

<<野外生存必备手册>>

图书基本信息

书名：<<野外生存必备手册>>

13位ISBN编号：9787511211521

10位ISBN编号：7511211526

出版时间：2011-6

出版时间：曹林 光明日报出版社 (2011-06出版)

作者：曹林 编译

页数：253

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<野外生存必备手册>>

内容概要

《野外生存必备手册》是一本关于户外探险和户外生存技能的全方位指南，展现了世界上最优秀的探险家的智慧。

全书共分八章，包括“计划和准备”、“基本装备”、“导航”、“旅行”、“野营装备”、“食物与营养”、“人与环境”、“急救”等。

这些内容不仅为户外运动爱好者介绍了户外旅行的各种类型（包括徒步、骑自行车、划船、骑马等），介绍了旅行、探险和远足时必备的安全常识、急救常识，也详细讲解了野营、旅行时的各种生存技能，尤其是在没有现代化工具的情况下如何利用自然本身和原始技术取火、取水、觅食、制造工具、加工食物等，以使自己和同行者在极端恶劣的自然环境中生存下来。

作为一本野外生存实用指南，书中配备了大量插图，其中包括野外生存技能的步骤图示，比如实地定位、搭建帐篷、使用地图来判断行进的方向等，详细展示了这些野外生存技能的关键，以帮助读者迅速掌握。

在出行前，认真阅读《野外生存必备手册》，你将获得有关野外旅行、野营、探险等活动的权威建议，使得整个行程变得更加安全，即便遇上危险，你也能知道该怎么应对。

同时，《野外生存必备手册》也有助于人们提升个人素质，激发坚韧的意志，挖掘自我潜能，增强自信，开启心智。

<<野外生存必备手册>>

书籍目录

第1章 计划与准备 旅行计划 团队 预算 钱与保险 危险评估 个人证件 医药准备 与青少年旅行 单人旅行
第2章 基本装备 选择装备 适用于温和气候的衣服 适用于湿热气候的衣服 适用于干冷气候的衣服 鞋子
个人野营装备 基本生存装备 团体野营装备 炉具 炊具 附加装备 工具 装备的检查 装备的装包 第3章 导
航 地图 读地图 指南针 地图与指南针的使用 利用日月星辰导航 利用其他自然特征导航 第4章 旅行 每日
旅行计划 徒步旅行 骑自行车旅行 划艇旅行 骑马旅行 驾车旅行 乘坐公共交通工具旅行 第5章 野营装备
选择营地 布置营地 搭建帐篷 建立大本营 轻装野营 个人卫生 营火 使用斧头 使用锯子 拔营 第6章 食物
与营养 营养需求 饮食规划 当地的食物 脱水食品 食物的包装 户外炊事规划 食物的存储与卫生 轻装野
营食物 不使用器具的烹饪 大本营中的伙食准备 饮用水 第7章 人与环境 个人安全 爱护环境 野生动物 植
物 户外危险 了解天气状况 求救信号 第8章 急救

<<野外生存必备手册>>

章节摘录

版权页： 插图： 对于一次在潮湿或干燥天气下的低强度步行或者穿越一片湿滑的空旷地区，你可以穿轻便的布料靴子或步行皮靴。

如今，布料靴子已成为皮靴的替代品。

因为它们穿起来更为轻便和舒适，对脚踝也有良好的支持作用，此外鞋底也具有有良好的防滑性。

步行皮靴是经典的多用途的鞋子，它们比布料靴子更结实耐穿，而且通常情况下防水性能也更好。

山地 山地比较不平坦，因此需要谨慎选择所穿的鞋子。

皮质的步行鞋或登山鞋有厚实的鞋底，在崎岖的路况下能够对脚起到较好的保护作用。

此外，靴子要具有良好的隔热保暖效果，其鞋舌要能够防止雨雪进入。

沙漠 专业的沙漠鞋能够有效地保护双脚免受灌木和昆虫的伤害。

其鞋帮通常采用的是小山羊皮或帆布面料，且鞋底也比较厚实，因此能够抵御地面上的荆棘。

有些鞋子的鞋底比较光滑，有些则有棱纹。

但是在沙漠地形下，鞋底有无花纹并不重要，除非你打算进行登山或一些其他活动。

<<野外生存必备手册>>

编辑推荐

作为一本野外生存实用指南，《野外生存必备手册》中配备了大量插图，其中包括野外生存技能的步骤图示，比如实地定位、搭建帐篷、使用地图来判断行进的方向等，详细展示了野外生存技能的关键，以帮助读者迅速掌握。

<<野外生存必备手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>