

<<背包客>>

图书基本信息

书名：<<背包客>>

13位ISBN编号：9787534138218

10位ISBN编号：7534138213

出版时间：2010-6

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：休·麦克曼纳斯

页数：160

译者：陈滨荣

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>

## <<背包客>>

### 内容概要

《背包客》是一本背包客必备指导手册，它从背包出游的筹划与准备工作开始谈起，介绍了如何在出发前锻炼出强健的体魄，如何增强长途旅行的耐力和灵敏度，并提供了背包客需要的食物与装备、地形与环境信息，介绍了如何使用地图及指南针，如何在尽量减少环境污染的情况下搭建野营地，以及如何应对紧急情况。

本书通俗易懂，简单易学，便于携带。

书中配有丰富多彩的照片、图表及示意图，是每一位长途旅行者、登山者，甚至每一位背包客都必备的自助旅游圣经。

<<背包客>>

作者简介

休·麦克曼纳斯 (Hugh McManners) 生于英国牛津市，在澳大利亚长大，曾就读于英国桑德赫斯特皇家军事学院和牛津大学。他在英国部队服役16年期间，曾做过突击队员、伞兵、部队潜水管理员，并在英国利伯兹军事学校主管野外战事训练。在福克兰战争期间，他曾与英国皇家特种舟艇

## <<背包客>>

### 书籍目录

#### 引言

#### 1 准备工作

- 首要事项
- 旅行地的选择
- 旅行时机
- 保持健康
- 锻炼身体
- 出发
- 与人交往
- 适应环境
- 了解隐患

#### 2 旅行用品和旅行技巧

- 服装
- 鞋类
- 背囊和包袋
- 寝具
- 帐篷
- 烹调用品
- 便携式食物
- 饮水设备
- 宿营必需品
- 求生背包
- 修补
- 整装待发

#### 3 在旅途中

- 享受野外生活的乐趣
- 出发
- 克服困难
- 绳子的用途
- 过雪地
- 涉水
- 船只
- 骑脚踏车
- 驮畜
- 阅读地图
- 使用指南针
- 定向技巧
- 确认方向
- 预测天气
- 设计路线
- 携带照相机

#### 4 野外宿营

- 找水
- 选择宿营地
- 搭建帐篷

<<背包客>>

生火  
野外就餐  
准备食物  
安全宿营  
拆除帐篷  
5 紧急措施  
  恶劣的气候条件  
  建造掩体  
  雪地生存  
  饥渴  
  迷路  
  求救信号  
  危险的动物  
  避免冲突  
  急救措施  
索引

## &lt;&lt;背包客&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：关于背包客  
背包客定义 背包客又称驴友，英文叫做Backpacker，是由Backpacking一词演变而来，泛指三五成群或者单枪匹马四处游走的人，也就是背着背包做长途自助旅行的人。现在主要是指那群喜好登山、徒步、探险等寻找刺激的人，其目的在于通过四处游历认识世界、认识自我、挑战极限。

出自与引用与背包客一词广泛运用的还有其他类似的词，例如“驴友”。

“驴友”是旅游的旅的谐音，泛指参加旅游、自助游的朋友。

这类朋友互称驴友。

但现在更多的是指背包客，就是那种背着背包，带着帐篷、睡袋穿越、宿营的户外爱好者。

因为背包旅行可以拥抱自然，挑战自我，锻炼毅力、培养团队精神以及提高野外生存能力，所以深受年轻人的喜爱。

作风与习惯 背包客提倡的是通过自助游的方式花最少的钱，走最远的路，看别人难以看到的风景。

这种体验是贯穿于旅行全程的，一开始可能只知道一个大致的目的地，需要自己去寻找资料、计划线路、置办装备、估算行程时间、计算开销等等。

背包客出去旅行，不仅仅是去某个地方看风景，旅途本身就是很重要的体验，其中的苦与乐自己体会。

住不上旅馆，临时改变线路和行程，遇到道路塌方或山洪爆发而滞留在某个小镇，啃冷馍喝凉水，都可能是旅行的一个重要部分。

<<背包客>>

编辑推荐

1. 《背包客》全球背包客都在使用的自助游经典  
全国青年旅舍一览表      生存手册锦囊
2. 徒步、登山、露营、冒险手册
3. 附：

#### 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>