

月相与天色影响： 农历十五前后（满月）强光会遮蔽银河与弱星，建议优先选择农历二十五至初八（新月前后）出行；夜间天气多变，切勿仅凭白天晴天判断，须提前查看山顶实时云层预报。

商业团与自驾观星区别： 约翰山（Mt John）夜间有闸门管控，23:00 后非商业团车辆禁止上山。自驾游客推荐前往好牧羊人教堂（Church of the Good Shepherd）或 Lake McGregor 避开人流。

保暖与避坑防冻：蒂卡波夜间温度即使在夏季亦可降至 0~5℃，冬季可达 -10℃。必须穿防风羽绒服、戴厚手套并贴暖宝宝，相机电池在低温下耗电极快，需随身准备备用电池与保温贴。

严禁白光与强光手电：保护区内全域禁止照射强光白光或开启汽车远光灯。白光会破坏人类眼睛的暗适应能力（需 20 分钟重新适应），并严重干扰他人观星与长曝光摄影。

红光手电与手机设置： 仅允许使用红光手电筒照明；手机屏幕请提前调至最低亮度，或开启 iOS/Android 的“红色滤镜/暗色暗夜模式”。

拍照补光禁忌：人像补光切忌用闪光灯直射，应使用低亮度红光或弱暖光在侧面瞬间“扫光”（0.5~1 秒即可），避免形成惨白过曝或破坏暗夜环境。



扫码探索寰宇私旅

<https://www.chtnz.com/>



相机/手机人像拉丝银河与星空参数配置

■ 专业相机（单反/微单）银河人像参数

镜头与光圈： 使用超广角镜头（14mm - 24mm），将光圈开至最大（f/1.4 - f/2.8），以获取最大进光量。

ISO 感光度与快门： ISO 建议设定为 3200 - 6400；快门速度遵循“500 法则”（ $500 \div \text{焦距} = \text{最高不拖尾秒数}$ ），通常设置为 15s - 20s。

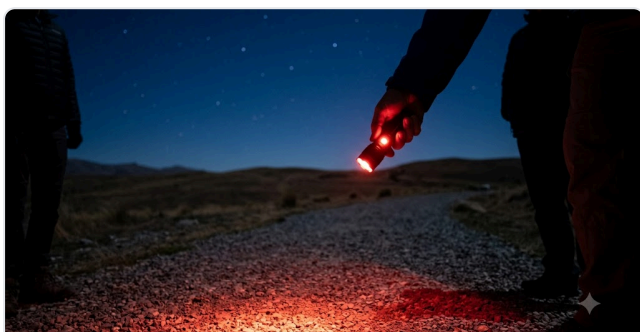
人像静止与补光技巧： 模特需在曝光期间（15秒）保持绝对静止；在前 2 秒使用弱暖光手电从侧面快速扫过人物，后 13 秒保持黑暗，即可获得清晰银河人像。

■ 智能手机（iPhone / Android）夜景与星空模式

iPhone 开启 30 秒夜景： 将 iPhone 固定于三脚架上，系统检测完全稳定后，夜间模式秒数上限会自动从 10 秒解锁至 30 秒，手动选择 30 秒曝光。

安卓/专业模式 (RAW)： 开启 Pro/专业模式，ISO 设为 1600-3200，快门 15-30 秒，手动对焦（MF）拉至无穷远（ ∞ ），开启 RAW 格式留出后期空间。

必用防抖设备： 星空拍摄严禁手持，必须使用稳固三脚架，并设置 2 秒或 10 秒定时倒计时按快门，防止按按键时的手抖导致画面模糊。



Aoraki Mackenzie International Dark Sky Reserve, New Zealand

暗夜保护区仅限使用红光照明



Aoraki Mackenzie International Dark Sky Reserve, New Zealand

银河人像与星轨拉丝拍摄示例



扫码探索寰宇私旅

<https://www.chtnz.com/>

