

《POD-骑车去西藏》

书籍信息

版次：1

页数：256

字数：400000

印刷时间：2011年07月01日

开本：32开

纸张：

包装：平装-胶订

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787501982257

编辑推荐

- 1.车友实际骑行的一手攻略；
- 2.车行、俱乐部、装备店的贴心推荐；
- 3.附送彩色“进藏线路图”1张；
- 4.中国自行车协会权威推荐的低碳图书。

本书作者群由近108位真正的近期骑行进藏的车友共同编写，他们从亲身体验、自身感受为出发点，并兼顾广大爱好者需求精心编写。作者群内有大名鼎鼎的雨儿、豪客等骑行届高手。

内容简介

本书是分为基础篇、攻略篇、共享篇三大部分。其中，基础篇中撰写的骑自行车进藏的装备、要注意些什么，以及到了拉萨后自行车如何处理等问题；攻略篇选取5条经典骑行线路，详细提供周到细致骑行攻略；共享篇叙述了车友们推荐的车店、俱乐部、装备店等；全书极其人性化，堪称国内*实用的骑行进藏宝典。

作者简介

暂无相关内容

目录

Part1 基础篇

骑自行车=代步工具 + 健身 + 旅行

骑自行车进藏的装备
进藏的必备装备及选择
进藏的选备装备及选择
进藏需要带的药品

进藏时我们要注意
选择志同道合的同行者
不适合骑自行车进藏的人
骑行中要注意的
女孩子/女士要特别注意的
骑游中遇到狗，怎么办
骑行时如何摄影

自行车的托运
飞机托运
火车托运
汽车托运
到拉萨后如何处理自行车

Part2 攻略篇

玩转拉萨
拉萨的住宿
拉萨的生活
吃在拉萨
拉萨购物
玩在拉萨

青藏线
青藏线——青藏公路、青藏铁路
装备
消费预算
骑行的**时间
骑行准备
托运自行车
穿衣指数
药品
其他
全线的吃住
西宁休整
西宁的住宿/吃在西宁/西宁购物/玩在西宁
具体骑行攻略

唐蕃古道

唐蕃古道、迎佛路、丝绸南路

装备

消费预算

骑行的**时间

骑行准备

托运自行车

穿衣指数

药品

其他

全线的吃住

具体骑行攻略

新藏线

痛并快乐着的新藏线

交通

装备

办理边防证

消费预算

骑行的**时间

骑行准备

托运自行车

穿衣指数

药品

其他

全线的吃住

叶城休整

叶城的住宿/叶城购物/

具体骑行攻略

川藏线

视觉盛宴之川藏线

装备

消费预算

骑行的**时间

骑行准备

托运自行车

穿衣指数

药品

其他

全线的吃住

成都休整

成都的住宿/吃在成都/成都购物/游在成都
具体骑行攻略

滇藏线

茶马遗韵之滇藏线

装备

消费预算

骑行的**时间

骑行准备

穿衣指数

药品

其他

全线的吃住

大理休整

大理的住宿/吃在大理/大理购物/游在大理

具体骑行攻略

Part3 共享篇

西藏、新疆需要办理边防证的地方

环骑青海湖攻略

喀什家访

中国的玛雅——古格遗址

梅里雪山内转经

其他进藏线路小介

藏地的民族与文化

藏族

回族

撒拉族

附：进藏的总地图

藏族

历史渊源/宗教信仰/民间信仰/衣食住/藏族的节日/藏族的禁忌/藏族的礼仪

回族

历史渊源/宗教信仰/衣食住/回族的节日/回族的禁忌/回族的礼仪

撒拉族

历史渊源/宗教信仰/衣食住/撒拉族的节日/撒拉族的禁忌与礼仪

维吾尔族

历史渊源/宗教信仰/衣食住/维吾尔族的节日/维吾尔族的礼仪

白族

历史渊源/宗教信仰/民间信仰/衣食住/白族的节日/白族的禁忌

纳西族

历史渊源/宗教信仰/衣食住/纳西族的节日/纳西族的禁忌

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)