

小长假和周末户外运动很火爆 驴友们注意了,安全第一!

□本报记者 毛锦怡

在刚刚过去的五一小长假期间,爱好旅游的人们纷纷走出家门,踏上名山大川,浏览风景名胜,其乐融融……数据统计显示,浙江省多个地方游玩人数也暴增。比如杭州西湖景区,每逢“五一”黄金周,都会因“高人气”而“走红”中国旅游人气排行榜前列。除了游玩一些旅游名景区,也有更多的户外运动爱好者背上背包三五相邀,或登山、或徒步,行走在山野丛林之中。需要特别提醒的是:户外运动过程中一定要保障安全。这虽是老生常谈的四季歌,但也是决不能被忽略的话题。

A 户外应急队队长提醒: 树立绝对的安全意识

丽水户外应急救援队队长叶志文,是一位有十几年户外运动经验的资深老驴友。他表示无论是老驴友还是新驴友,都要树立绝对的安全意识。

最合理的团队人数应该控制在10—15人,领队必须是“老驴”,团队中最好有一半是“老驴”,一带一更好。叶志文强调最多的是安全,“在行进过程中,每个人都必须听从领队指挥,不能擅自行动,到一个地方休整的时候,领队和队员都要负责清点人数,查看是否有人受伤,随时掌握每个人的身体状况。碰到出现受伤人员的时候,还要掌握必要的急救知识。”

另外,叶志文建议:长期有进行户外运动的老驴友要记得为自己买上一份长期有效的意外保险,业余爱好者可以在每次开展活动前为自己购上一份临时的意外险,算是买个放心(一般5至10元不等,但一定要在24小时前购买)。

B 业余驴友提醒: 跟对团,摸清领队底细

朱伟军,台州市政协特邀信息员,参加户外运动有四五年了,日前,他通过社情民意呼吁:“全国各地户外活动组织需设立准入门槛,推行领队资格认证等。”

之所以有这样的想法,也是因为看到当前层出不穷的各类户外组织平台。朱伟军告诉记者,以温岭为例,冠名户外组织的网站就有10多个,开展户外活动为主旨的QQ群更是不计其数。足迹遍及全国,甚至跨出国门。活动内容广泛,有原始森林、峡谷、高原雪山更有岩降、瀑降等高强度、高难度运动,对很多“新驴”来说,他们或经验不足、或团队意识不强等,存在很大的安全隐患。

“以我自己为例,我一般跟较熟悉的团队打交道。”朱伟军提醒道,“‘新驴’不要盲目跟团走,要了解领队的资历、口碑,初级山地户外社会体育指导员或户外领队等资质是基本要求,最起码他们都是经过统一的培训。”另外,专业户外俱乐部和有经验的户外召集人,一般会有活动预案,线路都经过事先考察确定,具备完善的后勤保障和联络系统。相比之下,一些自发团体的活动盲目性和随意性大,出现问题的几率比较高。即便自发组织出行,也要慎重挑选同伴和领队。

C 资深老驴友提醒: 安全专业的户外装备 必不可少

网名“鱼小姐”的驴友有十多年户外运动的经验,对于户外运动也颇有话语权,她在采访时则着重强调了装备的重要性。

“在户外活动的时候会遭遇各种情况,户外装备也许就是救命的工具。”“鱼小姐”说,“除了专业的着装外,标准的指南针、GPS、备用干粮、待机久的手机、绳子、小刀、打火机、强光手电等都必不可少。户外运动是一项对装备有专业要求的运动,前期需投入一定经费。同时要选择适合自己的场地,如果不是专业的驴友,不要轻易尝试高山、悬崖等专业运动场地。”

链接

户外运动需要注意五大事项:首先,时刻要有危险意识;其次,要储备个人体能;第三,要具备基本、必要的救生和自救技能,学会使用地图等工具;第四,选择安全、专业的户外装备;第五,新手尽量选择正规户外团体。户外安全意识、装备、团队、保险等因素都将对户外安全产生影响。



全球首个探索乐园德清开园 “荒野求生”梦成真且乐无穷

英国前特种兵贝尔·格里尔斯(Bear Grylls)在Discovery《荒野求生》节目中用最简单的装备,深入人迹罕至之地,不断

挑战人类野外生存极限。不少观众对此跃跃欲试,他们的梦想也即将成真。由香港创意专才创设,携手Discovery传播公司营建的全球首个“Discovery探索极限基地”日前在湖州市德清县莫干山开业。

该占地百万平方米的极限体验乐园,借助自然形成的群山、小径及顶级户外设施,让普通人亦可体验野外极限挑战的乐趣。

目前基地主推丛林滑索、高空网阵挑战、地面障碍、热气球、徒步探索、荒野求生及山地攀岩墙等体验项目,后期还将增设山地自行车、四驱越野等项目。基地将真实呈现《荒野求生》,并借助真实的地理环境、顶级的

户外设施、接轨国际的安全标准、完整的课程体系及国际专业教练团队,让普通人实现“荒野求生”的极限体验梦想。

据介绍,初级探索爱好者可尝试“荒野求生”项目,基地的“丛林探索课程”将向体验者传授户外探索基础理论知识,专业教练会在野外协助玩家体验各种求生技巧与突发事件,包括极端环境中寻找水源、野外食材的甄别、野外生火技能等。

追求刺激的玩家可选择“丛林滑索”项目,该项目在基地山顶架设总长约800米的滑翔索道,索道高低落差约200米,玩家可体验以50公里时速在丛林中穿梭的乐趣。此外,基地还拥有20米高、36米宽的内地最大户外山地攀岩墙,各年龄和层级的玩家可分级挑战。

对于钟情自然的玩家,“热气球”和“徒步探索”项目不容错过。玩家可在热气球上俯瞰莫干山景区,“徒步探索”则依

据徒步难易度开辟了多条丛林路线。

至于“安全性”问题,基地主席朱国良强调:“基地中的极限体验设施经美国绳索课程技术协会标准设计建设,所有户外装备均符合欧盟标准;同时,基地的30位培训师亦均拥有国际最高标准的认证,有些曾在特种部队服役。”

Discovery探索极限基地特意推出了六大“探索极限课程”,玩家在完成相应体验课程后,可按探索极限的等级,被授予基地认证的证书。朱国良表示,部分优秀玩家有机会受邀“去国内外非常刺激的地方开展野外探索”。

据悉,六大“探索极限课程”中,企业定制系列课程主要针对企业团建和培训体验;自由探索课程包括基地主要户外体验项目,为体验者开启一日冒险之旅;专业定制课程可按玩家需求提供定制服务。

(通讯员 倪巍晨)

