

# 昆山苏州水上凉爽拓展 昆山苏州水上趣味拓展训练

产品名称	昆山苏州水上凉爽拓展 昆山苏州水上趣味拓展训练
公司名称	江苏汇思博睿企业管理咨询有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:华锐 师资力量:200 满意率:95%
公司地址	淮安经济技术开发区正大路158号2幢101室
联系电话	051068716866 19952721126

## 产品详情

### 溯溪拓展训练项目

#### 拓展训练项目描述

所谓溯溪，是由峡谷溪流的下游向上游，克服地形上的各处障碍，溯水之源而登山之巅的一项探险活动。溯溪运动(river tracing)原是欧洲阿尔卑斯的一种登山方式，现演变为相对独立的户外运动。上世纪60—70年代盛行于日本，各种团体组织众多，因脚踏草鞋而多名曰“××草鞋会”。溯溪是一项可以结合登山、攀岩、露营、游泳、绳索操作、野外求生、定位运动、等综合性技术的户外活动。

在溯溪过程中，溯行者须借助一定的装备，具备一定的技术，去克服诸如急流险滩、深潭飞瀑等许多艰难险阻，充满了挑战。也正是由于地形复杂，不同地方须以下同的装备和方式行进因而使得这项活动富于变化而魅力无穷。溯溪活动需要同伴之间的密切配合，利用一种团队精神，去完成艰难的攀登，对于溯行者是一种考验，同时又得到一种信任和满足，一种克服困难后的自信与成就感。

## 溯溪拓展专业知识

初级溯溪就是沿着溪谷，逆溯到溪的源头，其行程不受时间限制，路程多少不定，踩着清流碎石，缓步走入清幽宁静的溪谷中，不知不觉往上游走去，这就是溯溪的开始。所谓的“完全溯溪”就是克服一切岩壁峡嶂，穿越无数急流深潭，再上蜿蜒登顶，然后依山径路线而下。

## 溯溪拓展培训相关装备

### 一、溯溪拓展训练个人装备

- 1、头盔：保护头部，降低落石、坠落时头部冲击。应采用具有UIAA认证的岩盔
- 2、坐式吊带：采用不影响行进(脚环可调整且可拆式)、不易吸水、且装备挂环至少3环
- 3、梨型保险钩环(变大D型保险钩环)( $\times 1 \sim 2$ )：用来联结坐式吊带与确保绳，建议使用开口大且无钩槽者以方便操作。使用2个则是方便联结自我确保系统及垂降、上升变化等.....

### 二、溯溪拓展机构团队装备

主绳为最重要的团体攀登装备，长40~50M至少需备二条，其中一条可采用双盘式收绳，如此方便当作短绳使用。若人数较多，则可考虑加带一条20 ~ 25M之短绳。可利用： $9 \sim 9.5\text{mm}$ 浮水绳：弹性小、延展性低且能浮于水面，适用于深潭泳渡、垂降、岩面边攀、短距(人工)攀登及拖拉系统，特别适合于峡谷、深潭遍布之中游溪谷.....

## 溯溪野外拓展注意事项

- 1、参加溯溪活动之前，应阅读有关溯溪技术的书籍，学习各项攀登技术。
- 2、溯溪活动一定要组队结伴，切忌单独进入溪谷中。

3、队员里有资深经验者的指导是非常重要的.....