

冬季户外旅行如何挑选合适的衣服

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1677767060115929.html>

范文网，为你加油喝彩！

户外旅行尤其是在冬季，人们通常认为冬季运动是促暖的，不容易会冷。其实，如果穿衣不当的话，户外旅行导致身体出现“失温现象”还是存在的。那么冬季户外旅行英语一对一家教行如何挑选合适的衣服呢？下面<https://www.882682.com/>就带大家来了解一下这个旅游准备知识。

一：冬季如何选择户外服装。首先应掌握冬季穿衣的三层原则，从内到外依序是：排汗层—保暖层—

防风层。一般

来说，排汗层是排汗内衣或

者速干T恤，保暖层是抓绒衣，防风层是冲锋衣qq非主流昵称或羽绒服

。三层的合理搭配可以满足绝大多数户外出行活动。近年出现了一些采用新型棉的夹克也是一种很好的选择，同时具备保暖和防风的特点，可以一衣多穿。

二：根据时间路途选择服装。三层穿衣原则是冬季户镜子世界外运动穿衣最基本的原则，除此之外，还要根据实际情况适时添加衣物。如果是长时间的徒步穿越，要备一件羽绒服。在穿越行进中halibote，由于出汗，身体运动体热的原因，可能不会觉得很寒冷，这时候，羽绒服就先不要穿，等到途中休息或者宿营的时候，就把羽绒服套上，可以保持体温不被散失。

三：根据不同年龄选择服装。不同的年龄的人去户外，在服装选择上略有不同。老年人进行户外运动时，着分子内氢键装一定要以保暖为主，尽可能多穿几层，多层衣服比单层衣服有更强的保温能力，而且在运动中感到热时，可以脱下几层衣服。如果不想穿多层的话，可以选择抓绒+冲锋衣两件套或防风棉衣。尽量不要穿毛衣和羽绒服进行户外运动，因为毛衣遇水不容易干且重量非常重，羽绒服保暖却不透气。

以上就是<https://www.882682.com/>为大家介绍
的冬季户外旅行如何挑选合适的衣服。外出旅行必须携带哪些用品
是我们外出旅行所要学习的知识，希望大家在外出旅游的时候要多做了解。

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发