

阿瑞 Jeffrey

尹振飞 · 户外教练 / 高级户外指导员 / 中英双语带队

✉ jeffreyyzf@gmail.com

小红书: 阿瑞 (户外版) · 101754124

户外专业资质

技术认证

领攀 (凯乐石) 户外教练

技术认证

CMA 中国登山协会高级户外指导员

环境教育

LNT 无痕自然 二级讲师

安全急救

WAFA 野外高级急救员 · AHA 急救员

语言技能

中英双语带队

户外教育与线路组织

青少年技能教学

擅长将硬核的户外技能 (指南针地图识别、绳索应用、营地建设、野外烹饪) 转化为适合青少年的互动课程。

LNT 理念实践

带队过程中引导学生建立环保意识, 实地践行"无痕自然"准则, 培养学生的自然责任感。

线路规划与风险管控

独立策划并执行多条中高难度徒步线路。擅长根据学生体能水平评估风险, 制定详细的行前安全方案与应急预案。

轻量化 (UL) 徒步推广

推广轻量化登山理念, 帮助青少年在保证安全的前提下, 通过科学的装备搭配提升户外运动的舒适度与安全性。

个人带队经历

江浙沪 带队 40+ 单日及多日徒步路线

国内长线 乌孙古道、南太行、亚丁大转山、贡嘎转山、漓江百公里、麦理浩径、梅里东坡、雨崩等

登山路线 翁巴圣山、四姑娘山大峰

国际线路 带队日本熊野古道、济州岛偶来小径; 个人走过英 / 韩 / 澳等地徒步路线

自我评价

我不仅是一名提供安全保障的向导, 更是一名户外价值观的传递者。我坚持"专业、有趣、不说教"的原则, 致力于让青少年在真实的大自然中锻炼体能与心智。我拥有完整的户外资质体系支撑, 能够配合国际学校完成从线路开发到现场执行的全流程工作。

专业

有趣

不说教



小红书 阿瑞 (户外版) 小红书号 101754124

扫码或搜索小红书号, 在小红书找到我 · 户外探索频道