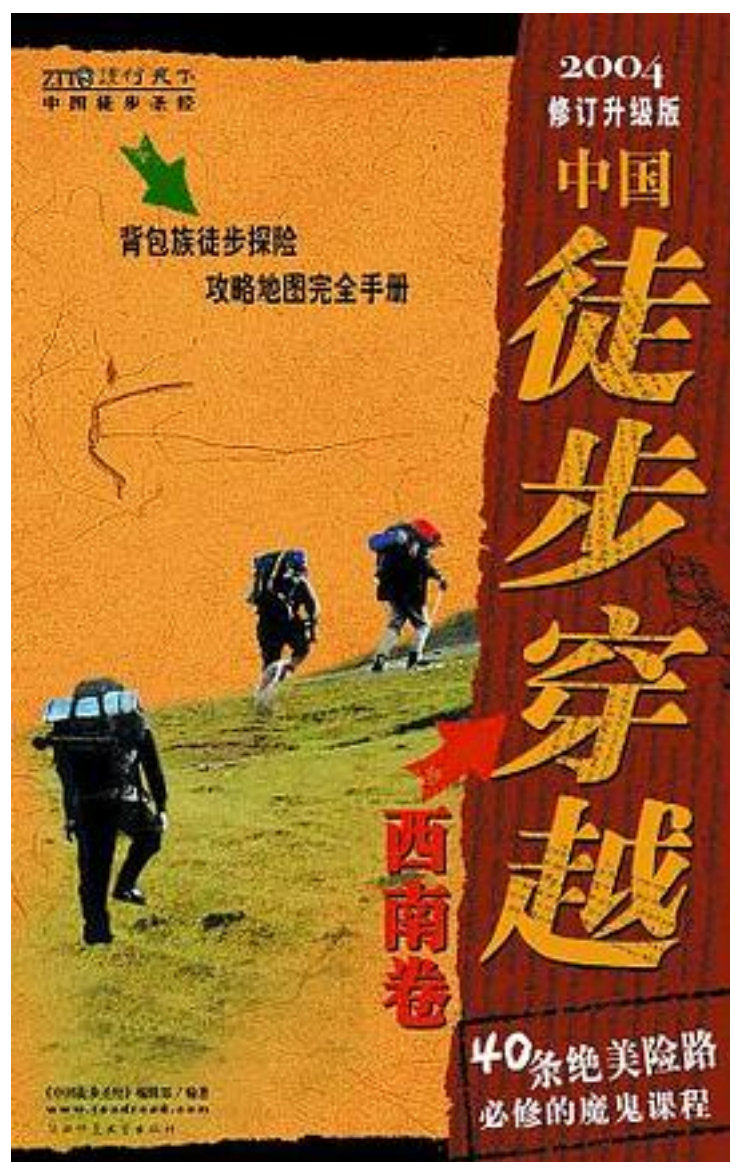


# 中国徒步圣经：中国徒步穿越（华南卷）



[中国徒步圣经：中国徒步穿越（华南卷） 下载链接1](#)

著者:《中国徒步圣经》编辑部

出版者:陕西师范大学出版社

出版时间:2004-9

装帧:其它

isbn:9787561329450

背包族徒步探险

攻略地图完全手册

40条绝美险路必修的魔鬼课程

人的一生，从某种程度上讲，是用脚步来写书的

人从落地开始，最渴望的是学步

人类进化的最大标志，是学会了直立行走

最近几年来，徒步穿越在我国已成为一种时尚。因为徒步穿越接触面广，沿途可以观察和学习到许多有益的东西，增加知识面，并能锻炼身体，培养艰苦奋斗、团结互助的精神。

国内资深探险家在西南偏远地区多年行走经验的结晶。带你走进自然、伴你体会历史、人性和环境碰撞融合的巨大震撼力。系统翔实的资料，使你在旅行中不会迷航！《中国徒步穿越：西南卷》拥有400余幅图片、40条路线和40余幅手绘地图——一切详尽资讯尽在本书中。

目录：

话说徒步探险

特别声明

中国徒步穿越十大热点

话说徒步

户外徒步的三大特性

徒步分类徒步技术篇

绘图技术

行走原则

重心问题

休息原则

徒步装备篇

被服装备

宿营装备

其他装备

野外生存篇

紧急救助

户外常备药物

科学饮食

看云识天气

特别提示

环保

云南徒步资源综述

触摸藏传佛教信徒的足迹→梅里雪山外转经路线

朝圣路上的巡礼→梅里雪山人转经

三江处女地的诱惑→徒步穿越碧罗雪山

在香格里拉的秘境中穿行→从尼汝到属都湖

寻找乐留的纹面独龙→徒步独龙江另类进藏路线

英雄虎胆路→徒步高黎贡山南斋公房古道

.....

作者介绍:

目录: 话说徒步探险

特别声明

中国徒步穿越十大热点

一 话说徒步

二 徒步技术篇

三 徒步装备篇

四 野外生存篇

五 福建徒步资源综述

六 广东徒步资源综述

七 浙江徒步资源综述

八 安徽徒步资源综述

九 湖北徒步资源综述

十 湖南徒步资源综述

十一 广西徒步资源综述

十二 海南徒步资源综述

鸣谢

国内户外用品店&俱乐部

• • • • • ([收起](#))

标签

户外

徒步

旅行

环游中国

川滇藏

陕西师范大学出版社

野外活动

西南

评论

还是觉得软广告不少。。

-----  
路线设计的不错，稍嫌重复

-----  
自虐啊~驴友啊

-----

[中国徒步圣经：中国徒步穿越（华南卷） 下载链接1](#)

书评

-----  
[中国徒步圣经：中国徒步穿越（华南卷） 下载链接1](#)