

# 今冬你滑雪了吗



## 安全与自我保护

准备向下滑行前，应先观察即将滑行方向的情况，最好在前方无人或人少的情况下滑行，以免由于自己操控能力差而冲撞他人。

初学者在滑行时一旦感到危险，欲停又停不下来时，

一个最简单易行的方法是上体向左右任何一侧倒下即可。

滑行中一旦跌倒，应迅速站起，继续滑行，或立刻脱掉雪板尽快走到雪场边缘，以防被后来者撞伤。

不少景区游客量减少渐入“淡季”。为打破季节限制，实现冬季突围，部分景区推出“滑雪”、“温泉”等项目。与此同时，更有不少景区推出一些特色项目，避开同质化竞争。“走马观花”式景区已不能满足人们的需求，旅游正向体验式深度休闲转变。

## 山水景区变冷时滑雪热了

正当山水景区变冷时，不少特色旅游项目却在持续升温。温泉热了，滑雪热了。

不过，游玩归游玩，自身安全咱还是要放在第一位的，如果滑雪面临的难度仅仅是在雪地上摔个跟头的话，也太小瞧了这铺天盖地的白雪了。不过，滑雪的难度还真不是一般人只言片语就能说清楚的，所以，如果你是一个初学者，想入门最好还是到雪场请

一位教练。

小王是一名滑雪“发烧友”，每年冬季他都会与几名有共同爱好的“发烧友”到滑雪场享受在雪道上风驰电掣的感觉。小王激动地说：“往年到黑龙江、吉林滑雪感觉是一个很大的工程，现在我市也有了滑雪场，节省了大量时间，我们几个今年会抽空多去几次，体会冬季滑雪的快乐。”

## 滑雪前先看配套设施

在滑雪场游玩的时候，首先要看雪道，也就是滑道。对于初学者来说，400米的雪道绰绰有余，但对于掌握了一定滑雪技巧的人士来说，如果滑道太短，则会玩得没有兴致。

其次，要看相关设施，也就是“魔毯”“拖牵索道”等，游客滑到坡底后，要依靠“魔毯”“拖牵索道”回到坡顶，如果滑雪场内游客人数较多，而配套设施较少，无形中会耽误游玩时间。

## 谨记购买保险

滑雪是一项危险性很高的户外活动，头一次滑雪的人很少有不摔跤的，对于没有经验的初学者来说很容易因为速度太快而无法控制。尤其是年龄较小的儿童，因为雪板较重，从雪道向下滑的时候发生事故的可能性很大，所以很多家长都会给孩子请一名教练，教孩子滑雪的基本技巧。在雪道中滑行，不可避免要产生碰撞，常常发生意外，因此游客在准备滑雪前，

最好问清楚滑雪场提供的保险包含哪些方面，做到心中有数。还有，对于首次滑雪的人来说，请教练非常有必要。

滑雪前，每个滑雪场都要求顾客购买保险，通常是社会公共责任险。不过，该险种担保的是顾客在滑雪中的意外情况，如果是两个顾客之间由于碰撞导致受伤，责任由事故方承担，雪场并不担责。

## 滑雪时不要戴隐形眼镜

应仔细了解滑雪道的高度、宽度、长度、坡度以及走向。由于高山滑雪是一项处于高速运动中的体育项目，看来很远的地方一眨眼就到了眼前，滑雪者不事先了解滑雪道的状况，滑行中一旦出现意外情况，根本就来不及做出反应，这一点对初学者尤其重要。

了解滑雪索道的开放时间，在无工作人员看守时切勿乘坐，因为此时极有可能是工作人员的下班索道，在工作人员到达下车站后，索道即停止运行，如果你在空中被吊上一夜，发生冻伤事故概率是非常高的。

要根据自己的水平选择适合你的滑雪道，切不可高估自己的水平而贸然行事，要循序渐进。

在滑行中如果对前方情况不明，或感觉滑雪器材有异常时，

应停下来检查，切勿冒险。

在结伴滑行时，相互间一定要拉开距离，切不可为追赶上同伴而急速滑降，那样很容易摔倒或与他人相撞，初学者很容易发生这种事故。

在中途休息时要停在滑雪道的边上，不能停在陡坡下，并随时注意从上面滑下来的滑雪者。

滑行中如果失控跌倒，应迅速降低重心，向后坐，不要随意挣扎，可抬起四肢，屈身，任其向下滑动。要避免头朝下，更要绝对避免翻滚。

视力不好的滑雪者，不要戴隐形眼镜滑雪，如果跌倒后隐形眼镜掉落，找回来的可能性几乎不存在。尽量佩戴有边框的树脂镜片制造的眼镜，它在受到撞击后不易碎裂。

## 冬日型男秀出来

男人的穿衣搭配不像女人那样充满变化，尤其到了冬季，动不动就羽绒衣裹身是大部分男人的日常状态。这么说来，男人（普通男人，可不是超模、明星）难道就和“时尚”、“潮”无缘了？当然不是！今天教你简单的三招，打造三种不同风格的型男。



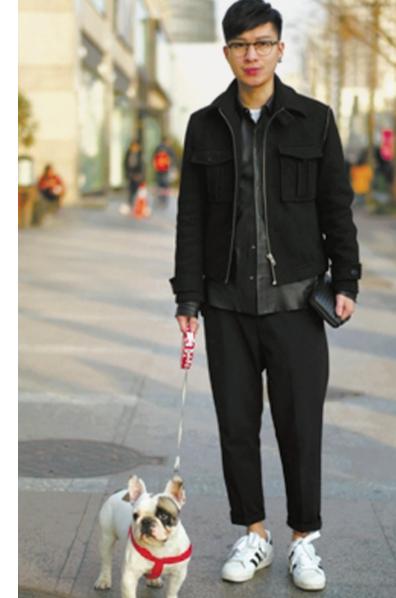
### 黑色——简约风

男人穿一身黑，除了酷，还可以很干净。如果你怕全身黑色太单调，可以夹杂一些深灰，或是用不同材质的黑来缔造层次感。不过质感最重要。一身毛球的开衫，或是粘满了白毛的大衣，都可以舍弃了。



### 大衣——绅士风

有胆量将这种长长的大衣穿上身的男人不多，可但凡能穿上的多半都驾驭得不错。在成套的西装外披一件同色系的长大衣，这种曾经在国外街拍中很常见的穿法，在如今的街头也不少见。再点缀以精致的配饰，如领带、手包，绅士风即刻显现。



### 白球鞋——运动风

每个人心里都有一双不能忘怀的白球鞋，从读书起一直占据着重要位置。相比前两年走红的亮色运动鞋，这一季简单干净的白球鞋强势回归。黑白球鞋无疑是型男的标配。

(本报综合)

# 从“右手戒指”到“单人婚礼”

虽说今年过年特别迟，只是这刚过不久的元旦依然无情地提醒着广大单身族一件事——三姑六婆又要来催你找对象啦！不过，前不久记者看到的一则消息倒可以让单身族们宽心。

据说，日本京都一家旅行社推出了一款名为“单人婚礼”的旅游产品，目的是为了让那些没有结婚对象或不想结婚的女体验当新娘的浪漫感觉。据日本媒体报道，为期两天的短途旅行套餐包括婚礼礼服、花束、盘发、加长豪车接送，高档酒店入住一晚，与旅

行社提供的英俊“新郎”合拍一组完整的纪念照，还能拥有一次“单身蜜月”。全套产品售价约2750美元。

该线路推出半年以来，已经有30多位女性成为“单身新娘”。不过，她们并非像旅行社当初设想的那样全是单身女性，而是有半数都已婚，她们中有的没有举行过婚礼，有的则对自己的婚礼不满意。对此，有人评论说这可以增加女性的自信心，有人则认为，一个人参加这样的旅游项目本身就是可悲的。倒是让人觉得，无论如何，能够这样做的女性至少已经明白应该对

自己好一点，应该想办法让自己开心一点。

这让人想起了七八年前曾经流行过的一个概念“右手戒指”，字面意思是指女性自己买给自己并戴在右手的戒指（因为男人送的戒指一般都戴在左手），暗喻女性的独立、坚强和自我意识。不少女性喜欢用这样一枚充满个性的戒指来表明自己的单身身份，更喜欢通过它来告诉身边的人，单身也很快乐。

“单身婚礼”也好，“右手戒指”也罢，更能被它们触动的一定是单身女性的心灵。因为在传统观念中，坚持单身并

享受这种状态的女性比男性更叛逆，迈出这一步并非易事。因此，从这个角度来看，“单身婚礼”和“右手戒指”都是一种具象化的鼓舞和激励。想象一下，当身边大多数人都对你的单身保持观望时，这样的鼓舞和激励是很重要的。

当然，鼓励人们享受单身的状态，不等同于让他们放弃对真爱的追求。而是想说，在真爱到来之前，请首先学会好好爱自己。至于在三姑六婆的催促下盲目相亲，或是租个对象应付家长之类的事情，还是省省的好。