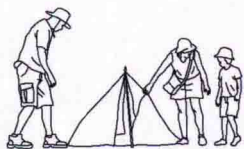




还在为准备露营而焦虑吗？
读完本书，相信你会爱上露营！



我的第一本 露营书

【韩】金知善 李陈秀 李尚根 著
汪洁译



我的第一本 露营书

【韩】金知善 李陈秀 李尚根 著
汪洁 译



Enjoy Camping Bible Copyright © 2013 by 金知善, 李陈秀, 李尚根
All rights reserved Simple Chinese Copyright © 2015 by CHINA MACHINE
PRESS Simple Chinese language edition arranged with NEXUS CO., LTD.
through Eric Yang Agency Inc.

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2014-4748号

图书在版编目 (CIP) 数据

我的第一本露营书 / (韩) 金知善, (韩) 李陈秀,
(韩) 李尚根著; 汪洁译. — 北京: 机械工业出版社,
2015.7

(乐享户外)

ISBN 978-7-111-50454-2

I. ①我… II. ①金… ②李… ③李… ④汪…
III. ①野营 (军事体育) — 基本知识 IV. ①G873

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第123586号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑: 谢欣新

责任编辑: 孟 幻

封面设计: 吕凤英

责任校对: 陈延翔

责任印制: 李 洋

北京汇林印务有限公司印刷

2015年8月第1版·第1次印刷

145mm × 210mm · 5.625印张 · 145千字

标准书号: ISBN 978-7-111-50454-2

定价: 32.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线: (010) 88361066

机工官网: www.cmpbook.com

读者购书热线: (010) 68326294

机工官博: weibo.com/cmp1952

(010) 88379203

教育服务网: www.cmpedu.com

封面无防伪标均为盗版

金书网: www.golden-book.com



目 录

006 序言

014 导读：值得推荐的露营指南

- 016 · 根据预算推荐各种露营装备
按照6000元的预算 / 按照12000元的预算 / 按照18000元的预算 / 按照24000元的预算

- 020 · 按季节计划露营活动
春 / 夏 / 秋 / 冬

- 024 · 优质露营场所应具备的条件
仔细确认好居住地附近的露营场所和配套设施

- 028 · 装备检查表
装备检查表

030 CHAPTER 1 >> 愉快露营的概念

- 032 · 只有知道了什么是露营才能够愉快地出发
露营的优点 / 露营的缺点 / 愉快露营know-how

·必需露营装备的购买策略

高价装备VS低价装备 / 根据目的选择装备的方法 / 二手装备 / 比起露营装备的购买，露营场所的选择也尤为重要

·露营的基本装备：帐篷和遮阳篷

温馨的家：帐篷 / 凉爽的遮阳篷、防水布 / 其他的帐篷和遮阳篷构成用品

·休息用露营必需品

能够让您舒适休息的椅子 / 舒适的吊床 / 舒适的露营用睡袋 / 露营用地垫和电热毯 / 冬季露营装备：露营专用床

·能够制作出美味食物的露营炊具

用于加热食物的燃气灶 / 组合式厨房用具，便携式燃气灶 / 用于保持食物新鲜度的冰箱 / 饮水用水壶 / 篝火晚会用炉台 / 万能的烤架 / 能够烤出美味烤肉的BBQ烤肉架 / 能够做出美味食物的露营用荷兰锅 / 其他必需的露营用厨房用品

·除衣食住之外的其他露营用品

点亮黑暗的照明用品 / 给帐篷打包时用到的扫帚 / 便携式电子用品

120 **CHAPTER 3 >> 我们也去露营吧! 汽车露营&美化环境**

122 • 露营车的种类

可以起到帐篷作用的露营车 / 可以另带车厢的露营车 / 露营车100%活用法 / 把露营装备放入车内的方法

132 • 露营场所的选取&装饰露营场所

选取露营场所的三个条件 / 把露营场所装饰得别具一格

138 **CHAPTER 4 >> 独具特色的露营食物制作&生火方法**

140 • 露营时我们吃什么呢?

做好露营食物的诀窍/用便携式燃气灶做饭

143 • 露营食谱

记忆的便当 / 美味的盖饭 / 甜辣味道的炒瘦肉 / 饭盒方便面 / 超简单的金枪鱼粥 / 爽口的金枪鱼沙拉 / 外焦里嫩的烤土豆 / 香格里拉 / 美味的蔬菜甜饼 / 木炭烤土豆・烤地瓜 / 水果华夫饼

154

·超简单的生火方法

劈木柴 / 给火炉生火的简单方法 / 清理火炉的方法

160

CHAPTER 5 >> 乐享露营的秘诀

162

·在大自然中乐享露营游戏

没有工具也可以玩的儿时游戏 / 用一些超简单的工具玩的儿时游戏

171

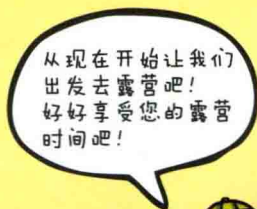
·露营时的注意事项

看不见的规则 / 露营场所内发生事故的应急处理方法 / 露营结束后的整理

178

·附录

我的露营检查表



我的第一本 露营书

【韩】金知善 李陈秀 李尚根 著
汪洁 译



Enjoy Camping Bible Copyright © 2013 by 金知善, 李陈秀, 李尚根
All rights reserved Simple Chinese Copyright © 2015 by CHINA MACHINE
PRESS Simple Chinese language edition arranged with NEXUS CO., LTD.
through Eric Yang Agency Inc.

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2014-4748号

图书在版编目 (CIP) 数据

我的第一本露营书 / (韩) 金知善, (韩) 李陈秀,
(韩) 李尚根著; 汪洁译. — 北京: 机械工业出版社,
2015.7

(乐享户外)

ISBN 978-7-111-50454-2

I. ①我… II. ①金… ②李… ③李… ④汪…

III. ①野营 (军事体育) — 基本知识 IV. ①G873

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第123586号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑: 谢欣新

责任编辑: 孟 幻

封面设计: 吕凤英

责任校对: 陈延翔

责任印制: 李 洋

北京汇林印务有限公司印刷

2015年8月第1版·第1次印刷

145mm × 210mm · 5.625印张 · 145千字

标准书号: ISBN 978-7-111-50454-2

定价: 32.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线: (010) 88361066

机工官网: www.cmpbook.com

读者购书热线: (010) 68326294

机工官博: weibo.com/cmp1952

(010) 88379203

教育服务网: www.cmpedu.com

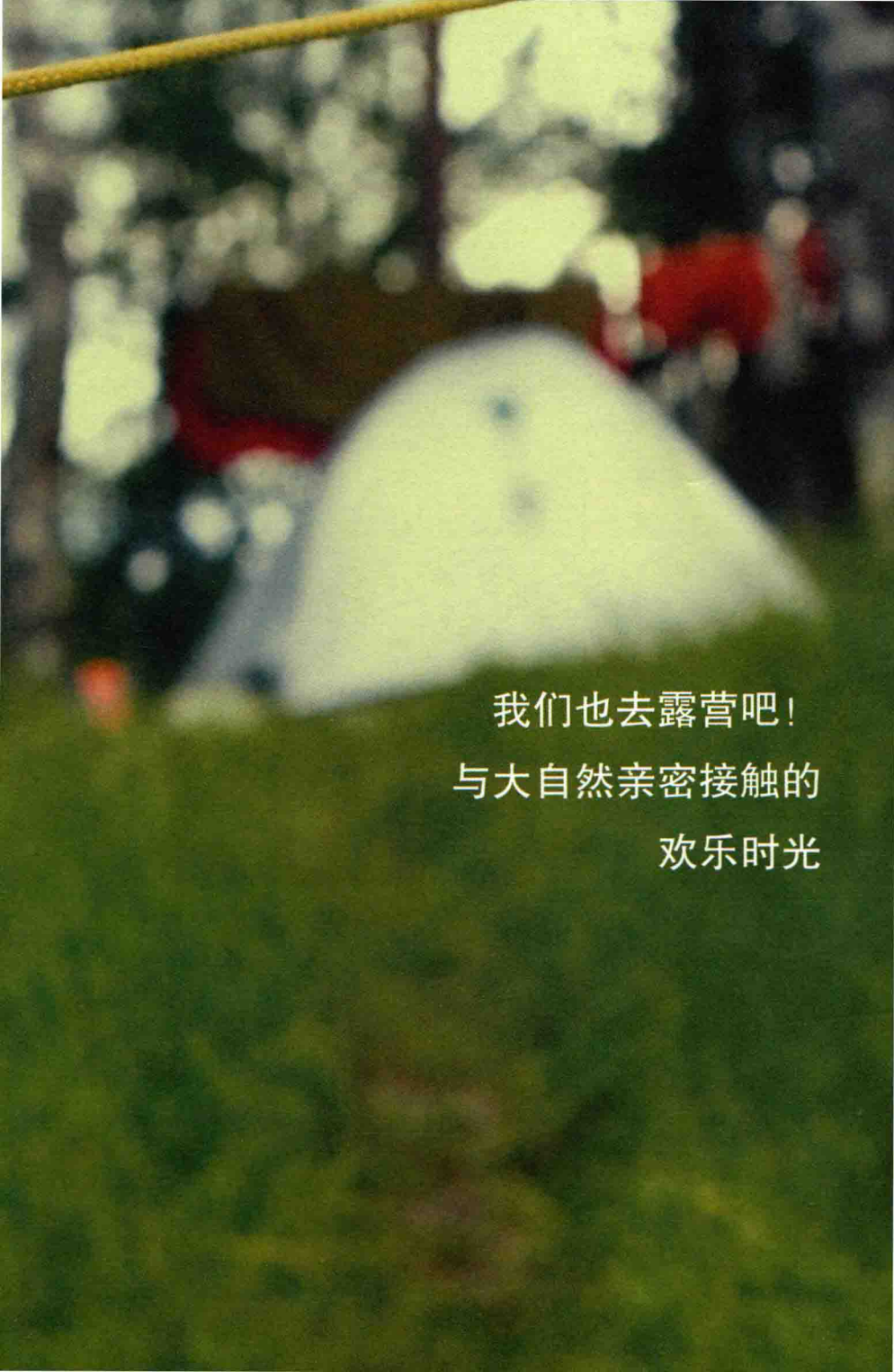
封面无防伪标均为盗版

金书网: www.golden-book.com



我的第一本露营书





我们也去露营吧！
与大自然亲密接触的
欢乐时光



序言

远离嘈杂的城市生活 乐享与大自然亲密接触的 欢乐时光

韩国最近开始流行使用“乐营”这个词汇。随着这一词汇的流行，与之相关的露营产业也快速地成长起来。露营也成为韩国国民喜爱的一种户外活动。

我想您如果露营过一次就会知道为什么人们把露营称之为“乐营”了。我在没有去露营时非常不理解人们为什么要露宿在野外饱受风寒，和朋友们在一起聊天时也从来不会提到露营。然而，最近我家附近咖啡馆里的顾客，还有电视上的许多节目都在谈论一个词——露营。

最近经济的不景气让人们的精神也多少有些萎靡不振，但是对于社会生活压力大的现代人来讲，找一个远离嘈杂的城市生活，能够与大自然进行一次亲密接触的露营场所却是十分惬意的事情。虽然准备露营装备费用很高，比起住在宾馆或旅馆之类的地方也会有些许不便，但是却能够让我们与大自然亲密接触，让我们的心情变得平静、轻松。

生活在都市的现代人每天都要坐在办公室里对着电脑工作一整天，下班后还要穿行在嘈杂的人群中才能回到家里。虽然和家人生活在同一个屋檐下，但是跟家人好好吃顿晚饭或是周末好好陪家人

的时间却是少之又少。

如果去露营就不一样了，因为在露营活动中可以和家人一起搭帐篷、一起做饭、一起吃饭，可以把长时间没有对家人表达的情感自然地表达出来。露营场所一般在四面环树的丛林中，人们可以一边呼吸着新鲜的空气，一边把自己放空，忘记工作中的疲劳和压力。如果在露营中您没有过量地饮酒而导致不适，那么这次露营就可以称之为完美的休假，也就是“乐营”了。

所以最近一有人对我说“一起去露营吧！”，我再也不会说为什么要露宿在野外饱受风寒之类的话了，因为我已经通过露营活动亲身体验了和家人一起欢笑、一起劳动、一起交流的过程，并乐此不疲。不过对于那些完全没有露营经历的人们来说，露营依旧是一件不容易的事情。

露营需要准备些什么装备，可以去哪里露营等问题让没有露营经历的人们伤透了脑筋。如果露营装备准备得太多，行李自然就会增加，费用也会居高不下；如果露营的花销太大，甚至高于旅行的费用，那人们自然就会考虑露营的必要性了。

我通过对各种露营场所的探访，发现还是有许多人的露营装备是极其高档奢华的。我觉得对于露营的初学者来说，不要让这一活动成为一种负担。毕竟我们享受的是露营活动的过程，而不是向其他人展示我们有多么好的露营装备。我们通过露营可以得到全身心的放松和快乐，所以请尽情享受您的“乐营”时光吧！

我在写这本书的时候，充分考虑到那些露营的初学者，尽量站在初学者的角度为他们提供一些露营知识。当然也为露营专家们提供了一些挑选性能好的尖端装备的方法及价格对比，还有露营料理制作等方法等。同时介绍了一些露营游戏，为露营增添乐趣和新意。

我想对那些第一次参加露营活动的初学者们说，不要过分追求

露营活动的舒适感。把过多的钱投资在购买露营装备上实际是心里的一种欲望，这种欲望就是希望通过完备的露营装备让自己的露营活动能够舒适、轻松。但露营是一种野外活动，我们应当感受一下野外带给我们的不便感。无论你的车多大，如果里面装满了露营装备的话，也会显得十分狭小。所以说还是不要过分追求舒适感吧，与大自然亲密接触，多呼吸些新鲜空气，夜晚和家人一起躺在野外的大地上数星星是一件多么惬意、浪漫的事情啊！

需要注意的是，如果您晚上喜欢高声唱歌和饮酒，会给其他露营的人带来不便，希望大家不要做上述事情。露营结束后，希望您把露营中的垃圾分类整理扔到专门存放垃圾的场所，随着露营人数的增加，更需要我们从身边的小事做起，保护我们赖以生存的大自然。

在对各大露营场所的探访中，我采访了许多露营专业人士和露营场所运营商，谢谢他们的帮助与配合。最后还要特别感谢联合BOOKS株式会社的京营善代理。

金知善，李陈秀

说好了不再去露营了！ 可是不到一周的时间 又再次背起了行囊

时隔十多年后又想起了小时候和父母一起露营的事情，于是整装待发再次开始了露营的征程。

但是在准备露营装备的时候，看着原来用过的那些老装备真是



让人头疼，不知道是否要把它们全都带上。其实完全可以只带一部分的，可是由于我对装备的贪念，从一开始购买它们的时候就想得太多，以至于买了过多没用的装备。

去露营的时候，从地下停车场到露营的场所，只是搬运这些露营的装备就要来回三四趟，累死人。等把这些恼人的装备安装好，再看看我的表情，唉……这时候已经累得完全没有了露营的兴致。

那些正要开始第一次露营的人也许认为准备一套高价的露营装备和一辆SUV车是露营的必需。其实，即便您拥有了所有也不见得能够顺利地去露营。去露营时，比起准备装备这件事情更重要的是您要问一问自己，为什么要去露营。如果您读到了这本书，也请您问一问自己，去露营真正的初衷是什么。

与大自然亲密接触的露营活动虽然有无限的魅力，但是繁杂的装备也许会让您在露营的开始就打退堂鼓。不知道怎么开始，又不知道怎么装卸，导致最终没能去露营，这是多么遗憾的事情啊！

本书介绍了露营装备构成法、装备的选择、露营料理的制作等多种内容，旨在帮助露营初学者快速熟悉露营知识。

在此我要感谢那些为我提供相关资料、热爱露营活动的朋友们。在准备本书的内容时，我也结识了许多全国著名的露营爱好者，并与他们相互交换意见，也感谢他们对我写书的鼓励和支持。

特别感谢摄影师银明珠、李圣灿、刘之嫌、白载盛（露营协会江原道分会会长），还有全国各大优秀露营场所的运营商。

李尚根



目 录

006 序言

014 导读：值得推荐的露营指南

016 · 根据预算推荐各种露营装备

按照6000元的预算 / 按照12000元的预算 / 按照18000元的预算 / 按照24000元的预算

020 · 按季节计划露营活动

春 / 夏 / 秋 / 冬

024 · 优质露营场所应具备的条件

仔细确认好居住地附近的露营场所和配套设施

028 · 装备检查表

装备检查表

030 CHAPTER 1 >> 愉快露营的概念

032 · 只有知道了什么是露营才能够愉快地出发

露营的优点 / 露营的缺点 / 愉快露营know-how