 钓鱼

公共湖泊和溪流会定期由加州鱼类和野生动物部门 (www.dfg.ca.gov 或 909-484-0167) 放入鱼苗。要求 16 岁及以上人士获得国家许可证。要获取放鱼信息记录, 请拨打 855-887-1275。大部分区域在捕鱼季都有虹鳟鱼, 可能还有鲈鱼、蓝鳃太阳鱼和鲶鱼。Deep Creek 和 Bear Creek 是野生鳟鱼的溪流, 这里的鳟鱼是自然繁殖的。关于这些区域的特殊规定, 请联系护林站。



在 BIG BEAR LAKE 钓鱼

## 勘探

国家森林系统未指定用途的土地上允许进行勘探、淘金、采矿和立桩标界。请与土地管理局 (BLM www.blm.gov) 联系, 确认与采矿声明相关的土地状态。另外, 开始勘探之前请与当地护林站确认林务局使用的法规。一些地区要求向当地护林站提交“意向通知”, 在开始活动之前由护林员检查。如果护林员认为提交的活动可能造成明显的地表破坏, 那么可能要求勘探人员提交一份“操作计划”。

在国家森林公园内通过金属探测寻找矿藏 (例如金和银) 视为勘探的一种, 根据 1872 年《一般采矿法》规定, 允许进行此类勘探。作为娱乐项目, 允许使用手持金属探测器搜索近代年份的硬币 (少于 50 年) 和不具备历史价值的小物件, 前提是仅限在不具备历史或史前资源的地区使用该设备。不允许勘探、挖掘和移动有历史或考古价值的物品。

## 休闲射击

仅允许在圣贝纳迪诺国家森林公园的指定区域和靶场内进行休闲 (目标) 射击。请致电当地护林站获取详细的地图和信息。禁止射击者毁坏自然森林内任何天然或人造的景观, 其中包括植物和树木。在距离任何已开发区域 150 码之内的地点, 枪支均不得发射。森林内的某些射击区域要求使用探险通行证。因为存在引起火灾的风险, 禁止使用钢芯、穿甲或铁氟龙弹药。空气步枪、弓箭、气枪和彩弹枪仅限在指定的发射区域或靶场内发射。射击者需要致电距离最近的护林站, 了解该区域当天的火灾活跃水平。在火灾危险级别较高时, 森林可能关闭所有打靶场。抵达之前, 请拨打 909-382-2997 确认项目活动级别 (PALS)。

**关于枪械法规的更多信息, 请访问加州司法部门枪械分部网站 [oag.ca.gov/firearms](http://oag.ca.gov/firearms)**

## 非公路车辆

森林公园的非公路车辆 (OHV) 车道系统拥有数英里不同地形的车道, 适合 SUV / 四轮驱动车、ATV 和摩托车。森林内拥有 52 英里的 24 英寸到 50 英寸宽的车道, 169 英里非公路法律登记车辆 (绿色贴纸或红色贴纸) 的森林公路, 900 英里 SUV/4x4 行驶公路和 104 英里 4x4 路线。车道系统包括适合新手、中级和专业级用户的地形, 车道已按从易到难做好标记。



请记住带好非公路车辆的法律登记证明 (绿色贴纸或红色贴纸)。

**有关绿色贴纸和红色贴纸法规及许可证要求的更多信息, 请访问网站 [www.ohv.parks.ca.gov](http://www.ohv.parks.ca.gov)**

红色贴纸车辆在 Front Country 和 Mountaintop Ranger District 仅限 10 月 1 日至 4 月 30 日使用, 在 San Jacinto Ranger District 仅限 10 月 1 日至 5 月 31 日使用。

指定的 OHV 路线主要分布在 Cajon、Arrowhead 和 Big Bear 区域。圣哈辛托区域有一个较小的车道系统。集结区域分布在 Cactus Flat (Big Bear)、Miller Canyon and Pinnacles (Arrowhead)、Baldy Mesa and Summit (Cajon) 以及 Bee Canyon 的入口处。请查看 OHV 区域附近的 Big Pine Flat 和 Crab Flats 露营地。

请确保从护林站领取免费的机动车使用地图 (MVUM), 您还可以在护林站了解目前的道路封闭情况和其他限制。此信息还可以在网站上获取:

**[www.fs.usda.gov/goto/sanbernardino/ohv](http://www.fs.usda.gov/goto/sanbernardino/ohv)**



使用移动设备扫描此二维码, 访问

[www.fs.usda.gov/goto/sanbernardino/ohv](http://www.fs.usda.gov/goto/sanbernardino/ohv)

请遵守所有标示, 并尊重所有关于封路的提示。森林内没有可以登山或越野旅行的“开放区域”, 也没有用于比赛的摩托车赛道。请确保您的车上装有美国林务局批准的火花避雷器, 并符合声音级别要求。请使用对野生动物无害的防冻液, 并清洁装备, 避免带来入侵植物的种子。

## 徒步和远足野营

徒步旅行是一项热门的森林活动。有几十条适合日间徒步旅行及露营的观光步道, 包括 Pacific Crest Trail (PCT)。PCT 是十一条国家景观步道之一, 它经过加州、俄勒冈州和华盛顿, 将西部大山脉连接在一起。

## 出行之前

与当地护林站联系, 查询路线信息、许可证要求、地图和目前情况。记住, 在一年中的任何时候, 天气都有可能瞬息万变, 特别是高海拔地区。查看天气预报并避开风暴。将您的路线告知一位朋友。

森林中的自然灾害包括倒下的树木、掉落的树枝、陡坡峭壁以及湍急的溪流。响尾蛇、山狮和黑熊很常见。毒葛在许多地方也很常见。始终用皮带拴住狗。

## 携带以下生活必需品

结实的靴子、抓绒或羊毛衫、可收纳雨衣、大量水 (每人每天至少 1 加仑), 水过滤器或其他处理、食品、口哨、太阳镜、防晒霜、小折刀、防水火柴、急救箱、手电筒或带有备用电池的照明灯、地图和指南针, 以及用来掩埋您的排泄物的小铲子。

## 安全注意事项

不要将贵重物品留在车内。永远要记得锁车。

开放水源通常会受到人类和动物排泄物的污染。不要喝没经过处理的水。煮沸 15 分钟, 或使用过滤器或化学处理。

**Know Before you GO**  
SAN BERNARDINO NATIONAL FOREST  
Check The Current Forest Use Guidelines  
(909) 382-2600  
[www.fs.usda.gov/sbnf](http://www.fs.usda.gov/sbnf)

## 山地骑行

山地骑行是一项日渐流行的山地运动。许多公路和步道都允许骑行。但太平洋山脊步道以及指定的荒野区域内不允许骑行。

San Bernardino National Forest 中的一些山地骑行区域包括：

- San Jacinto Thomas Mountain Road (6S13)。
- South Fork 露营地和 Angelus Oaks 之间的 Santa Ana River Trail。
- 雪峰滑雪场可以用缆车将山地自行车运送到山顶。骑行者可以从那里进入森林系统的公路和车道。

不论骑行技术水平如何，都可以找到具有挑战性的路线，但最惊险的路线最好还是由经验丰富的骑手来尝试。要经过其他人身边时，请提醒别人注意。请注意避让徒步者和骑马的人员。如果遵守这项规定，就可确保大家都安全并能度过愉快的时光。



避免速度过快，因为这将给您和他人带来潜在的危险。安全骑行，对自己和他人负责。



安·卡罗拉·罗素

请注意，每天甚至每小时的天气条件都有所不同，路面状况不可预测，安全的饮用水非常稀缺。

请保持在指定的公路和步道上骑行，避免侵蚀和损害资源。

请不要乱扔垃圾，如果发现其他人丢下的垃圾请尽量带走。

请确保自行车保持最佳状态，尤其是刹车装置。携带工具并知道如何使用。

在每次骑行后清洁您的装备。泥块和植被可能带来入侵植物的种子。

## 骑马

除了自然步道和 Alpine Pedal Path 外，在所有国家森林公路和步道上都允许骑马。San Jacinto 区域的 Cedar Spring Trail 和 Fobes Trail 与 Pacific Crest Trail (PCT) 相连，下方就是壮观的沙漠景色。附近的

### 打包带来，打包带走！

Ribbonwood Equestrian 露营地可以提供露营过夜场地。圣乔诺荒野步道非常受欢迎，Heart Bar Equestrian 团体露营地和 Wildhorse Equestrian 露营地就在附近。大熊区有一系列较平坦的步道，也与 PCT 相连。露营者可以住在 Greenspot 和 Big Pine Flat Equestrian 露营地。Baldwin Lake Stables 位于 Big Bear 附近，凭特殊使用许可证在国家森林公园内运营，提供有人指导的骑马服务。

### 不留痕迹原则

- 请打包带走所有垃圾。
- 请不要将马拴在树上，除非在打包或拆包。
- 请将马拴在远离露营地、水源和步道的地方。
- 请将拴马区域累积的所有粪便分散撒开或埋入地下。请使用经过认证的无杂草无种子饲料。
- 请不要在湖水或溪流中为马洗澡。
- 请走之字形道路。



**为什么要使用无杂草无种子饲料？干草和饲料中可能包含入侵植物的种子。出行之前，请至少提前 2 天使用“无杂草无种子”饲料。**

## 冬季娱乐

在 10 月到 6 月期间，山区随时可能降雪。雪带来了许多户外游乐的机会，但是对于准备不充分和缺乏经验的人来说，是有一定危险的。有时候，冬天的积雪可能厚达 5-20 英尺。无论您如何有经验，在出行之前都务必查看山区天气。

在车内带好轮胎链并且会安装。在大雪天气或结冰较厚时，California Highway Patrol 可能要求所有的车辆（包括 4 轮驱动）装上轮胎链。请注意在车内多放一些衣物，例如外套、手套、保暖的帽子和干袜子，以防天气突变。洛杉矶 70 度的时候，Big Bear 地区可能只有 40 度（华氏）！拨打电话 1-800-427-7623 联系加州交通局或访问网站 [www.dot.ca.gov](http://www.dot.ca.gov) 了解路面情况。

**滑雪和滑雪橇**是非常受欢迎的冬季活动，但是寻找合法的停车区域可能会比较困难。请确保不要停在私人车道上，不要阻挡大门或妨碍扫雪机作业。某些区域需要使用探险通行证。每年的 12 月 1 日至 4 月 1 日，Gray's Peak Trailhead 和 Grout Bay Picnic 区将封闭供秃鹰栖息，禁止任何人入内。请不要在这些区域滑雪橇或滑雪。请尽自己一份力，清理所有野餐垃圾、坏掉的雪橇以及其他垃圾。

围绕 Arrowhead 和 Big Bear 建立了 **Downhill Skiing 和 Snowboarding 区域**。拥有多种造雪设备，Snow Summit (844-462-2327)、Big Bear Mountain (909-866-2519) 和 Snow Valley Ski Resort (909-867-2751) 即使在最干旱的冬季也能运营。这些度假区从 11 月开始营业，直到 4 月

休息。请提前致电了解降雪情况。雪峰滑雪场和大熊山在客流高峰期限制滑雪人数，但是提供预订服务，电话 909-866-5841 和网站 [www.bigbearmountainresorts.com](http://www.bigbearmountainresorts.com)。

**越野滑雪和穿雪鞋滑雪**取决于自然的积雪，因海拔和暴露类型不同而有所差别。朝北的山坡通常积雪更多。积雪条件各有不同，因此大多数滑雪者更喜欢使用无蜡滑雪板。在 Arrowhead 区域，有两处越野滑雪设施，拥有林务局颁发的特殊使用许可证：Green Valley 和 Rim Nordic（号码均为 909-867-2600）。在冬季参与我们有导游陪同的雪鞋之旅，您可以探索大熊谷的不同区域。要获取日期和时间列表，或是进行预订，请联系大熊探索中心 909-382-2791。

**骑雪地摩托**只限在以下指定的雪地摩托路线进行：Barton Flats 附近的 Coon Creek Rd (1N02)。请拨打 909-382-2882 联系 Mill Creek Work Center，了解当前条件以及申请许可证。从 18 号公路骑向 Running Springs, Keller Peak Rd. (1N96)；拨打电话 909-382-2791 联系 Big Bear Discovery Center，确认路况。



## 太平洋山脊步道： 50 年，2650 英里

您可能在瑞茜·威瑟斯彭主演，根据谢莉尔·斯瑞德的同名自传改变的电影《涉足荒野》中听说过太平洋山脊步道（通常称为 PCT）。但是这条步道的起源可以追溯到 1926 年，当时来自华盛顿的教师凯瑟琳·蒙哥马利就提出“沿着西部群山山脊高度开辟一条步道”的想法。

2018 年对于 PCT 来说具有重要意义，是该步道 50 周年，纪念其在 1968 年被正式指定为国家景观步道。PCT 经常被称为“美国的荒野步道”，它是美国最长的连续的步道，全长 2,650 英里。每年都有数百人成功完成从墨西哥到加拿大的 PCT 步道全程远足，还有数千人在该步道的某段上远足。该步道穿过 25 个国家森林，7 个国家公园，5 个州立公园，4 个国家纪念区和 48 个荒野地区。它还经过了美国 7 个生态区中的 6 个，从沙漠到森林再到高山苔原。

该步道由美国林务局和 Pacific Crest Trail Association 协会合作管理，后者是一个非盈利组织，仅在 2016 年就组织 2,000 多名志愿者，共花费超过 100,000 小时进行步道维护和整修。

要了解更多信息，请访问 [www.pcta.org](http://www.pcta.org)



## 讲述我们的故事

San Bernardino National Forest 长久以来一直是一片游憩森林。随着美国在世纪之交的工业化转型，人们意识到了自己对自然的热爱。这种回归自然的情感导致的结果之一便是成立林务局，来保护公共资源免于过度开发。另一结果是发展山间娱乐：从 19 世纪 80 年代开始，加利福尼亚人徒步旅行、野营、野餐、狩猎，甚至“驾车穿越”整个崎岖的圣贝尔纳迪诺和圣哈辛托山脉寻求荒野乐趣。遍及群山各处的景点诉说着我们学习如何保护和享受美好户外活动的故事，如今，我们远足、骑行或驾车游览风光，又或是参与志愿服务和对即将开展的项目或新提议的项目献计献策，从而帮助保护森林，谱写这个故事的新篇章。

## 世界的边缘驾车路线

回归荒野并非完全不用新技术。从 1915 年起，数百家工厂开始生产汽车。家庭拥有了汽车，汽车成了去大自然中度假的必需品。1915 年，一位度假村所有者提出了用“101 mile Rim of the World Drive”连接 Arrowhead 和 Big Bear 之间的度假胜地的想法。它立即成为了圣贝纳迪诺山的主要景点。1916 年，国家森林沿道路开设了“娱乐区”，设有度假村、避暑庄园和露营地。今天，Crestline 18 号公路取道于“Rim of the World Drive”。该机动车道的其他延伸段已经成为森林公路，如福恩斯金附近的 FSR 2N13（已由林务局 Adopt-A-Trail 志愿者重建）。另一延伸段是一个山地自行车道 (1E01)，由 Big Bear Valley Trails Foundation 志愿者帮助维护。

### Forest Service Adopt-A-Trail

SBNF 909-382-2600

www.sbnf-adopt-a-trail.com

维护偏僻地区的四轮驱动道路、非公路车道、非公路车辆集结待命区和步道起点。

### Heritage Volunteers

SBNF 909-382-2600

帮助宣讲我们的故事：寻找、研究、保存或推广考古遗址、历史建筑和存档资料。

### Off-Highway Vehicle Volunteers

计划主管：Rick Lavello

909-382-2606

在道路和步道上骑行，在集结待命区使用信息亭为游客提供安全和访问信息，维护和监测资源；培训青少年。

### Big Bear Valley Trails Foundation

www.trailsfoundation.org

hello@trailsfoundation.org

Big Bear Valley Trails Foundation 是位于加利福尼亚 Big Bear 附近的 San Bernardino National Forest 的 Mountain Top Ranger District 的非机动化步道倡导团体。我们在探索中心定期举行会议，欢迎广大民众参与。

### Off-Highway Vehicle Education Trailer

计划主管：Rick Lavello

909-382-2606

走进学校、社区活动和行业展的流动式互动教育展。游客可以了解到以下信息：  
•适当且安全的 OHV 服装和安全装置 (PPE)  
•必要排气装置、火花塞和噪音水平  
•步道礼节和呆在正确的步道上的重要性  
•减少对森林和其他公共场所的影响。

### Lytle Creek Forest Volunteer Association

SBNF 909-382-2851

向公众提供信息，执行探险通行证相关规定，修理和维护步道，拾捡垃圾和监控资源。

### Mountaintop Recreation Volunteers

SBNF 909-382-2790

志愿者向公众提供信息，修理和维护娱乐设施和步道，提供景点重建和资源监测。

### Rim of the World Interpretive Association

主席：Gloria Anderson

909-338-4163 • glorand@juno.com

www.heapspeakarboretum.com

维护 Heap's Peak 植物园并为其配备工作人员，经营零售商店。提供讲解活动和游览。

### Fisheries Resource Volunteer Corps

执行董事：Tom Walsh

562-596-9261 www.frv.org

该组织成立于 1994 年，在洛杉矶和圣贝纳迪诺国家森林监测和巡逻野生鳟鱼溪流。志愿者提供野营、消防、钓鱼，污染和安全法规方面的信息；并应对紧急情况。他们还协助记录资源损失、入侵植物清除、溪流清理项目、电气捕鱼勘察、水生昆虫研究、鱼类恢复、溪流勘察、秃鹰和大角羊勘察以及水质抽样和测试。

## 孩子保护森林

在 1923 年徒步前往圣乔诺峰的途中，一名精明的“踪迹发现者”童子军 Alonso Machado 提出了保护荒野丘陵的想法：宣称它是一座历史遗迹。林务局当时正在忙于布置娱乐区，所以这些“童子军”、这些西部游侠，将他们的想法传达给了柯立芝总统。圣乔诺高地的荒野保护从此开始。到 20 世纪 30 年代，大萧条使家庭很难负担得起度假的费用，所以父母开始送孩子们去露营。不久之后，巴顿平原娱乐区将美国大多数露营地集中分类。几代“童子军”，YMCA 孩子们和其他露营者帮助在荒野上修建步道，接着，他们又修建了太平洋山脊步道 (PCT)。今天，太平洋山脊步道志愿者仍在维护 PCT，孩子们仍然在以儿童森林志愿者的方式在规划方面起着重要作用。

### Pacific Crest Trail Association

www.pcta.org

916-285-1846, info@pcta.org

PCTA 地区代表：Anitra Kass

951-257-4100

在 2,600 英里长的太平洋山脊国家景观步道 (PCT) 上工作，既作为步道的负责人，也定期安排周末项目 (1-4 天) 和服务之旅 (5-10 天)。

### Discovery Center Volunteers

探索中心经理：Wendy Craig

909-382-2843

www.mountainsfoundation.org

在 Big Bear Discovery Center 迎接游客，提供信息，介绍讲解计划，使用技能教授游客森林管理知识，在享受户外的同时回馈社会。全年提供必修培训。

### Children's Forest Volunteers

青少年和讲解

服务协调人

909-382-2842

volunteer@mountainsfoundation.org

由 11 至 17 岁的青少年以自然爱好者身份协助开展讲解计划、森林恢复和温室工作。成年人帮助游客并指导青少年志愿者。

### San Gorgonio Wilderness Association

志愿者协调人：Val Silva

909-382-2906 • www.sgwa.org

sgwa@earthlink.net

为游客提供信息、支持荒野许可证计划、引导野外散步、展示计划、制作平面展示、在 San Gorgonio Wilderness 巡逻，以及经营 Mill Creek Visitor Center、Barton Flats Visitor Center 和 Big Falls Information Center。

## 两湖轶事

1915 年的公路系统（现在是 18 号和 38 号公路的一部分）会将我们带到巴顿平原附近的 Big Bear 和相对较小的詹克斯湖，这两个湖泊的历史都比公路久远，而且还有一场关于水的争夺。随着南太平洋铁路到洛杉矶的禁运路线于 1875 年开始建设，有一批投机者意识到铁路连接需要木材，而蒸汽机需要水。其中一名合作者詹克斯上尉修建了一道水渠，将水引向巴顿平原中的一个大型贮木池水坝。他的同伴翻山越岭发放用水公告，与此同时，詹克斯上尉还在用他的池塘（也可能称为小湖）养鱼，并将鱼卖到新兴小镇 Redlands。但他们没有赢得这场关于水的争夺赛。赢家是建造 Big Bear 水坝的工程师弗兰克·布朗，储水目的是用于农业灌溉。有了稳定的水源，布朗和他的合伙人贾德森能够在 Redlands 划分并销售地块来种植柑橘。

建成之后，这两个湖都成了休闲胜地。度假区范围在 Big Bear 附近逐渐扩大，而露营者则愿意前往詹克斯湖。如今，这两个迥异的湖泊仍然是人们喜爱的休闲好去处。巴顿平原游客中心大熊探索中心志愿者和 San Gorgonio Wilderness Association 协会志愿者会提供在这两个湖泊附近休闲娱乐的相关信息。

## 志愿者计划

San Bernardino National Forest 的志愿者每年都会积极投身几乎每一个项目，为山林保护做出了重大贡献。志愿者贡献创造历史：志愿者于 1928 年开始在 Heap Peaks 植树园种植树木，而今天，作为 Rim-of-the-World Interpretive Association 协会，志愿者们会继续坚持下去。无论您有无专业技能，我们都欢迎您加入，因为许多任务都可通过岗位培训习得。许多志愿者会短期全职从事志愿工作，而其他志愿者则每周每天贡献几个小时或参加特别活动的志愿工作。志愿者帮助建设和整修步道，在游客中心工作，介绍环境教育计划，保护考古遗址，巡视荒野地区，并协助森林工作人员进行调查。办公室工作包括发布信息，公共事务和行政管理。通过加入现有组织之一或自己组织志愿活动，对 San Bernardino National Forest 尽一份力。

## 青少年建设的森林

在大萧条时期，一群高中孩子在 San Bernardino National Forest 中工作，他们是最成功的新政保护计划-美国民间护林保土队 (CCC) 的一员。CCC 青少年建设道路以促进消防，救火，并开展其他保护工作。他们还建造了露营地和几英里的徒步步道，让游客享受有人管理的森林。他们在 Barton Flat 建造了一个守卫站，有预制木结构房屋、车库、木棚和办公室。这个小型办公室现在被用作游客中心，这样一来，护林员就可以“离开”工作，下班了！它还是此处对公众开放的唯一建筑。



20 世纪 30 年代建成的作为防火系统关键组成部分的许多瞭望塔现在向公众开放：Red Mountain、Tahquitz Peak 和 Butler Peak 都是由 CCC 建造的。如此成功的计划是不可能被废弃的：20 世纪 70 年代的青年资源保护队 (YCC) 和今天的城市资源保护队 (UCC) 正是对这一传统的延续。

### Greenthumbs Volunteer Program

SBNF 909-382-2790

志愿者将学习种子收集、发芽、本地植物繁殖，有害杂草清除和在森林中种植。

### Fire Lookout Hosts

协调员：Pam Morey

909-225-1025

志愿者们在 Butler Peak、Keller Peak、Strawberry Peak、Black Mountain、Tahquitz Peak、Morton Peak 和 Red Mountain 的瞭望塔上观察是否有火灾并提供解说和访客信息。

## 第一位“Cuidaderos”

SR-74 “The Palms to Pines Highway” 也由 CCC 和其他新政政府组织（如 WPA）建造。在沙漠棕榈树旁边，Cahuilla Tewanhet（在 Cahuilla 语言中意思是俯瞰）是在 Cahuilla 长老的合作之下建成的，以纪念圣哈辛托和圣罗莎山的最初守护者 Cahuilla 人，即 Cuidaderos。这个讲解步道就在靠近山脉的沙漠 Cahuilla 部落的十字路口附近，可在此收集和烘烤龙舌兰心、矮松等食物。Cahuilla 部落仍然存在。Cahuilla 部落仍会来到山脉，但会共同照顾 SBNF 及其志愿者，如 Friends of the Desert Mountains、Forest Volunteers 和 Pacific Crest Trail Volunteers，后者现在正在努力维护古老的原住民步道。

### Forest Service Volunteer Association

圣哈辛托护林站

909-382-2921

www.FSVA.org

在 San Jacinto 和 Santa Rosa Wildernesses 和 San Jacinto RD 步道巡逻，并在 Idyllwild Forest Service 办公室提供访客信息。

### Friends of the Desert Mountains

PO Box 1281

Palm Desert, CA 92261

保护协会协调员：Colin Barrows

760-568-9918

www.desertmountains.org

志愿者通过步道维护、拔除入侵杂草、科学研究、青年教育、讲解远足、游客中心服务等方式帮助保护 Coachella Valley 和周围山脉的开放空间！

## 参观 Fire Lookouts

从阵亡将士纪念日 11 月中旬，每天向公众开放瞭望台。早晨是视野最清晰的时候。您可以爬上梯子，进入观察室，参观设备。

记住，儿童必须由成年人直接看顾。瞭望台一次仅允许五名游客进入，雷暴期间不要爬上瞭望台。祝您游览愉快！

### Tahquitz Peak

**路线指导：**从 Idyllwild 的 Humber Park 徒步走 4.5 英里上山步道（从 Ranger Station 沿 Pine Crest Ave. 走，然后转向 Fern Valley Road，一直走到 Humber Park）。沿着 Devil's Slide Trail 走到 Saddle Junction，然后走最右侧标有 Tahquitz Peak 至 Chinquapin Flats 的步道。右转，然后走 0.5 英里到瞭望台。



**海拔：**8,828 英尺

**景点：**San Jacinto Wilderness、Salton Sea、Coachella Valley、Santa Rosa Mountains。

### Strawberry Peak

**路线指导：**走 Highway 18 到 Rim Forest (Skyforest 西侧)。北转进入 Bear Springs Road 朝向 Twin Peaks 行进。沿一条经过铺设的道路行驶 2 英里即到瞭望台。

**海拔：**6,143 英尺。

**景点：**天气晴好时可以远眺 San Bernardino Mountains 和 Mt. San Diego 山脉，圣贝尔纳迪诺和 Riverside 的壮美景色；三大湖：Arrowhead、Gregory 和 Silverwood。

### Keller Peak

**路线指导：**走 Highway 18 或 330 到 Running Springs。穿过村庄，在经过 Deerlick Fire Station 后立即右转至 Keller Peak Road (1N96)。这条 5 英里经过铺设的道路直通瞭望台。在这条路的一个岔道上右转，驶向瞭望台。

**海拔：**7,882 英尺。

**景点：**San Bernardino

Mountains、Seven Oaks Dam、San Bernardino、Riverside 和 San Gorgonio Wilderness。

### Black Mountain

**路线指导：**走 Highway 243 北段远离 Idyllwild 8.1 英里，然后离开 Black Mountain Road (FR 4S01)。在进入 Boulder Basin 露营地（距公路 5.8 英里）之前，您可以将车停在停车场。需交 5.00 美元日停车费。到达终点后，走泥土路到瞭望台。

**海拔：**7,772 英尺。

**景点：**天气晴好时可以看到 San Gorgonio 以北、Banning、San Jacinto Range、Palomar Range，以及 Santa Ana 和 San Gabriel Mountains。

### Red Mountain

**路线指导：**从 Idyllwild 上 Hwy 243 向南行驶，走 Highway 74（通向 Palm Desert）继续前行。转 Highway 371 朝向 Anza 行驶。右转进入 Carey Road，行驶 5 英里后左转上土路朝着 Tripp Flats Fire Station 行驶，并沿 FR 6S22 行驶 9 英里到瞭望台。

**海拔：**4,563 英尺。

**景点：**南面有 Mount Palomar 和 Mt. San Diego；北面有 San Bernardino 和 San Jacinto Mountains。

### Morton Peak

**路线指导：**从 Redlands 沿 38 号公路向东行驶。经过 Mill Creek Visitor Center 后行驶 2 英里。向左转入 FR 1S12，对面是 Vista Point 停车场。沿道路行驶 1.3 英里，停车，然后左转，徒步走 FR 1S13 约 1 英里到瞭望台。

**海拔：**4,624 英尺。

**景点：**往东是 Mill Creek Canyon、San Bernardino Peak 和 Galena Peak。往北是 Strawberry Peak 和 Butler Peak。往西是 San Gabriels。

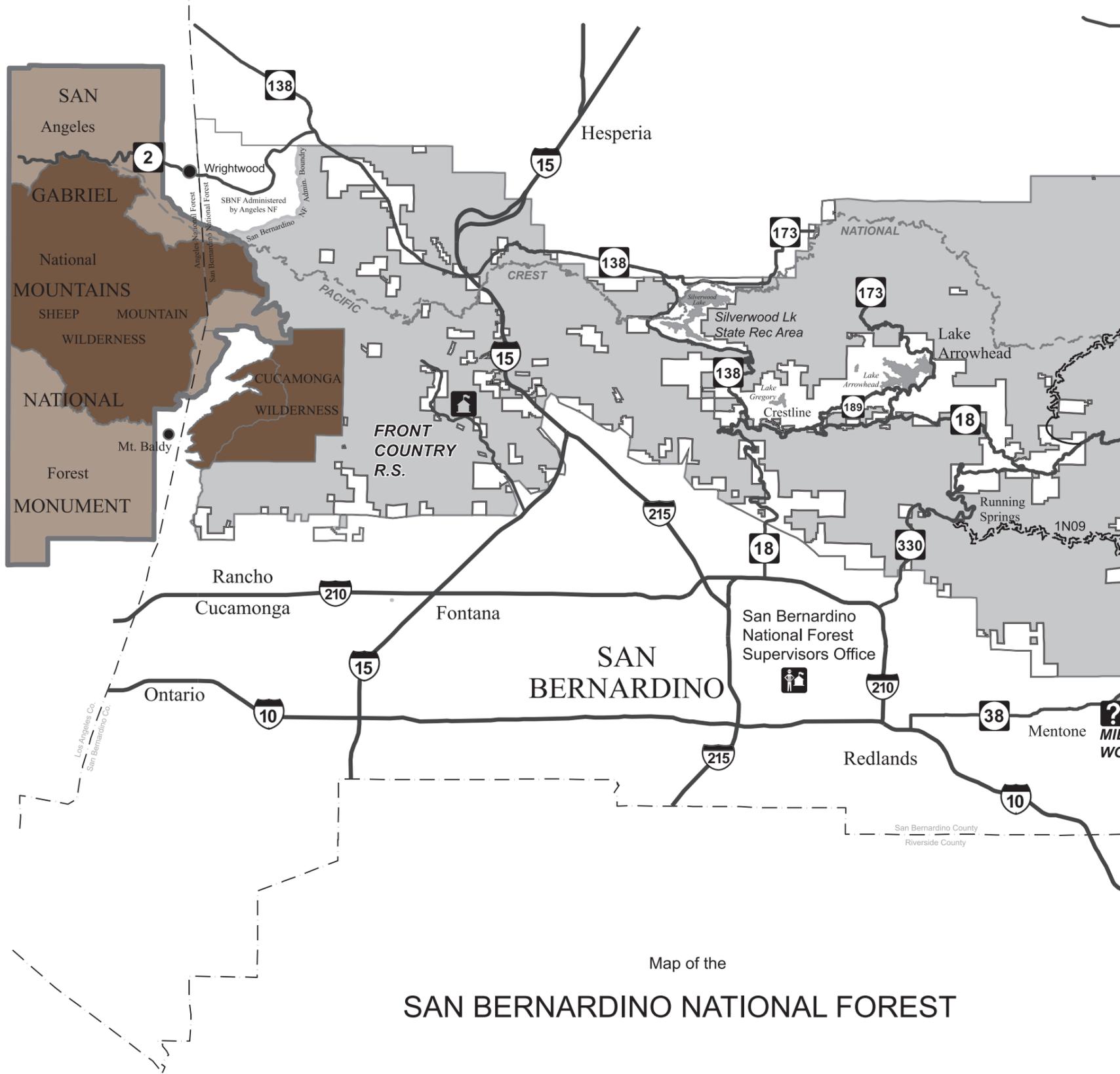
### Butler Peak

**路线指导：**在 Big Bear Lake 的北岸，走 Highway 38 到 Fawnskin。注意 Forest Road (FR) 3N14 的标志。沿 3N14 行驶到与 FR 2N13 的交接处。道路会变为泥土路，建议您乘坐和高底盘车辆。左转上 2N13，直到与 2N13B 的交岔路口，后者直通 Butler Peak。

**海拔：**8,535 英尺

**景点：**向东有 Big Bear Lake，向北有 Barstow，向东南有 San Gorgonio，向西有 Arrowhead Lake，Palomar Range。

# 森林地图



Map of the  
**SAN BERNARDINO NATIONAL FOREST**

## Legend

- |   |                   |   |               |   |                    |
|---|-------------------|---|---------------|---|--------------------|
|  | National Monument |  | Interstate    |  | Supervisors Office |
|  | Wilderness        |  | State Highway |  | Ranger Station     |
|  | County Boundary   |  | Paved Road    |  | Forest Information |
|   |                   |  | Dirt Road     |   |                    |
|   |                   |  | Trail         |   |                    |



0 5 10 Miles

 **Know**  
Before you **GO**

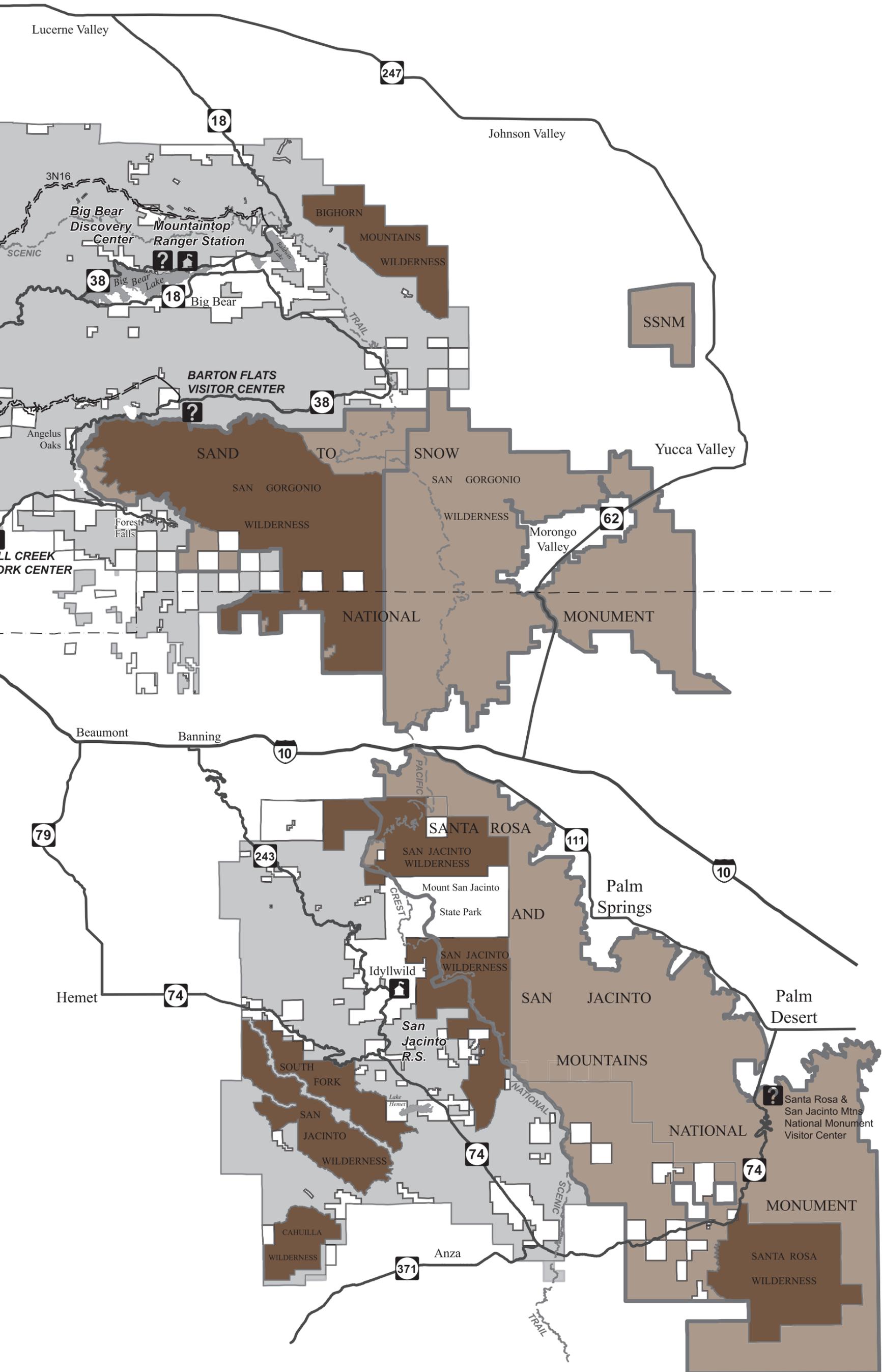
**SAN BERNARDINO NATIONAL FOREST**  
Check The Current forest Use Guidelines

(909) 382-2600  
www.fs.usda.gov/sbnf

使用您的移动设备  
扫描二维码以访问  
www.fs.usda.gov/sbnf



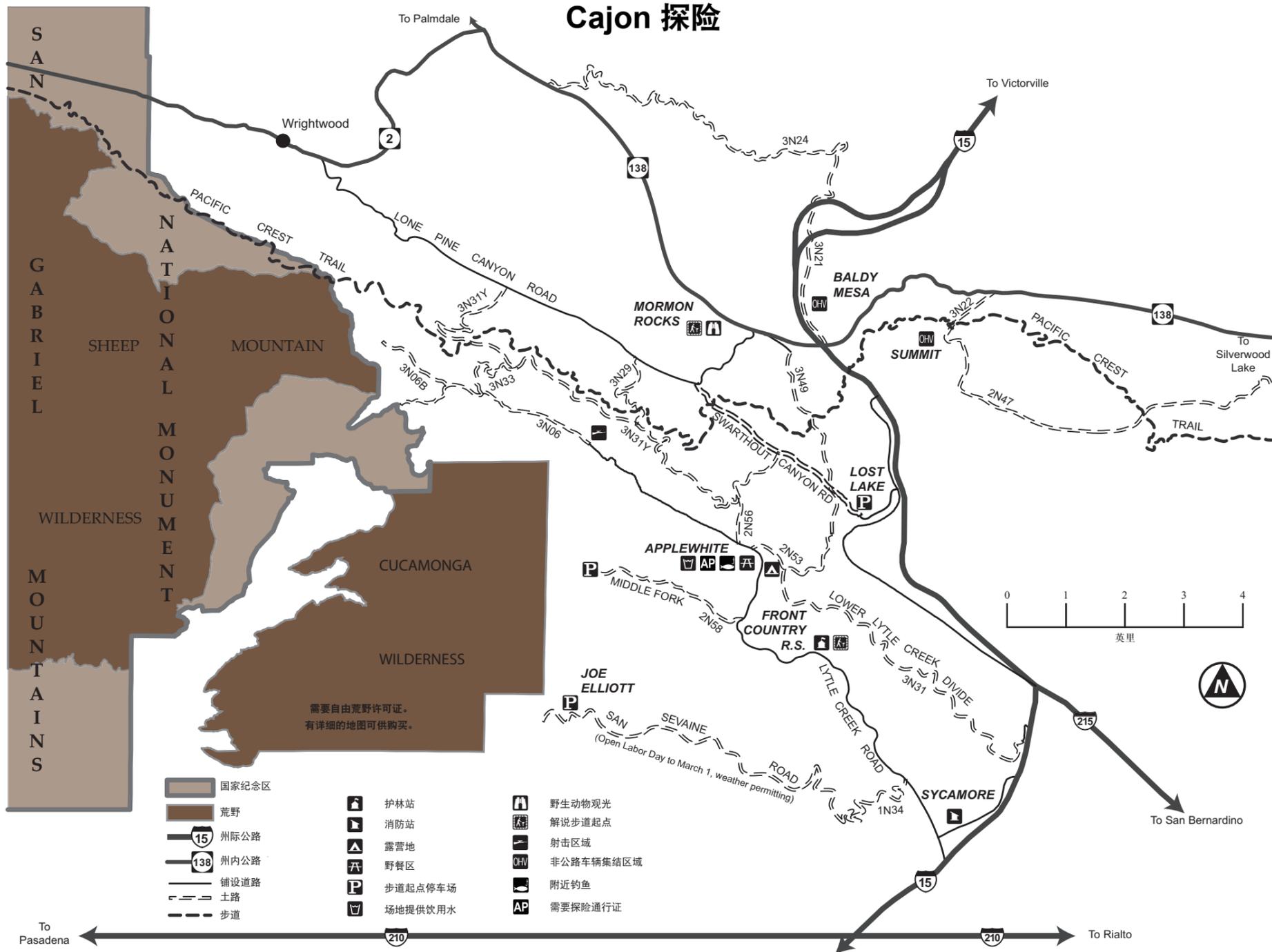
# 森林地图



森林属于您！



## Cajon 探险



这是森林中海拔最低的地区之一，所以大部分道路和步道均全年开放。Lytle Creek 是 Cajon 地区的活动中心，两岸附近有野餐区和露营地。

在夏季周末和假期，溪流沿岸十分拥挤。其他日租区域有 Lost Lake、Middle Fork 路。其中许多区域需要探险通行证才能游览。

Bonita Falls 是一个落差 90 英尺的瀑布，可以从 Lytle Creek 南岔口的 Lytle Creek Road 徒步前去观看。在护林站可以获得免费地图，可为徒步旅行者指明如何前往 Bonita Falls。

通过 I-15 和 I-215 公路前往 Lytle Creek 区域十分方便。Lytle Creek 护林站 (909-382-2851) 位于 I-15 北侧 Lytle Creek Road 的 5 英里处 (从 Sierra Ave 出口北下)。



MORMON ROCKS

### 探险 1

#### Cucamonga Wilderness 徒步

Cucamonga Wilderness 的步道海拔接近 9,000 英尺，让徒步旅行者尽览 San Gabriel Mountains National Monument 的崎岖风景。十八英里的步道贯穿这片亚高山带荒野，沿途有丛林、茂盛河岸、针叶林等多样的栖息地。

**步道起点:** Middle Fork 停车场，距离护林站 4.5 英里 (3 英里的土路)。需要探险通行证。

**难度:** 中等。

**许可证:** 需要自由荒野许可证。

**景点:** 瀑布、大角羊、熊、山狮和野花。

### 探险 2

#### Cajon Pass 风景区

这里是地震区！Cajon Pass 是北美地区最年轻、地质最活跃的地区之一。圣加布里埃尔和圣贝尔纳迪诺两座山脉在这里重叠，在圣安地列斯断层线上产生地震等地质活动。Cajon Pass 的意思是“盒子”山口，是美洲原住民使用的说法，后来传到前往圣贝尔纳迪诺的摩门教定居者口中。今天，Cajon Pass 是南加州交通和公用事业主要通道。每天有五十趟货运列车和两趟客运列车穿过这个山口。

**步道起点:** Pacific Crest Trail 起点，Wagon Train 路 (从 I-15 走 138/Silverwood Lake 东，第一个路口右转，经过 0.6 英里到达步道起点)

**难度:** 简单

**许可证:** 需要探险通行证

**景点:** 丛林、橡树、摩门教岩石阵、历史悠久的圣达非铁路的木栈道。折返点在 5.14 英里处，是 Swarthout Canyon 路。

### 步道指南

**Mormon Rocks Nature Trail (讲解)** 是一条 1 英里的环路，可以看到具有胶结砂岩石阵，以及从 Cajon 山口通行的火车。步道或者 Lytle Creek 护林站可提供步道指南。

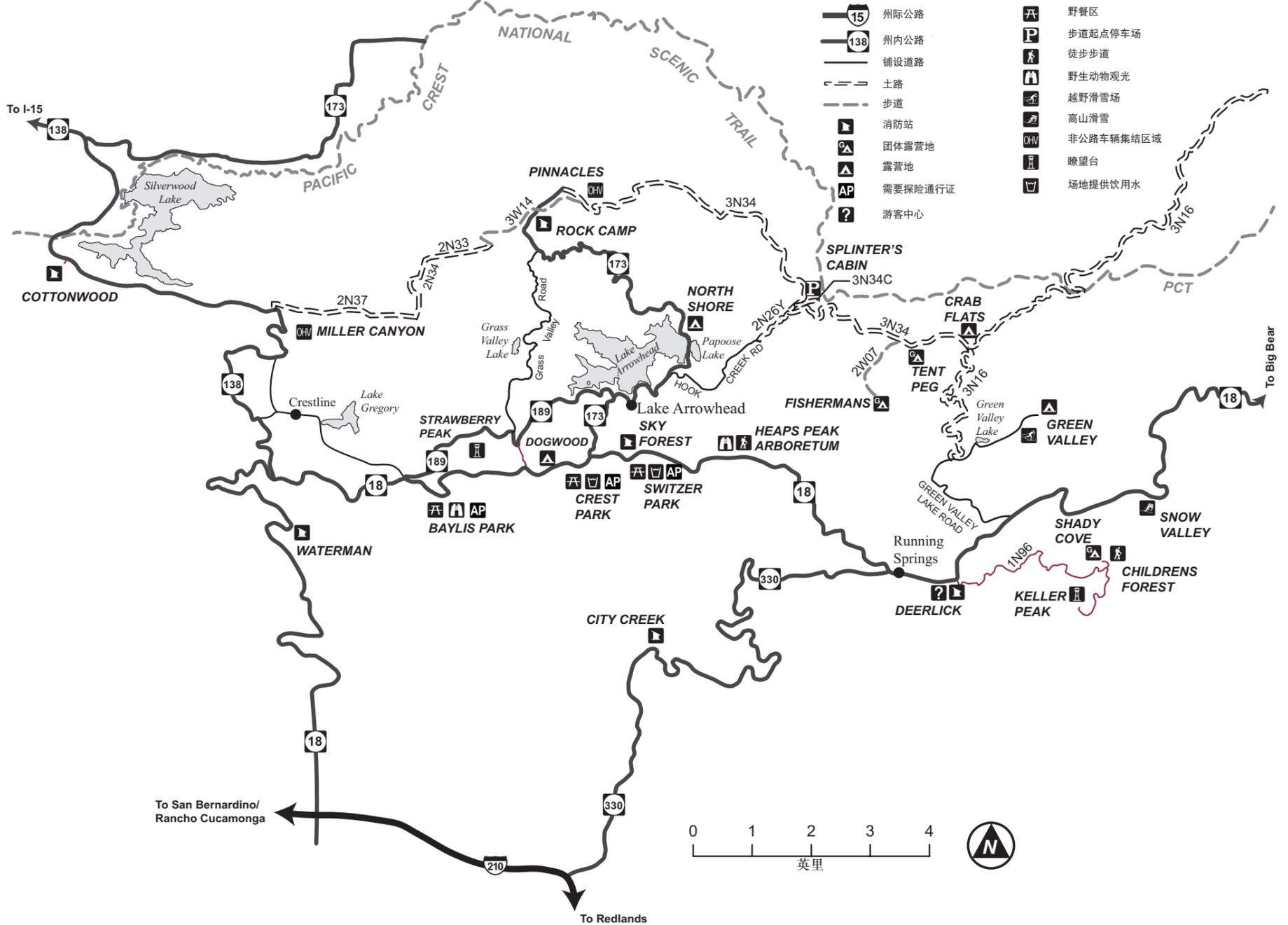
**Chaparral Neighborhood Trail (讲解)** 紧挨着 Lytle Creek 护林站。这条步道蜿蜒通过一片 1960 年代种植的松树种植园和当地的丛林。

**Bonita Falls Trail** 是一条 1.4 英里的往返步道，沿着布满岩石的干燥河床，一直通往 90 英尺的瀑布。需要探险通行证。

**景点:**

本地植物园紧邻 Lytle Creek 护林站。挂标签介绍本地区的 38 种植物，有一处凉亭，交通便捷。

## Arrowhead 探险



### 探险 3

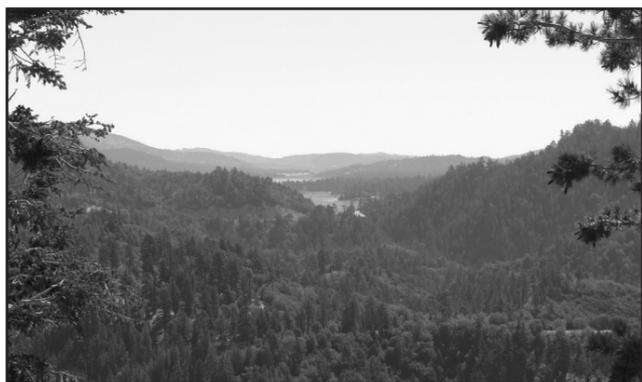
#### Rim of the World Scenic Byway

这条 110 英里长的路线贯穿整个山脉，从 Cajon 山口一直到圣乔诺山口。您将在欣赏南加州最高山脉的同时，体验到丰富多彩的自然景观。公路是国家风景道系统的一部分，因此请注意留意沿途标志。Heaps Peak、Meadow's Edge Picnic Area (Big Bear) 和 Barton Flats Visitor Center (阵亡将士纪念日 9 月开放) 的讲解标识牌介绍了山区中的早期居民以及现在可以找到的野生动物。

**路线指导：**在 Cajon pass (海拔 2,940 英尺) 走 I-15 的 138 号公路东段出口。沿着公路行驶，刚过 Crestline 就可到 18 号公路。沿着山脉边缘的 18 号公路驶向 Big Bear。从湖北面开始沿 38 号公路行驶，穿过湖泊到东端。观景道随 38 号公路开始攀升，越过 Onyx Summit (8,443 英尺)，然后下行至 Santa Ana River 河岸上的森林平原，即 Barton Flats。继续沿着 Mill Creek Canyon 下坡到 Mill Creek Work Center (2,750 英尺) 附近的森林边界。通过 Yucaipa 或 Redlands 可以到达 I-10 的入口。

**距离和时间：**从 San Bernardino 开始的往返行程约为 175 英里。这趟欣赏风景之旅预计需要一整天。您可以抄近路通过 18 号公路 (Waterman Canyon) 和 330 号公路 (City Creek) 进入该观景道。

**季节：**公路全年开放，但几乎在任何月份都有可能下雪！出行之前，请务必查看山区天气。冬天清晨的风景最美。在其他时间，山谷里的雾气可能会遮住景色。



世界边缘驾车路线 — ARROWHEAD 风景。

**景点：**Silverwood Lake、Heaps Peak Arboretum、Keller Peak Look-Out、Children's Forest、Big Bear Discovery Center、Big Bear Lake、Onyx Summit (尽览 San Gorgonio Wilderness 的景色)、Santa Ana River Valley 和 Mill Creek Canyon 的景色。

#### Arrowhead 探险收费休闲场所

##### 野餐区：

- Baylis Park
- Crest Park
- National Children's Forest
- Splinter's Cabin
- Switzer Park

##### 徒步步道起点：

- Heaps Peak 植物园日租区域
- Phoenix 2W09 步道

##### 非公路车辆 (OHV) 集结区域：

- Miller Canyon
- Pinnacles

### Heaps Peak Arboretum (讲解)

Heaps Peak Arboretum 是一片位于圣贝尔纳迪诺山脉海拔 6,000 英尺的独特绿洲，面积为四十英亩。体验植物园的本土植物和树木的多样性。示范园包含超过 30 种带鉴定标志的植物。展出植物有耐旱的，也有不耐旱的。植树园是幼儿享受森林和与父母一起体验自然的理想场所。提供野餐桌和垃圾桶。

有一个森林信息亭，天气允许的话，星期六和星期天上午 11 时至下午 3 时开放。全年无休开放。入口免费。您的车辆需要探险通行证或通用通行证才能停车。在周末信息亭开放时，可以在植物园购买 5.00 美元的每日通行证。

**针对 330 号公路上来自高地方向的路线指导：**沿 18 号公路西行，朝着 Arrowhead 方向行驶 4.5 英里。植物园在公路的右侧。

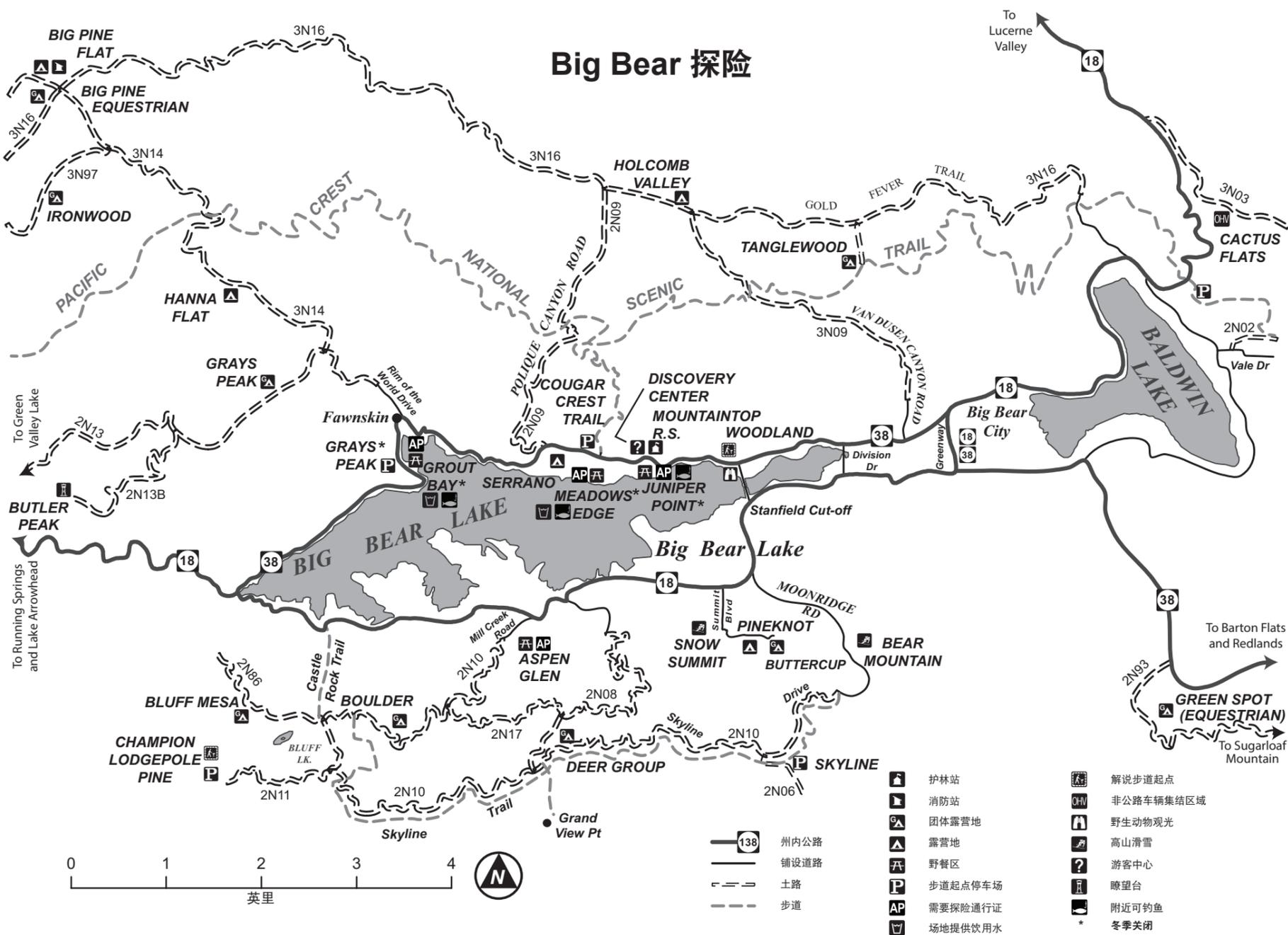
**距离和难度：**Heaps Peak Arboretum 步道长 3/4 英里，容易。

红杉步道 1 英里环路，容易。

**季节：**春、夏、秋 (潮湿季节请注意步道路况)。

**景点：**可应要求在红杉步道提供有向导游览。可以携带狗绳牵住的犬只。

## Big Bear 探险



### 步道指南 (讲解)

**Woodland Trail** 是一条 1.5 英里长的道路，穿过 Big Bear Lake 北侧的树林。步道起点在探索中心东侧，距离只有 5 分钟车程。可以在 Big Bear Discovery Center 获取志愿者编写的免费指南。需要探险通行证。

**Baldwin Lake Ecological Reserve** 是一个 0.6 英里长的讲解环道。这片独特的区域以支持高密度稀有植物物种而闻名。可以在 Big Bear Discovery Center 获取步道指南。

**Champion Lodgepole Pine** 步道起点在大熊湖南侧，该景观距离探索中心有 45 分钟车程(其中有 30 分钟需要在土路上行驶)。这段 1/2 英里长的步道将引领您进入全球最大的美国黑松林！

### 探险 4

#### Skyline

Skyline Trail 是一条多用途步道，其设计适用于远足者、山地骑行者和骑马者。它将成为新的南岸步道系统的骨干线路，连接现有的和未来要铺设的步道。

该步道的起点是林务局路 (Skyline) 2N10 和 (Radford Truck Trail) 2N06 的十字路口。这条越野步道由长距离路段、盘山路段和下坡路段组成，所有用户群体都可以从中发现乐趣。远眺山谷，您将看到无与伦比的美景，这次步道之旅必将成为您宝贵的户外体验。

不需要探险通行证或通用通行证。

**路线指导：** 在 Fawnskin 和 Discovery Center 之间的 38 号公路上北转进入 Forest Road 2N09。这条路后面一段的名称是 Polique Canyon Road，并且连接 Forest Road 3N16，即 Gold Fever Trail。该路线继续向东延续，出口在 Baldwin Lake 北侧。

**距离：** 15.4 英里。

**难度：** 中等

**季节：** 春、夏、秋。冬季请带好雪鞋和越野滑板。

**景点：** Mount San Gorgonio 的壮丽风景。

### 探险 5

#### Cougar Crest 远足

要欣赏最美的 Big Bear 风景，可以走这条沿着 Bertha Peak 山脊的短步道。这条步道缓缓穿过矮松林、杜松林和散布的 Jeffrey Pines 松树。两英里后与 Pacific Crest Trail (PCT) 相接。您可以继续走 PCT，约 40 英里长，穿越 Big Bear 区域！

**路线指导：** Cougar Crest 步道起点在 38 号公路上，距离 Fawnskin 2.3 英里。需要探险通行证。

**距离、时间和难度：** 到与 Pacific Crest Trail 连接点的距离是两英里，1.5 小时。这条步道比较困难，请带好足够的水！



BIG BEAR LAKE 的景色

**季节：** 全年。这个山坡朝南，冬天通常没有积雪。

**景点：** Big Bear Lake 的景色。

### 探险 6

#### 高山自行车专用道路 - 改进项目

高山自行车专用道路是沿着 Big Bear Lake 北岸铺设的一条路。在湖边漫步，然后沿着开阔的草地前进，最终穿过松林和杜松林。这条 2.5 英里长的路 (单向) 为非机动车道路，供行人、自行车手、慢跑者和散步者使用。

2016 年，Mountaintop Ranger District、San Bernardino National Forest、Big Bear Lake 市、Big Bear Municipal Water District 和 Southern California Mountains Foundation 携手合作，完成了两座桥的更换工作。后续还要进行道路加宽改造。

**路线指导：** 将车停在 Juniper Point 或 Meadow's Edge Picnic Area (需要探险通行证) 或 Big Bear Lake 北岸的 Stanfield Cut-off。

**距离和难度：**

2.5 英里，1-2 小时，简单，海拔上升幅度最小。

**季节：** 全年，但是在冬季 Juniper Point 和 Meadow's Edge Picnic Area 将关闭，以保护老鹰栖息地。

**景点：** 春天赏野花，夏天观水禽，秋天欣赏多彩的树叶，冬天仰望翱翔的雄鹰。可以携带狗绳牵住的犬只。

### 大熊探险

#### 收费休闲场所

##### 野餐区：

- Aspen Glen
- Grout Bay
- Juniper Point
- Meadows Edge

##### 徒步步道起点：

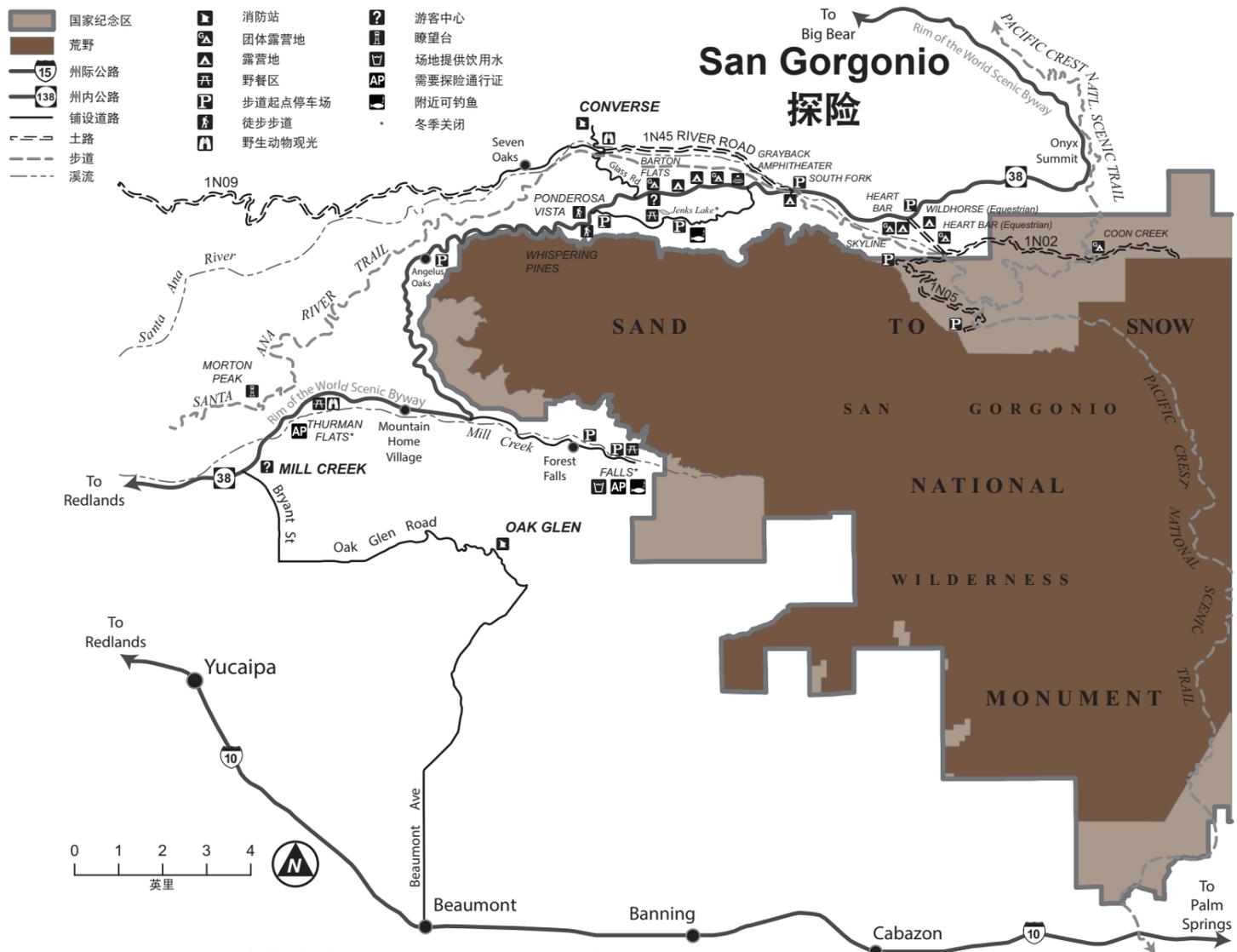
- Cougar Crest 1E22
- Grays Peak 1W06
- Pineknot 1E01
- Woodland 1E23

##### 非公路车辆 (OHV) 集结区域：

- Cactus Flats

##### 打靶区域：

- Big Pine Flats (3 个场地)
- Lightning Gulch
- Arrastre (2 个场地)



## 探险 7

### San Gregornio Wilderness 远足

在这个人类主宰的世界中，San Gregornio Wilderness 如同一片绿洲，它环拥南加州最高峰，San Bernardino Mountains 的主峰。在其界内有 59,000 英亩的林木、小型湖泊和大片荒芜的山坡。最高峰圣乔诺高达 11,500 英尺，是 2016 年建设的 Sand to Snow National Monument 的焦点。

进入荒野需要自由许可证。可以在 Mill Creek Visitor Center、Barton Flats Visitor Center（仅在夏季星期四至星期日开放）和 Big Bear



Discovery Center 亲自索要许可证。您也可以通过邮件、传真或 [www.sgwa.org](http://www.sgwa.org) 提出许可证申请，时间至少提前三个月。许可证会限额发放。当某步道起点的每日限额已满时，该区域将不再发放额外的许可证。

流行的荒野步道起点有 Vivian Creek、Momyer Creek、Forsee Creek 和 San Bernardino Peak。护林站和游客中心提供荒野地图。您既可以远足数小时，也可以长达一星期。在计划行程时，请务必征询林务局员工的建议。

**路线指导：**大部分步道起点均位于 Barton Flats 和 Forest Falls 地区。

**距离、时间和难度：**荒野中的步道难度为中度到艰苦不等。Mill Creek Visitor Center 和 Barton Flats Visitor Center 提供包含海拔信息的步道介绍指南。通往 Sand to Snow National Monument 的通道是 Vivian Creek Trail 和 Momyer Creek Trail。Vivian Creek Trail 是登顶 Mount San Geronio 的最短、最陡峭的路线。这条步道充满挑战和危险，具体取决于天气条件和您的技能：18.6 英里往返，海拔高度增加 5,300 英尺。Momyer Creek Trail 是登顶 San Geronio Peak 的一条较长的线路：26.4 英里往返，海拔高度增加 6,062 英尺。这两个步道起点都位于 Forest Falls 附近。**\*有关因 2015 湖边火灾而关闭步道的信息，请访问 <https://www.fs.usda.gov/detail/sbnf/home/?cid=fseprd510702>。**



使用移动设备  
扫描此二维码，访问  
<https://www.fs.usda.gov/detail/sbnf/home/?cid=fseprd510702>

**季节：**最好的徒步旅行时间是 6 月至 10 月。在年内其余时间，步道上覆盖着积雪，通常有冰，十分危险。南坡上的一些步道的无雪时间可能更长一些。请务必在护林站确认步道状况。

## 步道指南

**Whispering Pines** 是一条 0.5 英里的步道，专为 38 号公路沿线位于巴顿平原以西的学校和营地修建。步道指南遵循加州小学生科学课程要求。该指南包括鸟类清单和识别树木的关键信息。该指南可以在 Mill Creek Visitor Center 或 Barton Flats Visitor Center（仅夏季开放）的步道起点购买。仅在玩雪 / 雪地娱乐活动期间需要探险通行证。

## 景点

**Greyback Amphitheater** 有 San Geronio Wilderness Association 主办的星期六晚上节目。节目将从阵亡将士纪念日周末持续到劳动节周末。如需更多信息，请联系 Mill Creek Visitor Center，可于星期四至星期一致电 909-382-2882。

**Jenks Lake Panels** 展现了詹克斯上尉的生活和他造湖的过程。沿着经过铺设的 Jenks Lake 路前进可到达 Barton Flats 的 38 号公路。（5 美元停车费；这里不接受探险通行证）

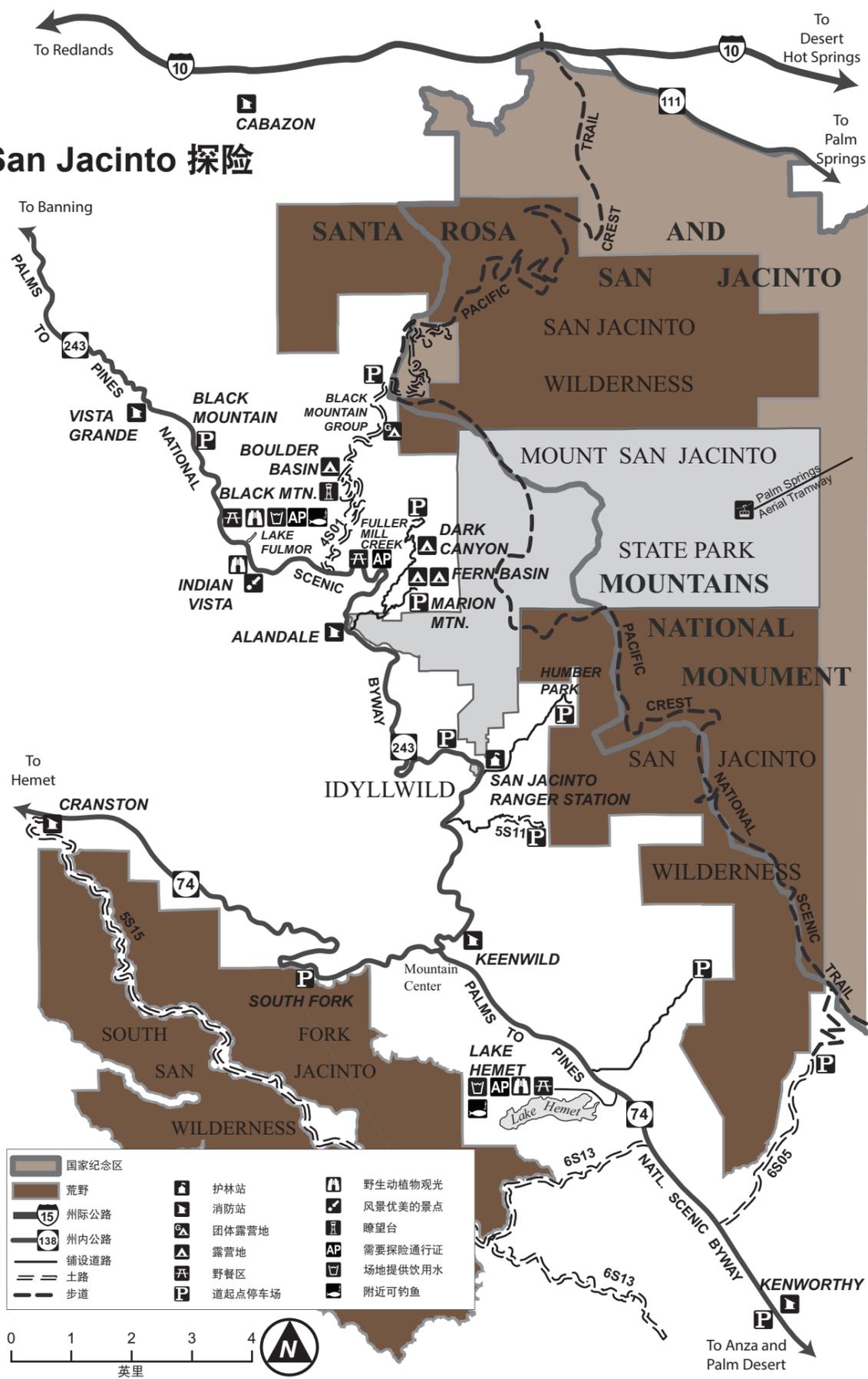
**Barton Flats Visitor Center** 标识牌描绘了塞拉诺印第安人、早期牧场以及该地区休闲活动开发之初的景象。

**Ponderosa Vista** 是一条较短的（1/3 英里）步道，可以俯瞰 Santa Ana River Valley 的景色。标识牌介绍了该地区的野生动物、树木和历史。步道起点与 Whispering Pines Trail 隔路相望。仅在玩雪 / 雪地娱乐活动期间需要探险通行证。

**Santa Ana River** 讲解标识牌位于 Barton Flats 以北的河流沿岸，展现了依靠河流生存的动植物，包括生活在水中的昆虫和鱼类。沿 Glass 路驶出 Barton Flats，2.5 公里后到达 River 路。向右转，前行 0.5 英里后出现一个标志。在第一个大岔道停车，然后步行到河边。

**Thurman Flats Picnic Area** 标识牌重点介绍了栖息在米尔溪沿岸地区的候鸟。需要探险通行证。

San Jacinto 探险



San Jacinto 和 Santa Rosa 地区因景观对比鲜明而闻名。松树和杉木形成的亚高山森林与沙漠的桶形仙人掌和棕榈树相距不远。观光者可以看到平原和连绵起伏的山丘，以及高耸入云的山峰，屹立在 Idyllwild 的小村庄旁。

San Bernardino Mountains 沿东西方向延伸，而这座山则沿着南北方向延伸。San Jacinto 是 Palm Springs、北侧及东侧其他荒漠社区、西侧 Hemet 以及南侧 Anza Valley 的大后方。

各种私营、县级、州立和国家设施全年为游客提供服务。请致电 Chamber of Commerce (951-659-3259)

了解住宿信息。County Nature Center (951-659-3850) 位于 Idyllwild 北侧，可以提供信息和展览。State Park Ranger Station (951-659-2607) 发放荒野许可证。

Forest Service Ranger Station 位于 Idyllwild 的商业区，在 Pine Crest Avenue 和 243 号公路交汇处 (909-382-2921)，出售书籍和地图，并发放荒野许可证。Santa Rosa 和 San Jacinto Mountains National Monument Visitor Center (760-862-9984) 位于 Palm Desert 的 74 号公路 51500，距离 111 公路 3.5 英里。该设施由土地管理局与林务局共同管理。这里设有讲解显示屏并提供关于国家纪念区休闲活动的信息，包括本土植物花园、有向导的远足、讲座和礼品店。



从 SUICIDE ROCK 眺望 TAHQUITZ PEAK 和 LILY ROCK 的风景

布拉德·埃利斯

探险 8

从棕榈树到松树的景观公路驾驶

沿着这条指定的国家风景道，从 Palm Desert 驶向 Banning Pass。这条 67 英里长的旅行路线将带领您从沙漠绿洲来到白雪覆盖的高山。许多路边下车点都带有讲解标识牌，介绍山区早期居民的生活、野生动物以及火对山区景观的影响。

**路线指导：**走 74 号州际公路向南开出 Palm Desert (海拔 248 英尺)。沿着 74 号公路向上开到沙漠山地，穿过 Garner Valley 抵达 Mountain Center。走 243 号州际公路开往 Idyllwild (海拔 5,303 英尺)。这条风景道继续沿着山边延展，穿过森林和丛林，进入 San Gorgonio Pass 的 Banning，海拔 2,349 英尺。

**距离和时间：**从 Palm Desert 到 Banning 67 英里，请至少计划 2 小时来欣赏全部风景。绕棕榈沙漠一圈大约 110 英里，需要 2 到 3 小时。

**季节：**这些公路全年开放，但是在冬天，降雪可能阻碍交通。出行之前，请务必查看山区天气。

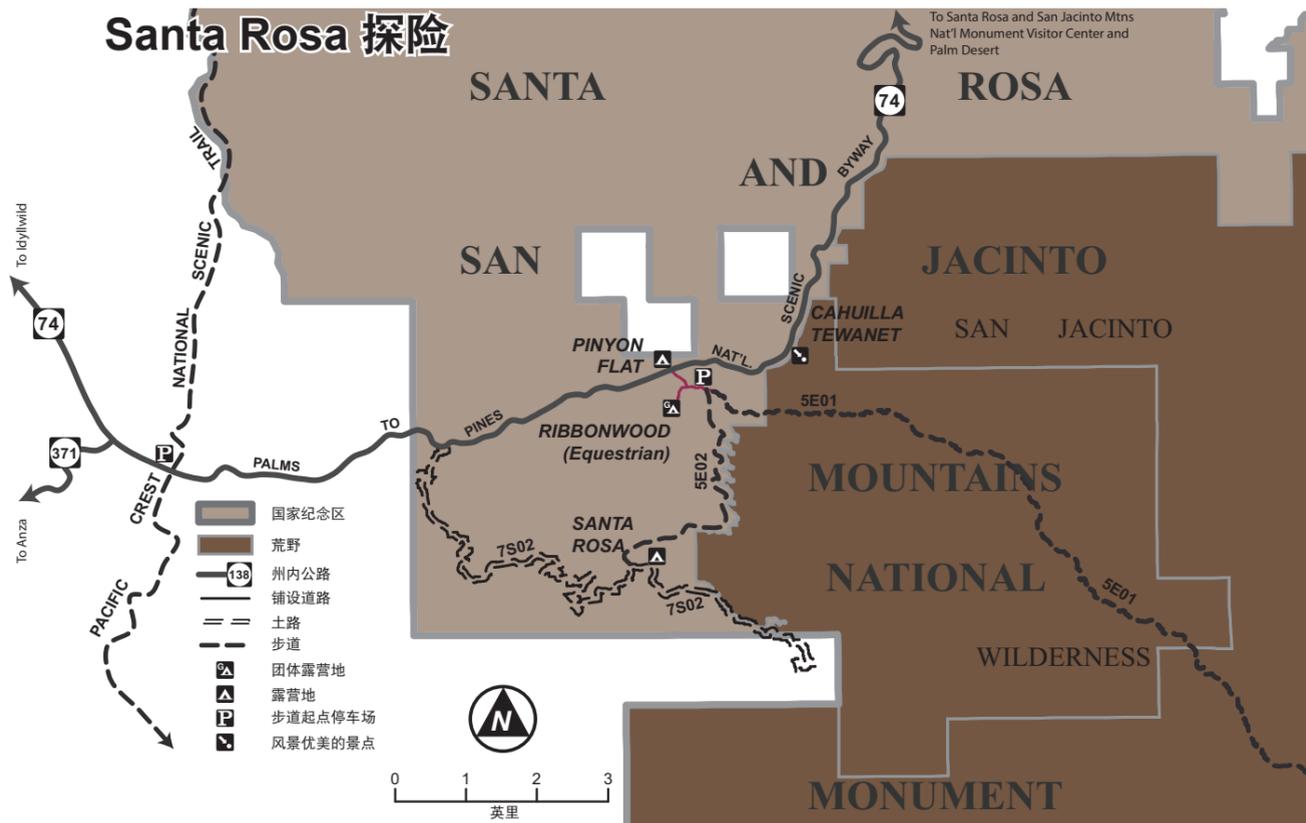
**景点：**Cahuilla Tewanet 讲解站、Garner Valley、Lake Hemet 湖、San Jacinto Peak、Idyllwild、County Visitor Center、Lake Fulmor 湖、Indian Vista 讲解标识牌、Banning Pass 的风景、San Andreas Fault、San Gorgonio Wilderness、Santa Rosa 和 San Jacinto National Monument。

探险 9

Humber Park Devils Slide Trail 和 Ernie Maxwell Trail

这两条步道开始于 Humber Park 的步道起点。Ernie Maxwell Scenic Trail 位于 Humber Park 脚下。这里可以停车。较轻松的步道有 2.6 英里长，起始海拔为 6,400 英尺。穿过沿途溪流后，您所在的海拔将降低 700 英尺，在此过程中您将穿过树林，欣赏到 Suicide Rock 的景色。Devils Slide Trail 位于 Humber Park 的山顶。这条路比较困难，从 Humber Park 到 Saddle Junction 海拔将上升 2.5 英里。这条步道的起点海拔为 6,400，当您沿着多条之字形道路远足时，您可以欣赏远方的风景，在不知不觉中海拔上升 1,700 英尺。Saddle Junction 连接的步道通往 San Jacinto Peak (10,834 英尺)、Palm Springs Aerial Tramway (8,516 英尺) 和 Tahquitz Peak Fire Lookout Tower (8,846 英尺)。需要提供日租荒野许可证，一个团体最多可以有 12 个人。由于使用人数众多，阵亡将士纪念日周末到劳动节周末的星期六和星期天只提供 30 个许可证。Humber Park 是收费区域，需要探险通行证或通用通行证。在任何荒野步道上都不允许骑山地自行车。

**路线指导：**从 Banning 的 10 号州际公路走 243 号公路，驶入 Idyllwild，或是继续走 74 号公路（通向 Palm Desert）。当您抵达艾德怀后，在 North Circle Dr. (这里是城市中心) 向东转，然后继续向北前进一英里，抵达 South Circle Dr.，在这里您将右转。在第一个路口左转进入 Fern Valley 路，这条路的尽头就是 Humber Park。建议您致电圣哈辛托护林站或中途在此停靠，获取最新的步道路况，然后再开往 Humber Park。



景点

**Indian Vista** 是一处风景优美的景点，距离 243 号公路几百英尺，在 Idyllwild 北部 9.5 英里。讲解标识牌上说明了火对于景观的影响。

**Alandale Fire Station** 是 243 号公路上一个安静的路边下车点，标识牌上介绍了在橡树林中生活的野生动物。

**Cahuilla Tewanet** 在 Idyllwild 南侧，74 号公路沿线。在这个景点，有一些标示介绍当地印第安人的文化。一些沿途的标示介绍了一些沙漠植物，以及 Cahuilla 如何使用它们。



从 SAN JACINTO 远眺 MOUNT SAN GORGONIO 的风景

经常封闭。出行之前，请拨打 760-862-9984 了解当前的道路封闭情况和条件。

探险 11

Thomas Mountain 乡村道路驾驶

如果您希望驶离主要公路，可以尝试将车开上 Garner Valley 附近的 Thomas Mountain。查尔斯·托马斯于 19 世纪 80 年代中期在 Garner Valley 定居，在这里饲养墨西哥长角牛并养大了 12 个孩子。他从卡维拉印第安人那里买了土地，后来将地卖给了圣贝纳迪诺的饲养员罗伯特·加纳。

**路线指导:** 从 Idyllwild 走 243 号公路，向南进入 74 号公路。继续走 74 号公路（驶向 Palm Desert）。经过 Lake Hemet 湖之后，右转驶入 Thomas Mountain Road (Forest Road 6S13)。沿着这条路行驶 8 英里到达山顶。从托马斯山露营地出发，徒步爬山 15 分钟到达顶峰。返程时，您可以继续沿东南方向行驶下山。10 英里之后您将重新进入 74 号公路。

**距离和时间:** 从 Idyllwild 往返的路程约 45 英里，其中包括 18 英里土路。行车时间大约为 2 到 3 小时。

**景点:** 土路需要爬山穿过丛林和松树林。沿路风景十分壮观。下方是 Lake Hemet 湖，东侧是 San Jacinto Range，天气晴朗的时候，您可以看到 Mount Palomar。

探险 10

Santa Rosa Mountain

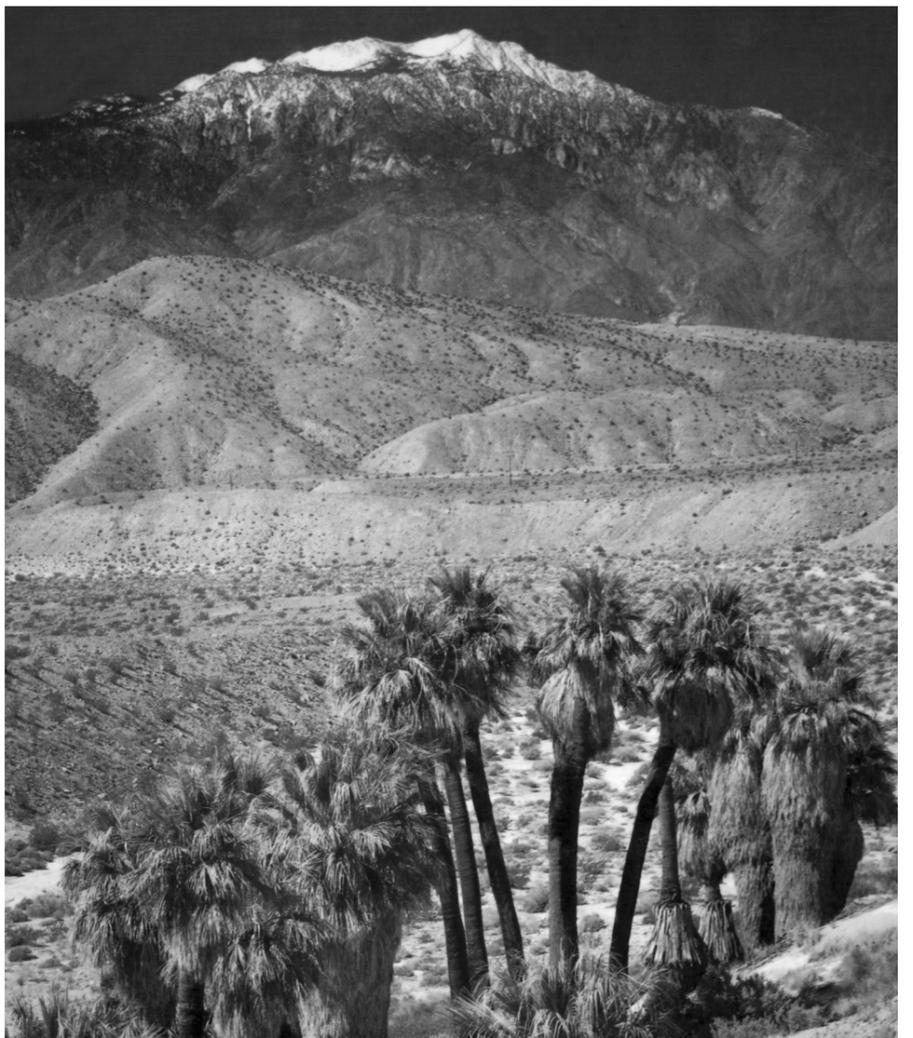
如果您想来一次真正的偏远地区探险，可以沿着有时颠簸崎岖的圣罗莎山路行驶，抵达 Santa Rosa Mountain 的最高海拔，享受美景与孤独。途中您可以找到几个 yellow post 露营地，可以发现适合远足的路段，也能欣赏到 Palm Canyon、Coachella Valley 和 Anza Valley 的风景。您可以找到六种不同的针叶树，其中包括只能在最高的山峰上见到的林木松。您可能会见到许多种野生动物，其中包括黑尾鹿、山猫、灰狐狸、松鼠、暗冠蓝鸦和山雀。

**路线指导:** 从 Palm Desert 的 111 号公路进入 74 号公路，向南行驶约 20 英里，或从 371 号公路与 74 号公路的连接点向东行驶 5 英里，进入 Santa Rosa Mountain Road (Forest Road 7S02)。

**距离和时间:** Santa Rosa Mountain Road (7S02) 是一条未经铺设的道路，不会经常评级。沿着这条路缓慢行驶 10 英里即可到达 Santa Rosa Peak。这条路未到 Toro Peak 峰会终止。请预留 2 - 3 小时的往返驾驶时间。这条路最适合驾驶四轮驱动车辆和高底盘车辆。这条路在冬天



LAKE FULMOR 湖



从棕榈树到松树

邦妮·阿德金斯

## 尊重所有野生动物

所有野生动物都有可能是危险的。请不要接近、互动、触摸或投喂野生动物。让它们按照日常的方式生活，寻找食物，留意捕食者和猎物，不被游客打扰。

**野生动物 + 距离 = 安全对于人和野生动物来说都是如此！**

为了保证您以及森林动物的安全，请遵守以下几条简单的规定：

- 儿童应始终在父母身边，不能离开视线范围。
- 千万不要让孩子与野生动物合照，即使它看起来比较温顺。
- 千万不要接近野生动物，尤其是看似被抛弃的动物幼崽，千万不要尝试投喂、抚摸或捕捉 / 触摸野生动物。
- 随时看管好宠物。
- 始终保持露营地清洁。将您的工具收集在一起，尽量减少您占用的空间。
- 确保您的睡觉区域、帐篷和睡袋没有食物和气味。
- 清洁烧烤用的烤架并恰当存放，避免熊以及其他野生动物接触。
- 请不要使食物、饮料或冰箱处于无人看管的状态。当您不在露营地时，请妥善存放它们，使熊和其他动物无法接近。如果可以，请使用防熊的食物存储锁和垃圾容器。
- 如果有熊或美洲狮靠近您，请慢慢后退并保持安全距离；不要跑；不要正视动物，可以发出声音，尽可能假装自己体型庞大。
- 请从步道或观察区观察野生动物或拍照。使用双筒望远镜、望远镜和长焦镜头。

关于更多与野生动物安全互动的信息，请访问网站：

<http://www.bebearaware.org/>

## 濒危物种

San Bernardino National Forest 是多种稀有或少见植物与动物生存的地方，由于它们需要特定的栖息地类型，例如草地或溪流，特定的土壤类型，因此数量较少，或是只在较小的范围内分布。森林里有约 20 种植物和 15 种左右的野生动物属于联邦濒危物种法规定的受威胁或濒危物种。此外，森林中还有约 95 种植物和 45 种动物属于美国林业局太平洋西南地区的敏感物种或关注物种。

要获取关于这些稀有和少见物种的更多信息，请访问以下网站：

<https://www.fws.gov/> 了解列入联邦濒危物种法的物种。

<https://www.fs.usda.gov/detail/r5/plants-animals/> 了解 USFS 列入的敏感物种。

<https://www.wildlife.ca.gov/> 了解加利福尼亚州保护物种。

为了保护动物物种，森林中的一些地区已封锁，请访问当前森林指令的快速链接 <http://www.fs.usda.gov/main/sbnf/home/>。

## 观鸟

您能想象超过一百万位旅行歌者开演唱会是怎样的壮观画面吗？在圣贝纳迪诺国家森林公园，春季或夏季的每个清晨都可以欣赏这样的表演。迁徙中的鸣鸟在这里驻足，落在树上、草地上、小溪的岸边和湖边休息。一些会留在这里筑巢度过夏天，另一些会继续向北飞。这些新热带区（新世界）的“移民”会在秋天回到墨西哥以及美国的中部和南部地区。这里包括人们比较熟悉的鸟类，例如金莺、蜂鸟、燕子、画眉、林莺、绿鹃和唐纳雀。



近年来，春天明显安静许多。由于繁殖地、迁徙路线沿线以及越冬地区的自然栖息地遭到破坏，迁徙的鸟有所减少。国家森林公园只是全球旅行的一站。应该发现并保护鸟类生活的区域。

观赏迁徙的鸟类的最佳地点是沿着溪流以及其他有大量植物和昆虫的区域。Thurman Flats Picnic Area 是知名的休息区。请到以下网站获取 San Bernardino National Forest 的鸟类列表，了解常见品种：

[www.fs.usda.gov/Internet/FSE\\_DOCUMENTS/fseprd535844.pdf](http://www.fs.usda.gov/Internet/FSE_DOCUMENTS/fseprd535844.pdf)

使用移动设备扫描此二维码，访问  
[https://www.fs.usda.gov/Internet/FSE\\_DOCUMENTS/fseprd535844.pdf](https://www.fs.usda.gov/Internet/FSE_DOCUMENTS/fseprd535844.pdf)



圣贝纳迪诺山谷奥杜邦协会 (Audubon Society) 全年提供观鸟游览。要获取更多信息，请拨打 909-307-2669 联系 San Bernardino County Museum。

## 是不是本土的植物或动物？ 冬季秃鹰数量统计 - 做一个民间科学家！

当植物和动物并非本土生长，并可能造成环境、经济或人员伤害时，即视为物种入侵。一些植物入侵的物种有：西班牙金雀花、英国常春藤、黄星蓟、怪柳或盐柏树、港口和喜马拉雅黑莓树。一些动物入侵的物种有：牛蛙、金鱼和放生到野外的家养动物（如狗、猫和猪）。

人类活动是引入入侵物种的主要来源。我们可以帮助阻止这种传播。方法是：

- 掌握知识：了解您所在地理区域的入侵物种。
- 理智种植：栽种本地物种，而不是入侵物种。
- 留心周围环境：在新的入侵物种传播和落地生根之前及时发现它们。
- 积极报告：向当地机构报告入侵物种。
- 主动采取措施：控制和根除现有入侵物种。
- 积极参与：形成当地的入侵物种观察组。

有数十只秃鹰通常在南加利福尼亚的湖边过冬，另外还有一些在这里筑巢的秃鹰全年在这里栖息。成年秃鹰的头部和尾巴在第五年会长出全白的羽毛。在那之前，它们有棕白相间的杂色羽毛。



每一年，圣贝纳迪诺国家森林公园都会与加州公园的加州鱼类和野生动物部门合作参与冬季的秃鹰数量统计活动。此活动在 Lake Hemet、Lake Perris、Lake Silverwood、Lake Arrowhead、Lake Gregory 和 Big Bear Lake 进行。数量统计活动对公众开放，在 12 月、1 月、2 月和 3 月的第二个星期六进行。

欢迎您在冬季的这些月份加入我们，一起完成秃鹰数量统计。无需经验。参与活动时请提前登记，只能在指定的时间前往指定的地点，请注意保暖，带上双筒望远镜和手表。数秃鹰非常有趣而且简单，只需几个小时即可完成。

**Know Before you GO**  
SAN BERNARDINO NATIONAL FOREST  
Check The Current forest Use Guidelines  
(909) 382-2600  
[www.fs.usda.gov/sbnf](http://www.fs.usda.gov/sbnf)

Smokey Bear (护林熊) 关于防火的五项规定



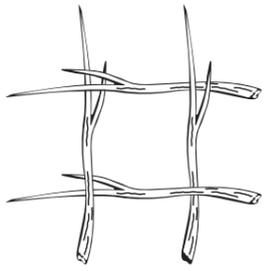
1. 只有人人负责，才能避免森林火灾。
2. 请小心用火。
3. 请不要玩火柴或打火机。
4. 请时刻照看您的篝火。
5. 离开之前，请确保您的篝火已经完全熄灭。

自然食腐动物狩猎

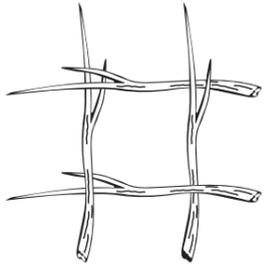
您在森林中游玩的时候，是否会发现以下事物？

- 动物的窝 (请不要打扰)
- 一片羽毛
- 鸟巢 (请不要触摸)
- 一些松鼠可以吃的东西
- 一些不是来自大自然的东西
- 一片锋利的叶子
- 一些您可以用作工具的东西
- 动物的踪迹
- 一个多刺的松果
- 一朵颜色鲜艳的花
- 正在搬运东西的蚂蚁
- 有翅膀的昆虫

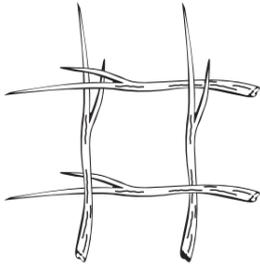
使用移动设备扫描此二维码，访问  
<https://www.fs.usda.gov/main/sbnf/learning/kids>



T  
A  
C



T  
I  
C



T  
O  
E

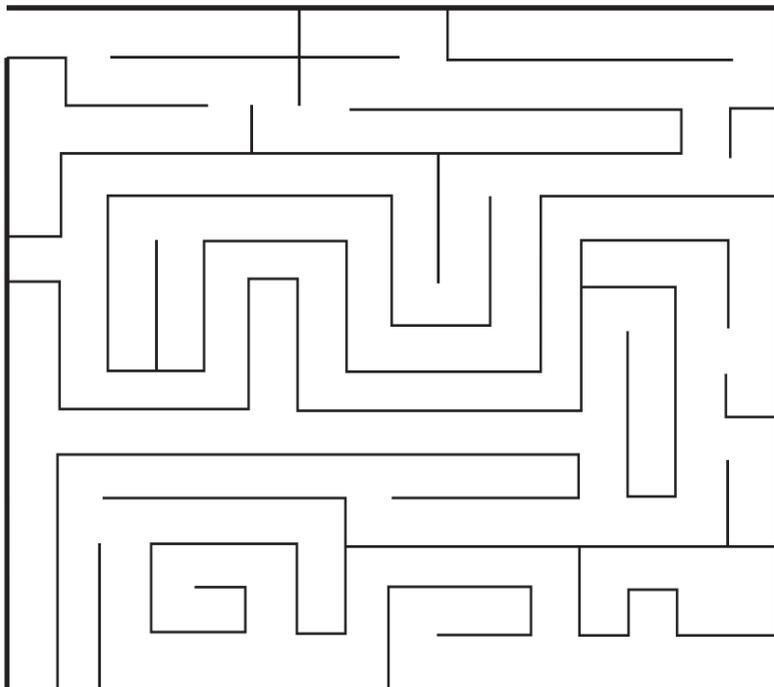


<https://www.everykidinapark.gov/>

从此处开始 >>>



帮助 Smokey 走出迷宫



使用词语 NATIONAL FOREST 中的字母，您可以造出多少个单词？

示例： EAR SNAIL

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 森林探险通行证计划

在南加利福尼亚国家森林，探险通行证计划的实施至今已有 20 年历史。1996 年，国会通过了对林务局的法律授权，允许其针对娱乐用途收费。在南加利福尼亚国家森林休闲的人们需要购买通行证以使用森林中许多受欢迎的站点，并且要排放在车上展示。通行证的价格为 5 美元一天，全年通行证的价格为 30 美元。

## 什么是探险通行证？

圣贝纳迪诺国家森林公园是南加利福尼亚游客最多的四个森林公园之一，属于探险通行证计划的一部分。全部四个森林公园都要接待众多游客，需要持续维持其界内指定的已开发站点的运营状态。探险通行证是一种日租费用，针对支持大量访客的设施和服务收取。因为这是休闲“使用”费用而不是“入园”费，因此对于行车穿越森林或“偶然”活动不收费，例如停车拍照、眺望已开发地区或使用洗手间。单个的已开发休闲站点（例如露营 **NATIONAL FOREST ADVENTURE PASS** 地）可能需要单独的露营过夜费。售卖探险通行证获得的资金用于修复和维护整个圣贝纳迪诺国家森林公园内的多条步道。

## 在哪些地方需要使用探险通行证？

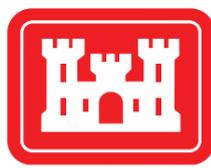
当您在某些指定的站点停车时就需要使用探险通行证。请联系距离最近的护林站或访问探险通行证网站，获取当前的收费区域和站点列表。圣罗莎和圣哈辛托山地国家纪念区不需要使用探险通行证。



修路员工



拜妮·阿德里安



## 在哪里购买探险通行证？

护林站、游客中心，许多当地企业（供应商）也出售通行证。您可以搜索距您较近的供应商，也可以在探险通行证的网站上在线购买：  
[www.fs.usda.gov/adventurepass](http://www.fs.usda.gov/adventurepass)

使用移动设备  
扫描此二维码，访问  
[www.fs.usda.gov/adventurepass](http://www.fs.usda.gov/adventurepass)



## 充分利用支付的休闲费用！

使用移动设备扫描此二维码，访问  
<https://www.fs.usda.gov/detail/r5/passes-permits/recreation/?cid=STELPRD3791132>

## 规划自己的行程吧！

请在讲解地图上找出您的休闲站点。

使用移动设备扫描此二维码，访问  
<http://www.fs.fed.us/portaldata/r5/ap/map/>



## 如何支付通知应付费用 (NRF)?

有两种方式补交 5 美元的费用

- 1) 在提供的信封中放入支票或现金并邮寄，支付 NRF
- 2) 电话支付，拨打电话 909-382-2623 使用信用卡支付

## 探险通行证免费日期：

2017 年 6 月 10 日，国家户外活动日      2018 年 1 月 15 日，马丁路德金纪念日  
2017 年 9 月 30 日，国家公共土地日      2018 年 2 月 19 日，总统日  
2017 年 11 月 11-12 日，美国退伍军人节

根据联邦民权法和美国农业部 (USDA) 民权法规和政策，在美国农业部执行或资助的任何计划或活动中，美国农业部、其代理机构、办公室和员工以及参与或管理美国农业部计划的机构不得基于种族、肤色、国籍、宗教、性别、性别认同（包括性别表现）、性取向、残疾、年龄、婚姻状况、家庭/父母身份、收入来自公共援助计划、政治信仰而产生歧视，或因以前的民事权利活动进行报复（并非所有计划都涉及全部基本因素）。补救和投诉提交截止日期因计划或事件而有所不同。需要使用替代沟通方式（例如盲文、大型印刷、录音带、美国手语等）了解项目信息的残疾人请拨打 (202) 720-2600 联系负责机构或美国农业部的 TARGET 中心（语音和 TTY），或拨打 (800) 877-8339 通过联邦政府电话中转服务部门与美国农业部联系。另外，还可以使用英语之外的语言提供计划信息。如果您打算就歧视行为提起诉讼，请填写《美国农业部计划歧视行为投诉表》，AD-3027，您可以在 [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html) 上找到该表格，另外，您也可前往任何美国农业部办公室或写信提供表格中需要的所有信息。要索取投诉表，请致电 (866) 632-9992。将填好的表格或写好的信提交到美国农业部的方式包括：(1) 邮寄：U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) 传真：(202) 690-7442; 或 (3) 电子邮件：program.intake@usda.gov。美国农业部是提供均等机会的提供商、雇主和贷款人。

2017 年 5 月出版，圣贝纳迪诺国家森林公园此出版物使用探险通行证计划的基金提供。使用再生纸打印。  
R5-RG-270



## 通用通行证

通用休闲通行证包括六种地区通行证：年度通用通行证、老年通行证、入园通行证、军人通行证和志愿者通行证。黄金岁月通行证、老年通行证和入园通行证不会过期，并且持这些通行证可以在全国范围内使用，涵盖所有林务局、国家公园管理局、土地管理局、农垦局和美国鱼类及野生动物管理局收费站点门票以及标准设施费用（探险通行证等）。

通用年度通行证自发放之日起一年内有效，涵盖门票以及标准设施费用（探险通行证等）。不提供其他折扣。价格为 80 美元。

通用老年通行证是针对 62 岁及以上美国公民和永久居民发放的终身通行证。除了通用年度通行证提供的福利外，通用老年通行证的持有者还可以在使用露营地、高度成熟站点、游泳、乘船和专门的讲解服务时享受高达 50% 的费用折扣。目前的价格为 10 美元。将改为年度 20 美元或终身 80 美元。

通用入园通行证是针对有医疗诊断和文档证明失明或永久性残疾的美国公民和永久居民发放的终身通行证。此通行证与通用老年通行证待遇相同。有免费通行证。

通用军人通行证与通用全年通行证待遇相同。此通行证对于现役军人及其家属是免费的，但需要进行相应的身份确认，要了解更多信息，请访问 [www.fs.fed.us/passespermits/military.shtml](http://www.fs.fed.us/passespermits/military.shtml)。

通用志愿者通行证与通用全年通行证待遇相同。对于每年登记的志愿服务时间超过 250 个小时的志愿者，志愿者通行证是免费的。此通行证可以通过跟踪和记录志愿时间的机构志愿者计划协调员获得（参见第 8 页）。

Every Kid in a Park（每个孩子进公园）通行证 (EKIP) 这个四年级通行证是 Every Kid in a Park（公园中的每个孩子）计划的一部分，该计划的目的是让美国的青少年接触户外环境。此通行证免费授予每个四年级孩子，但他们要从 Every Kid in a Park（每个孩子进公园）网站 [www.ekip.gov](http://www.ekip.gov) 上获取“纸质通行证”。

