

## ➔ Thời gian

- Ngày đi: **13, 14, 15/04/2019** (thứ 7, chủ nhật & thứ 2 – ngày lễ giỗ tổ Hùng Vương).
- Time: xuất phát tối ngày **12/04/2019 (tối thứ 6)** và về Sài Gòn rạng sáng ngày **16/04/2019 (thứ 3)**.
- Thời gian trekking: **3 ngày 2 đêm**.
- Quãng đường dự kiến: **55km**.
- Số thành viên của team: **10 người**.
- Có porter & guider. Chi phí cho porter là **3,5 triệu**, guider là **2,5 triệu**.

## ➔ Xe di chuyển cho cả team

- **Xe giường nằm đi: Ngày 12/04/2019.**
  - + Time: Xuất bến lúc **21:30**.
  - + Tuyến Sài Gòn – chợ Đà Loan.
  - + Giá vé: **200k/vé**.
- **Xe di chuyển từ chợ Đà Loan – bìa rừng Tà Năng.**
  - + Xe máy cà.
  - + **1000k/cả team**.
- **Xe trung chuyển từ UBND xã Phan Dũng – Liên Hương (30km).**
  - + Xe **16** chỗ.
  - + **500k/cả team**.
- **Xe giường nằm về: Ngày 15/04/2019.**
  - + Time: Xuất bến lúc **21:00**.
  - + Tuyến Tuy Phong – BX Miền Đông.
  - + Giá vé: **140k/vé**.

## ➔ Chuẩn bị về dụng cụ, thiết bị.

### ❖ DỤNG CỤ THUÊ

- **Thuê 4 lều** (loại lều 2 lớp Outwell **4 người/lều**). Chi phí: **50k x 3 ngày x 4 cái = 600k**.
  - + Giá: **50k/lều/ngày**.
  - + Nặng: **2.5kg**, túi đựng dài **80cm**.
  - + Kích thước: Dài **2.0m** - Rộng **2.0m** - Cao **1.20m**.
- **Chiếu cách nhiệt (thuê 8 cái)**. Chi phí: **10k x 8 cái = 80k**.
  - + Kích thước: **1m x 2m** (có thể nằm 2 người).
  - + Nặng: **0.7kg**.
  - + Giá: **10k/cái/chuyến đi**.
- **Túi ngủ giữ ấm (thuê 10 cái)**. Chi phí: **20k x 3 ngày x 10 cái = 600k**.
  - + Giá: **20k/cái/ngày**.
  - + Kích thước: **195 x 70cm**.
  - + Nặng: **0.65kg**.
  - + Nhiệt độ: **khoảng 20 độ**.
- ❖ **Đèn lều, đèn pin, bật sinh hoạt:** Bên guider và porter sẽ lo, không cần phải thuê.

## ❖ DỤNG CỤ CÁ NHÂN

- **Balo:** vì mọi người chỉ mang đồ dùng cá nhân, nên balo mọi người có thể tùy chọn. Nhưng cũng ưu tiên những loại balo chuyên cho leo núi hoặc trekking, kèm theo áo mưa cho balo.
- Giày leo núi hoặc trekking (để giày có gai lớn, độ bám tốt). Chọn loại size lớn hơn 1 size thường mang.
- **3** bộ đồ đủ cho 3 ngày (ưu tiên đồ thể thao gọn nhẹ, thoáng mát và co giãn tốt).
- **1** áo khoác.
- Mũ nón, khăn chống nắng.
- **1** đôi dép tông để đi lại sinh hoạt tại điểm hạ trại và lội suối.
- Đồ bảo hộ găng bó gối, cổ chân ... để tránh rủi ro trật khớp.
- Một số đồ ăn thêm: mì tôm, xúc xích, giò chả, chà bông, trái cây, đồ ăn khô.
- Áo mưa cá nhân.
- Vật dụng khác:
  - + Nước tăng lực, viên sủi C, tắc, muối, đường glucose, chocolate.
  - + Túi nilon: đựng rác, chống thấm cho đồ đạc.
  - + Khăn giấy, giấy vệ sinh.
  - + Pin dự phòng.
  - + Vớ cổ lửng hoặc cổ cao.
  - + Thuốc chống muỗi, băng cá nhân, kem chống nắng.
  - + Thuốc phù hợp với từng cá nhân.

## ❖ DỤNG CỤ MUA CHO TEAM

- Lưới thả cá.
- **Nước uống cho cả chuyến đi:** Trung bình 5l/người = 50l. Dự phòng 10l. **Tổng 60l (40 chai 1,5l).**
  - + Nước Aquafina: chai **1,5l/10k**.
  - + **40 chai 1,5l = 400k.**

## ➔ Lịch trình chi tiết:

- ❖ **XUẤT PHÁT: 21:30, tối thứ 6 ngày 12/04/2019 (TẠI SÀI GÒN)** di chuyển bằng xe giường nằm.
- ❖ Các bác có mặt lúc trước **30 phút** tại bến xe.

## ➔ Thời gian di chuyển và điểm cắm trại có thể thay đổi để phù hợp với tình hình thực tế, tốc độ đi của cả team và đã được tính thời gian dự phòng.

### TREKKING NGÀY 1 – 13/04/2019: TRUNG BÌNH 15 – 18km.

- **05:00am:** Đến chợ Đà Loan, ăn sáng – cà phê (check in chợ Đà Loan).
- **06:30am:** Đi xe máy cày để di chuyển đến bìa rừng Tà Năng – bắt đầu khởi động và trekking. Mọi người sẽ nhận nước và mang vừa đủ cho một ngày.
- **07:00am:** Trekking băng qua các vườn cà phê, đồi thông, nhà hoa giấy và những con suối nhỏ.
- **10:00am:** Di chuyển qua các con dốc ngắm đồi thông view cảnh trên cao.
- **11:30am:** Dừng lại trên đồi thông nghỉ ngơi, ăn trưa: ăn cơm đã đặt sẵn và nghỉ trưa.
  - + Cơm đặt nấu sẵn từ Tà Năng và mang theo từ sáng.
  - + **40k/phần** cơm trưa
- **01:00pm:** Bắt đầu di chuyển tiếp đến đồi cỏ, đến cột mốc 3 tỉnh.
- **04:30pm:** Di chuyển trên đồi cỏ cháy và đồi thông, đến điểm hạ trại. (Điểm hạ trại được chọn là nơi lý tưởng nhất) ngắm cảnh chụp hình hoàng hôn. Chuẩn bị lều trại, đồ ăn tối.
- **06:30pm:** Ăn tối: cháo gà, gà nướng mọi, thịt xiên nướng mọi, rượu. Tâm sự đêm khuya.
  - + **2** con gà nướng mọi.
  - + **1** con gà nấu cháo.
  - + **3kg** thịt nướng.
  - + Rau củ các loại.

## TREKKING NGÀY 2 – 14/04/2019: TRUNG BÌNH 18km (TREKKING QUA THÁC YALY)

- **05:00am:** Dậy đón bình minh, ngắm cảnh và săn ảnh bình minh trên ngọn đồi thơ mộng, ăn sáng, mỳ ly, chả lụa, cà phê, ngũ cốc.
- **07:30am:** Di chuyển tới con suối lý tưởng, tắm suối, ngâm chân.
- **11:00am:** Tới thác Yaly. Nghỉ ngơi, ăn trưa, ngắm cảnh, chụp hình, tắm thác và tận hưởng thác Yaly. Bơi, quẩy dưới thác, nhảy cầu huyền thoại thử thách cảm giác mạnh.  
+ Cơm trưa được đặt theo phần ăn từ Phan Dũng mang vào.
- **03:00pm:** Di chuyển đến nhà Già Lê (đồng bào bìa rừng Phan Dũng).
- **04:00pm:** Đến nhà **Già Lê**, hạ trại, thả lưới bắt cá, nấu ăn.
- **06:30pm:** Ăn tối: cơm, canh chua cá, thịt xào, rau xào.  
+ Mọi người cùng nhau nấu cơm tối.
- **09:00pm:** Kéo lưới, nướng cá chiến tiếp. Tận hưởng buổi tối trong rừng Phan Dũng.  
❖ Chi phí cho cả ăn trưa và tối: khoảng **1,5 triệu**.

## TREKKING NGÀY 3 – 15/04/2019: TRUNG BÌNH 20km

- **05:30am:** Dậy ăn sáng, vệ sinh cá nhân.
- **07:30am:** Di chuyển ra bìa rừng Phan Dũng.  
+ Mọi người **KHÔNG** đi xe thồ ra UBND xã Phan Dũng, trekking toàn tập.
- **12:00pm:** Ra tới xã Phan Dũng, nghỉ ngơi, ăn trưa.
- **09:00pm:** Lên xe về Sài Gòn.

❖ **Mình sẽ có buổi chiều ngày thứ 3 để dự phòng, nếu cả team đi đúng như lịch trình, chiều ngày 3 mình ra tới Liên Hương và đi biển Cổ Thạch chơi, sau đó ăn tối và lên xe về lại Sài Gòn.**

## ➔ Chi phí dự tính

- Tiền xe di chuyển: **2000k (xe đi) + 1400k (xe về) + 500k (trung chuyển) + 1000k (trung chuyển) = 4900k.**
- Tiền porter & guider: **2500k (guider) + 3500K (porter) = 6000k.**
- Tiền ăn ngày 1: **30k (sáng) + 40k (trưa) + 100k (tối) = 1700k.**
- Tiền ăn ngày 2: **1500k.**
- Tiền ăn ngày 3: **2000k.**
- Tiền nước: **400k.**
- Tiền thuê lều, túi ngủ và chiếu cách nhiệt: **1280k.**  
❖ **Tổng: 4,9tr + 6tr + 1,7tr + 1,5tr + 2tr + 400k + 1,280tr = 17.780.000.**  
❖ Chi phí mỗi người vào khoảng: **1.778.000 VND.**  
❖ Chi phí dự phòng cho mỗi người: khoảng **300k.**