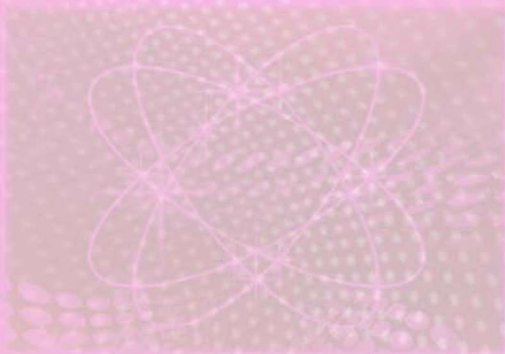


走天下学知识丛书

装备行知书

刘畅 主编
杨淼 编著



远方出版社

走天下学知识丛书
ZOU TIAN XIA XUE ZHI SHI CONG SHU

装备 行知书

刘畅 主编
杨森 编著

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

装备行知书/杨森编著. —呼和浩特:远方出版社, 2008. 4
(走天下学知识丛书)

ISBN 978—7—80723—303—9

I. 装… II. 杨… III. 旅游—装备—基本知识 IV. F590.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 041375 号

走天下学知识丛书 装备行知书

编 著 者	杨 森
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
印 刷	廊坊市华北石油华星印务有限公司
版 次	2008 年 4 月第 1 版
印 次	2008 年 4 月第 1 次印刷
开 本	850×1168 1/32
印 张	87
字 数	1740 千
印 数	3000
标准书号	ISBN 978—7—80723—303—9
总 定 价	226.80 元(共 8 册)

远方版图书, 版权所有, 侵权必究。

远方版图书, 印装错误请与印刷厂退换。

前 言

现代社会竞争激烈,人们的工作与生活压力越来越大,在闲暇之余,走进大自然,走访名山大川,探寻名胜古迹已成为很多人的普遍追求。正所谓“读万卷书,行万里路”,本书致力于让读者足不出户就能了解祖国的大好河山,洞悉旅游时尚与趋势,也给正准备出行旅游的读者一些可行的参考。

《走天下学知识丛书》集阅读、欣赏、珍藏、实用指南于一体,从8个方面向读者讲述旅行中我们要学会的知识。《健康行知书》详细介绍了旅游中的注意事项、旅游保健知识、旅游常见病的预防与治疗等,为人们出行时的身体健康提供保障;《名胜行知书》以闻名中外的中国景点为单元,配以大量图片,让读者在阅读的同时,了解名胜,爱上旅游,在选择旅游目的地时有更多的选择;《摄影行知书》主要介绍和讲解了旅游摄影的准备、取景、拍摄以及照片整理等方面的实用知识和技巧,指导读者更加清晰、细致的捕捉到旅程中那些优美的风景和精彩的瞬间;《装备行知书》介绍了旅游前的规划和物资准备,分

别讲述了登山、徒步、漂流、越野、探洞、航海、潜水、滑雪、骑马、帆板、自行车、蹦极、滑翔等旅游项目所需要的装备及使用技巧;《导趣行知书》介绍了中国最具特色的旅游资源——旅游胜地之最、旅游胜地之大、旅游胜地之特、旅游胜地之奇、旅游胜地之趣……让您在翻阅本书的时候能充分感受旅行的趣味;《怀古行知书》通过对旅游历史典故、旅游神话传说、旅游民俗风情的生动讲述,将您带进神奇迷离的怀古旅游世界,在窥探各地深厚的历史文化底蕴时,充分感受怀古旅游的魅力;《服务行知书》给要去旅游的青年朋友们提供了一些出行常识,并对旅行中会遇到的一些问题进行了解答,让大家对将要开始的旅程有个大致的了解;《时尚行知书》给大家介绍了几种现代、时尚的旅游方式,像观鸟游、森林游、古镇游、大学游等等,为追求时尚的旅游爱好者提供参考。

这是一套出行前必读的旅游知识普及读物,希望大家在领略美好景致的时候,能了解更多在学校里在课本上学不到的知识。

编者

2008.4

目 录

旅行规划与准备	(1)
制定旅行计划	(3)
旅行前的准备工作	(9)
旅行前的保健	(40)
旅游装备全知道	(45)
个人物资必备	(47)
其他必备物资	(55)
登山装备	(58)
徒步装备	(73)
漂流装备	(100)

越野装备	(110)
探洞装备	(126)
航海装备	(138)
潜水装备	(143)
滑雪装备	(156)
骑马装备	(173)
帆板运动	(189)
越野自行车装备	(194)
蹦极装备	(206)
滑翔运动装备	(208)
常用装备的使用技巧	(213)
绳索或线	(215)
刀具	(225)
照相机	(230)
地图	(238)
天然食物	(252)
背包的使用	(270)
炉具的使用	(274)
帐篷的使用	(278)
睡袋的使用	(283)

帽子的选择	(291)
袜子的选择	(295)
户外运动手表的选择	(300)
防晒霜的选择	(308)



旅行规划与准备



制定旅行计划

旅游是一件可以让人心情愉悦,增长见闻,结交新朋的趣事。对所有的年青人而言,拓展生命空间,增长见识,了解和学习不同地域、不同民族、不同生存状态的相关知识都是我们成长过程中的真义所在。因此旅行成了我们生活的必然。旅游是生活的角色转换,角色差别越大,得到的喜悦越多。从工作到旅行,人们的角色得以转换,并获得喜悦,因此人们对旅行开始热衷。旅游是一种亲身的体验:体验离家出门的每一步路,感悟大千世界的种种不同。旅游所追求的应该是一种有价值的体验:在一段时间的繁忙工作后,放松自己疲惫的身心,开阔自己的眼光,增长自己的见闻,丰富自己的人生。在山水和友情中去体会生命力、创造力的迸发,去体会人与人、人与自然之间的真善美。这种体验,可以造就我们健康、完美的人格。

既然旅游的好处这么多,那么我们开始启程吧! 对于漫长的旅途,你做好准备了吗? 俗话说的好,良好的开端是成功的一半。旅行前就先制定一份旅行计划吧。旅行计划的制定,一方面可以明确我们活动的目的,也就是,我们这次活动的主要内容;另一方面,通过活动内容的制定,可以更好的安排自己的行程,在旅行细节的确定上,做到更加周全。那么要从哪几个方面制定我们的旅行计划呢? 一个完整的旅行计划应包括:活动内容、预期效果、人员组成与安排、活动日程。

下面就分别来说说吧。

尽可能多地了解当地信息

可通过仔细研究该地地图、多与熟悉此地的朋友联系交流等方式来了解。如果是对当地进行野外探险的话,那么我们要最大可能地了解该地河流的走向和流速、水的落差、速度以及有无险滩等。山的坡度如何? 有哪些主要的植被? 大概什么时候天亮? 什么时候天

黑？日平均气温是多少？昼夜温差是多少？近期天气状况将是怎样的？多研究当地人在生活习惯上有何特点，要牢牢记住当地的风俗习惯和各种禁忌。对于将去之地，我们要尽量掌握和了解当地的信息。

明确活动的目的及主要内容

先要确定旅行活动的目的及其主要内容，以休闲为主还是以野外探险为主。如果是要进行探险活动，那么就必须收集一些背景资料，如地理、气象和民俗等方面的资料，掌握前人成败的经验和教训，估测探险的危险性和成功的可能性有多少。探险活动前，必须要进行专项技术和体能的训练，如进行心理素质的训练和野外生存训练等。民间的探险活动很难集训，那么业余时间的培训是必不可少的。需注意必须是可行的活动项目。户外探险活动具有一定的危险性和挑战性，这就要求我们在技术、体能和经验方面具备一定的水平。因此，任何刺激、具挑战性的项目，超过自身能力范围的项目，不

要轻易去冒险。探险不是“冒险”，莫拿自己的生命开玩笑。

合理安排、组织确定活动内容之后，根据活动规模的大小来确定参加人员和具体的时间就很重要了，安排过程中不要随意超计划增加人员数目。根据人员组成确定活动内容，根据旅行活动内容确定人员组成，组织者悉心地筹划，针对需要进行合理地安排。如果参与人数较多时就可安排野外露营，徒步登山等活动，这时候就不宜进行攀岩活动；如果相约出行的是几个志同道合的朋友，就可按大家的意愿来进行安排了，具有较大的灵活性。找一个人担当领队，热心而又具备组织才能的人就再适合不过了，因为组织实施旅行活动实在是一件繁杂的事。领队更重要的作用就是，在野外大家意见不有统一的时候进行协调统一。因为一个人的力量是有限的，所以旅行团队要进行合理的分工，注意人员间的搭配。在交通、食宿、物品等方面，都需要有人负责，人数较多的时候可以几个小组分头进行。人员组织合理，旅行活动就成功了一半。

日程安排合理

衡量日程是否安排的合理标准就是在有限的时间里能否让大家得到最大快乐,其关键就在于计划的完善与否。一般大家都愿意在周末进行旅行活动,可以使人们的身心得到放松。一般而言,我们要对交通等因素作充分的考虑,因为从城市到旅行地之间的往返往往要花掉一部分时间。

如何制定旅游计划

到了一个新的环境,新的地方,要先了解一下所去之处的情况,制定一个旅游计划。

旅游计划包括旅游地点、路线、方式、时间、费用等。旅游时间可以选择工作和学习的空闲或旅游点的最佳季节,旅游中常会有意想不到的问题发生,时间要安排得充裕些。旅游地点可以根据个人爱好、旅游时间、经济条件和身体状况确定。旅游方式有参加旅行社、集体旅游、独自旅游、居家旅游等。这些方面应该根据各人的实际情况进行选择。

要想制定出好的旅游计划,还需要查看有关旅游、交通方面的书籍和地图,特别是对所选择旅游点的山川景色、风土人情,都要有所了解。

此外,还要掌握一些旅游点特色的知识。这样一来,既能增加旅游的兴趣,又可提高旅游效果,扩大自己的知识面,才能玩得尽兴。

旅行前的准备工作

确定了旅行活动计划之后,下一步的重点就是从细节上着手各项准备工作。这些准备工作包括:如果是野外探险,就需要针对活动项目进行专项的技术和体能训练,若是出去旅游就要做好物资装备以及食品的准备、包装。

准备旅行装备物资

大型活动,这里指需要特殊装备或较长时间的活动,要认真做好准备工作,如漂流、登山、攀岩等。根据人数和活动时间列出所需各种物品的清单,然后逐一进行准备。周末旅行和一般徒步活动装备物资的准备则要把握“简单、实用”的原则进行,针对旅行的目的,进行装备物资的配备。