

漂流是一项与自然环境交融的旅游活动，了解一些漂流的安全须知是必要的，还要准备各种漂流装备，才能玩得安心、开心、舒心。



1.防晒霜必不可少，但很少有防晒霜能真正防水，漂流过程中被水淋湿后，防晒霜的作用会变小，最解决问题的方法还是尽量少裸露皮肤。
2.有些人漂流时会穿泳衣，其实最好是穿长衣长裤，尤其是男生，尽量不要“裸漂”。经过1~2小时的漂流后，皮肤



着水后再被日光直射，会受到严重晒伤，而水面反光也容易导致皮肤受到伤害。
3.可以带一块百变头巾，挡住脸部防晒，打水仗时遇到“强敌”，也可以用来遮挡嘴巴，不容易被水呛到。
4.太阳镜就不必多说了，日光强烈时，一副太阳镜的作用是大大的。

防晒攻略

1.可以选择速干面料的衣裤，在漂流间隙利用阳光和风的力量，让衣服尽快恢复干爽，可以减少湿身过久的不舒服。女孩子不特地追求性感的话，最好别穿太透或太薄的衣服，以免湿身之后，过于引人注目。
2.准备一套用于更换的干爽衣裤，如果没有备用衣服，漂流结束后还穿着湿衣服，会很不舒服的。
3.沙滩鞋、洞洞鞋或其他平底凉鞋是较好的漂流用鞋。船里难免会有积水，不宜穿皮鞋、旅游鞋、球鞋等不容易干的鞋子，女孩子也不要穿高跟鞋，以免行动不便，如果光着脚就很容易在下船或翻船时划伤。

4.防水袋可用来保存手机、照相机、打火机等怕湿的物品，建议先把物品放入密封的塑料袋后再装入防水袋。因为水上潮气较重，水冷日光热，防水袋也会返潮气。防水袋最好用绳子或快挂系牢在船上或身体上，避免意外落水后丢失。
5.戴眼镜的朋友，最好有眼镜绳，防止对战或翻船时，眼镜滑落遗失。
6.可以选择携带一些即食食品，如饼干、面包、矿泉水等，在感觉疲劳的时候补充一下体力和水。
7.在船内进水较多的情况下，水舀等工具就很有必要了。除非在静水区，尽量不要摘下安全帽舀水。
8.漂流的过程中需要划船的，为了防止我们的“纤纤玉手”磨出泡，建议戴一副薄手套，也可避免手被晒黑。

装备攻略



1.上漂流艇之前一定要穿好救生衣，将衣襟带子及腰带全部扎紧扎牢，因为一旦翻船这衣服可是绝对救生的。
2.漂流在乱石之间，安全帽也不可不要，一旦碰到岩石，可以保护头部。
3.选择漂流艇时，要注意船的充气量是否充足，充气量不足的船容易翻。在选好船后，观察船是否缓慢漏气，在漂流过程中也要留心船体是否被利石刮蹭。一旦发现有问题或有疑义，要就近停靠岸边，立刻与护漂员联系。
4.遇到激流险滩，应紧抓安全绳，收紧紧双脚，身体向船体中央倾斜，可降低翻船几率。
5.即使翻船了，也不要惊慌，只要救生衣穿好系紧就不会有生命危险。落水后

身体会有一个下沉的过程，只要憋住一口气，水的浮力和救生衣很快就会把你托出水面。如遇急流处落水，不要乱蹬乱踢地挣扎，以免被石头磕伤，只要保持身体平衡顺水而下，遇到露出水面的石头就可抓住，吹响救生衣上的求救口哨，等待救援。
6.漂流是一项富有挑战性并带有一定危险性的户外运动，一些漂流景点甚至出现过安全事故，不适合老、弱、病、残、孕等特殊群体游客，也不要酒后漂流哦，未成年人要在家长陪同下谨慎参与。

安全攻略



驾着无动力的漂浮物，在时而湍急时而平缓的水流中顺流而下，享受与大自然抗争的惊险和乐趣，这就是漂流。漂流是人类最原始的涉水方式之一，相传起源于爱斯基摩人的皮船和中国的竹木筏。二战之后，一些喜欢户外活动的人尝试着把退役的充气橡皮艇作为漂流工具，逐渐演变成今天的水上漂流运动。

炎热的夏日是每年的漂流旺季，一到周末，很多小伙伴们就会结伴去大山里漂流。运动健身与避暑纳凉两不误，还能游山玩水，享受地方美食和当季果蔬。漂流要注意些什么？宁波各地有哪些漂流胜地？小D今天为您整理了漂流攻略，还为大家准备了200张浙东大竹海漂流的免费体验券，赶紧加《D壹时间》官方微信，来抢票吧！
记者 林华奇

来一场痛快的湿身之旅

小D为您献上漂流攻略，送来免费门票



记者 王增芳 供图

岩头古村漂流

地址：奉化市溪口镇岩头村
开放时间：周一至周日 13:00~16:00；周末 8:30~15:30
推荐理由：漂流起于溪口东坑电站水口，终于蒋氏发妻毛福梅故居。号称“浙东第一漂”，是宁波最早的漂流，位于民国第一村——岩头古村，周边旅游景点有溪口古镇、千丈岩、亭下湖、岩头清风寺等。

柏坑峡谷漂流

地址：奉化市大堰镇柏坑村
开放时间：每周六、周日早 9:30~15:30
推荐理由：柏坑漂流被誉为宁波最刺激的漂流，“勇士极限漂”河段水流湍急、九曲十八弯，108米的落差让人心惊肉跳，坐上皮划艇急流而下宛如“水上过山车”，被人们称为“浙东勇士第一漂”。柏坑漂流坐落于大山的最深处，原生态植被保存完好，两岸峡谷风光秀美，配套游玩项目丰富，如峡谷探险、游船、天然泳池、特色烧烤、农家乐等。有一些河道相对平缓，可以带上孩子一起体验漂流的乐趣。

北斗湾漂流

地址：余姚市梁弄镇
开放时间：周二至周五 13:00~16:00；周六、周日、法定节假日 9:10~16:30
推荐理由：北斗湾漂流位于浙东（四明山）抗日根据地旧址群旁，是余姚市四明山地区开发建设的第4个纯漂流项目，被称为“四明山进山第一漂”。北斗湾上流黄纸厂水库，落差大，有“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”的气势。全程3.5公里，整体落差82米，漂流时长达2个小时，是目前浙东漂流程度最长、风光最美、漂流路线最刺激的山野漂流之一。

棠云西江漂流

地址：奉化市萧王庙街道棠杏村
开放时间：周六、周日 9:00~16:00；平日：12:30~14:00。
推荐理由：景区位于奉化西部，距奉化城区11公里，距宁波40公里，漂流公司内停车场、休息大厅、热水淋浴房、小卖部、餐饮等硬件设施俱全。漂流季节刚好是奉化水蜜桃和葡萄上市之时，毗邻的天下第一桃园是奉化“水蜜桃”主产地之一。

白溪漂流

地址：宁海县岔路镇白溪
开放时间：9:00~17:00
推荐理由：白溪漂流位于浙东大峡谷白溪水库下游，以峡谷溪流、田野风光为特色景观，集皮筏漂流、竹筏漂流、山村休闲、养生度假诸功能于一体。

四窗岩漂流

地址：余姚市四明山大岚镇大俞村
开放时间：非周末 13:00~17:00；周末 8:00~17:00
推荐理由：古人曾总结四窗岩有三绝：一是险，在高山之巅，一堵巨大的岩壁仿佛从天外飞来，搁在层峦叠嶂之上，下临深谷，人在其间，犹如在万丈高空行走。二是奇，自下观之，如有窗之高楼，登临又如在高楼望四窗。三是神，相传为仙家之窟，是传说中汉代刘阮遇仙的地方。

浙东大竹海漂流

地址：鄞州区横街镇大雷村
开放时间：周二至周五 10:00~11:00，14:00~15:00；周六、周日 9:00~11:00，下午 13:00~15:00

推荐理由：

位于浙东大竹海景区内，两岸竹海茫茫，漂道全长2.3公里，落差40米，漂流总时长为1小时左右，距宁波市区20公里，是宁波市区最近的漂流，被称为宁波人“家门口的漂流”。今年新增了一个七潭八瀑的景观，号称“一潭一风景，一瀑一尖叫”。



浙东大竹海漂流方位图

小D请您去浙东大竹海免费玩漂流

记得拍照发朋友圈与好友分享哦

考考你，离宁波市中心最近的漂流在哪里？就在鄞州横街大雷村的浙东大竹海景区！今天的“D壹福利”是浙东大竹海漂流的200张免费漂流体验券，在这个夏天，和小伙伴一起来一场说走就走的漂流吧！

派送活动从今天上午9点准时开始，快去《D壹时间》官方微信试试手气吧！

加《D壹时间》官方微信后，输入“浙东大竹海漂流”，即可获得一次抽奖机会（中奖几率为70%）。中奖的朋友即可获得一张浙东大竹海漂流的免费漂流体验券（有限期截止9月30日，每周一是停漂的，要维修河道）。

中奖的朋友请在今明两天的上午9点到下午5点，到宁波日报报业集团大楼一

楼东南商报社发行部（灵桥路768号）领取免费漂流体验券。领取的时候，您需要当场拍摄体验券，发到朋友圈，领到《D壹时间》福利的消息与好友分享。月底流量不足的亲，可以连接我们读者服务中心的WiFi，密码可以询问现场工作人员哦！

记者 林华奇