

天朗气清最适合徒步登山 会选装备才是真正的户外达人

本报综合报道

春夏之交,徒步登山是最合适不过的运动。在登山之前做足准备工作,不仅能够保证自身的安全,同时也能让人敞开心怀去享受登山的乐趣。不过,户外登山装备涵盖范围之广,品牌之多,常常令人眼花缭乱,而如何选择装备也成为了一门学问。

1. 登山包

登山过程中,无论轻装与重装,都需要登山包,而登山包在整个登山过程中担任着非常重要的角色。一个好的登山包,受力点不会在肩膀。登山包好背不好背,取决于登山包的背负系统如何,所以无论轻装还是重装,建议都要选择有背负的登山包,购买时请注意所表明的S/M/L是背负号码,并非包的大小号。

推荐品牌:迪卡侬,格里高利,鱼鹰。



2. 登山鞋

防水、防滑、耐磨、防崴脚,一双舒适的登山鞋在登山过程中起着非常关键的作用。设想一下,如果冬天里你的鞋子进雨水湿透了,或者走路一直打滑,或者鞋底开胶了,你的整个旅程就无法继续。需要注意的是:登山鞋要买比平时号码大一码,这样下山的时候不至于脚趾头顶到产生疼痛。

推荐品牌:Scarpa,Aku,阿索罗。



3. 护膝

膝盖是一个受伤时极其疼痛又恢复较慢的脆弱部位,因此要注重保护,而如果你膝盖受过伤,护膝就更加必不可少。根据功能不同,护膝基本分两个种类:一种是有孔护膝,这种护膝绑紧后可以让膝盖不能轻易弯曲,所以,非常适合用于膝盖受伤之后的制动。另一种是套在膝盖上的薄护膝,有一定的弹性,带上后,膝盖仍旧能自由地活动,这种轻度制动的护膝可用于平时运动中对膝盖的保护。至于选择哪一种,可根据自身需求来取舍。

推荐品牌:LP733,LP788,鲍尔芬。



4. 冲锋衣裤

冲锋衣被定义为户外必备品,一般的冲锋衣的性能主要体现在防水的特点上。选一件好的冲锋衣看三点:防风、防雨、透气。冲锋衣并不是满足保暖需求之物,如果你出行带上冲锋衣,是为了预防山谷里随时有可能出现的瓢泼大雨或者大雪伴大风。

怎么选冲锋衣呢?从面料上来说,戈尔特斯是户外材料里的佼佼者。冲锋衣的另外一个关键是压胶条,也就是接缝处压在上面防止漏水的胶条,看压胶处是否会漏水。

推荐品牌:始祖鸟,猛犸象,火柴棍。

5. 睡袋

不同的季节,需要用不同温标的睡袋,江浙一带一般一年四季需要准备3个睡袋。主要看材质和温标,最好是鹅绒,然后是鸭绒,承受温标以舒适温标为准。

推荐品牌:黑冰B系列,天石,山浩。



召集令

武功山徒步穿越 遇见最美的云中草原

10万亩草甸绵绵于海拔1600多米的高山之颠,穿云入雾,游人无需远赴边陲,便可领略北国风光,被专家称为“奇山伴草甸,天下一绝。”武功山作为浙江周边最美的高山草原,万亩草甸非常壮观,非常适合驴友徒步。

【具体行程】

第1天:杭州—萍乡。周五晚20:00在指定地点集合,签到准时出发乘坐火车。

第2天:萍乡—龙山村—发云界—

金顶—武发山庄。

交通:大巴+徒步。

第3天:武发山庄—吊马桩—金顶—杭州。

交通:徒步+大巴+火车。

【活动须知】

1. 在不减少景点的情况下,领队有权根据天气、交通等因素调整景点的先后顺序;

2. 男女一起报名,如无法同住者请在报名时注明;

3. 户外线路在用餐和住宿上都比较艰苦,根据当地条件安排,可能会住农家或睡帐篷。

【集合时间、地点】

集合时间星期五晚上20:00

杭州火车东站西广场集合

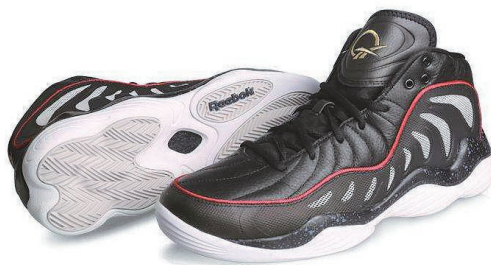
【活动报名】

费用398元/人

活动咨询、报名微信号:

xingxiakewuai

(手机微信同号18158405559)。



球鞋评测

“答案”14代 实用又不失潮流

“答案”14是NBA传奇球星阿伦·艾弗森的最后一款“答案”系列球鞋,之前每一款球鞋都融入了他许多桀骜不驯的个人元素。但“答案”14除了鞋头让人能感受些许艾弗森元素外,就只剩下那个醒目而意外的“Q”标志向人们述说着它纯正的血统与曾经的荣耀。

外观方面,整体造型和配色虽谈不上惊艳但也属耐看的类型,地垄沟造型的鞋头让人不禁想起艾弗森的经典发型,侧面大量的透气孔设计霸气侧漏,不对称造型的后跟惹人喜爱。但在如今这个追求流线、灵动造型的“塑料鞋”时代,鞋身大量采用皮革材质还是略显笨重和另类,就像当年前卫的“答案”之于传统的NBA联盟。

舒适度而言,气体在脚下由于受到挤压而带来的力反馈,虽不会带给你强有力的回弹感,但绝对能够恰到好处地缓解你下压的力度。鞋面包裹不强,前脚掌和脚趾在鞋中活动空间很大,宽度也略大没有夹脚的现象。在平时的穿着中能够明显感觉到,两侧透气口给人带来的丝丝凉意,但在实战过程中还是会由于皮革的散热问题让人感觉到脚底的闷热。应该说,后掌的表现还是不错的,急停时能够给予人有力的缓冲感。

在保护性方面鞋子整体包裹性不强,前掌宽、不压脚,即使系紧鞋带,前脚掌仍会在鞋内左右和上下晃动;二是鞋面尤其是脚踝两侧很软,虽然脚踝内侧采用加高设计,但由于其内衬填充不够而不能给予有力支撑;三是鞋面采用大量柔软皮革且外侧布满透气孔缺少刚性支撑,在做变向、突然加速等动作时鞋面扭曲状变形明显。

鞋底表现令人满意,也是这双鞋的一大亮点。加上几乎全掌的人字纹,抓地性能出色,在启动加速和变向时蹬地很牢靠。而且无论是受力点处的人字纹路,还是鞋底边缘的细纹外底,在经过实战和踩街后几乎没有磨损。

不少当年追随艾弗森的球迷如今已逐渐步入而立之年,“答案”14的表现也为那些偶在球场上打球,却常显疲态的老男孩交出了较为满意的答卷。