



**露营达人介绍：**  
小邱，男，今年28岁，目前在翠柏路一家户外用品店工作。小邱年纪虽然不大，玩户外却已经有近10年时间，是圈子里公认的户外达人。

### 露营前的准备



当你决定去一个地方露营，一定要提前做好行前准备，摸清当地的天气情况、水源情况。如果预报有恶劣天气，绝对不可以贸然前往。“轻视大自然带来的惨痛教训有很多。2009年，一群驴友在明知台风来袭的情况下，依然冒险进入鄞州

山区，结果一名女驴友被山洪冲走，不幸遇难。”小邱说。出发前，还应准备一套应急预案，了解当地医疗机构位置，事先最好跟当地公安或救援机构知会一声。



### 露营必备物品

去露营，帐篷、防潮垫、睡袋必须要带。帐篷好比是房，防潮垫就是床，睡袋是被子。对于需要徒步的露营者来说，最重要的装备是鞋子和背包。长距离跋涉，如果没有一双合适的鞋，当你的脚被磨出血泡或扭伤后，整个旅程将变成一种折磨。鞋子要挑防水的低帮或高帮徒步鞋。低帮鞋重量轻，适合走较平坦的路线；高帮鞋有保护脚踝的作用，是需要跨越、蹦跳地形的首选。鞋还得够结实，“我们在露营时，经常可以看到掉落的鞋底，完全可

以想像鞋主人旅程的尴尬。”背包是用来携带各种露营器材的，如果背着不舒服，一天下来保准让你崩溃。小邱把背包形容成汽车，汽车有越野车、跑车之分，背包也有重型、轻型之分，要根据你的露营路线进行选择。“普通背包只有收纳的作用，重量完全得靠你的双肩来承受。而好的背包则能以腰80%、肩20%的比例来合理分配负重。”夏天野外蚊虫凶猛，驱蚊、驱虫药必不可少。芦荟膏、紫草膏能有效修复被晒伤的皮肤，还有消炎、消肿的作用。如果需要过夜，要带好照明设备和足够的电池。此外，护膝、护肘、止泻药、外伤药也得备好。

### 露营营地选择



做好露营准备后，就要选择露营地了。营地应选择靠近溪流、湖潭、河流边，以便取水。但也不能将营地扎在河滩上，一旦下暴雨，就有可能发大水或山洪暴发，尤其在雨季及山洪多发区。在野外露营，还要考

虑背风问题，这也关系到用火安全与方便。切记要远离悬崖，一旦刮大风，有可能会有石头掉下。如果有条件，最好在夜间安排轮流值夜，以防发生突发情况时全无反应。

如今的户外旅游运动受到越来越多人的青睐。无论是周末休息，还是小假放松，大家都不喜欢再宅在家里了，约上三五好友，带上帐篷睡袋，投入自然的怀抱。或在溪边，或在林间，选一块适宜之地，亲手搭建属于你的“新家”，白天与青山绿水为伴，晚上听虫鸣蛙叫入眠，何等的惬意。不过，露营可不是一件想做就能做的事。为此，小编采访了一位在宁波小有名气的露营达人，让他从露营必备物品、营地选择、营地建设、安全防范等角度，整理出了一套“露营攻略”。有了这套“攻略”，即便你是露营菜鸟，也可以轻松享受其中的乐趣啦。

记者 陈 韬

现在想找一处适合露营的地点并不是件容易的事，愈演愈烈的旅游开发把曾经的山间野林变成了温室，人在其中很难再找到与自然相融的和谐感。其次，野外露营远离城镇，出发前必须详细计划。一时的疏忽大意轻则毁掉一天的心情，重则甚至会危及参与者的生命安全。

以下是小编整理的宁波几大露营圣地，仅供参考。

## 6 大看点

### 看点：览港口夜景



北仑总台山

**推荐理由：**自驾车可以直接开到山顶，夜晚可以观北仑港夜景，观日出最佳的位置，看一连排的风车。露营地点在烽火台旁边的水泥地及一个抗倭寇的凉亭。

### 看点：玩海钓观海景



渔山岛

**推荐理由：**渔山岛拥有浙江海域难得的碧海蓝天景观，号称亚洲第一海钓场，在海岛的东面和北面开辟有几片简易的营区，露营装备需自带，休闲活动以观海景、看海上日出、游泳、海钓、摸海螺、捉螃蟹为主。

### 看点：篝火晚会



中国渔村沙滩

**推荐理由：**拥有营位500余个，各种设施齐全，提供20余种不同休闲类型的娱乐设施及极限运动项目，免费开放沙滩足球、沙滩排球及海滨浴场等沙滩活动项目，晚上还可以举办沙滩篝火晚会及沙滩海鲜等个性化的活动。

### 看点：湖边数星星



观顶湖

**推荐理由：**当星星布满了整个天际，到处弥漫着夜色的浪漫，在犹如平镜的湖边，支起若干帐篷，露宿在大自然的怀抱中，可享受绿色健康的生活（有流星雨的时候，这里是露营的首选地）！

### 看点：听涛声拍岸



檀头山海岛

**推荐理由：**檀头山岛环境恬静，以姊妹沙滩最为奇特，外沙滩平整地带可以扎营，有配套基本服务设施，居沙滩，观赶海，下泥涂，拾海珍，繁星低垂、涛声拍岸的奇妙体验让人安宁喜悦。

### 看点：FB的亲水平台



东钱湖

**推荐理由：**东钱湖最适合露营的地点是启新高尔夫球场对面，那里的湖边有一段用木头搭出的亲水平台，一直延伸到湖面上。不用考虑负重跋涉等问题，可以带更多东西，开一场盛大的PARTY，彻彻底底的FB一番。

# 宁波露营全攻略来啦

## 快带上小伙伴行动吧!

送给爱露营的他(她)一套旅行装备吧

在谈到露营装备时，很多新驴友都很纠结，到底选哪个牌子好。其实小编觉得，适合自己的就是最好的，就像很多驴友经常说的：要买就买对的。知名户外装备品牌“牧高笛”为回馈《D壹时间》读者，特推出三个性价比比较高的礼盒装备，切实切实的优惠价哦。

### 新品礼盒推荐一：户外旅行悦享套装（基础搭配-双人徒步季）



型号：N X L 1432002  
规格：长60cm×宽21cm×高30cm  
优惠价：409元

#### 产品明细：

DOME 2 S/双人帐（1顶）  
射手/自充垫（2只）  
埃特纳/登山杖（2只）

1、休闲徒步装备，搭配基础装备，成套价格优惠。2、包装精美，手提设计方便携带。3、产品可换，按需求随意搭配，价格会有浮动，另外进行核算。



### 新品礼盒推荐二：户外旅行悠享套装（标准搭配）

型号：N X L 1432001  
规格：长60cm×宽30cm×高30cm  
优惠价：608元

#### 产品明细：

T 2（铝杆）/双人帐（1顶）  
欣云/抓绒睡袋（1只）  
俊舒/折叠凳（2把）  
射手/自充垫（2只）

1、配置热销专业款户外旅行装备，成套搭配可背负。2、包装精美，手提设计方便携带。3、产品可换，按需求随意搭配，价格会有浮动，另外进行核算。



### 新品礼盒推荐三：户外旅行悠享套装（标准搭配）

型号：Z X L 1332002  
规格：长60cm×宽30cm×高30cm  
优惠价：879元

#### 产品明细：

冷山 2 / 双人帐（1顶）  
欣云/抓绒睡袋（1只）  
射手/自充垫（2只）  
苍鹭/38L登山包（1个）

1、配置热销专业款户外旅行装备，成套搭配可背负。2、包装精美，手提设计方便携带。3、产品可换，按需求随意搭配，价格会有浮动，另外进行核算。



微博微信二维码



预定时间：8月18日-22日（上午9点至下午5点）  
预定地点：江北区人民路132号银亿外滩大厦24楼  
咨询电话：0574-27718201  
预定礼盒并关注微博微信，还可领取户外水杯一个！  
本活动最终解释权归牧高笛所有