

<<那些年我们一起做的事>>

图书基本信息

书名：<<那些年我们一起做的事>>

13位ISBN编号：9787511332585

10位ISBN编号：7511332587

出版时间：2013-4

出版时间：中智博文、李娜 中国华侨出版社 (2013-04出版)

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

<<那些年我们一起做的事>>

前言

一个人如果没有东西可回忆，实在是件可怕的事。

而绵长回忆里最清晰、最温暖也最让人难以忘怀的事情，几乎都与过往的青春有关。

请相信，那些偷偷溜走的时光，催老了我们的容颜，却丰盈了我们的人生。

那些年我们一起做的事，让你忆起所有你曾热爱却正在遗忘的人和事，更可以看到属于自己的青春和成长。

有的人喜欢给未来的自己写一封信，但大多数却喜欢怀念过去的日子。

如果可以穿越时空，人们还是愿意回到过去，去看看自己的玩伴，重温那些年少时一起做过的事、一起听过的歌、一起看过的电影。

岁月流逝，让黄发小童变成了峥嵘少年，让人由春秋鼎盛变为白发翁妪。

那些偷偷溜走的时光，虽然带走了我们最纯真的年华，但是也丰盈了我们的人生。

关于那些年，我们都有太多的故事要讲，有太多的遗憾要说，有太多的美梦要圆，有太多的朋友、感情要纪念。

那些年我们一起做的事，再次拾起它们，是为怀念，对青春的怀旧，也是对以往岁月的重温。

从轮滑、蹦极、漂流，到潜水、攀岩、毅行；从徒步穿越、瑜伽，到野营、篝火晚会，总有一些事，提起就让人怀念过去，想起那些曾经的人，曾经有过的感动和温暖。

本书选取了数十件年少时我们一起做的事，让青春的激情穿越时空，重现在我们久已干涸的心灵。

其中包括蹦极、溯溪、漂流、潜水、徒步穿越、毅行、爬山、攀岩、瑜伽、野营等。

通过介绍其产生的年代、背景、装备、须知、益处等讲述它们蕴藏的不朽魅力和激情。

《那些年，我们一起做的事》汇集了那些年，我们一起哭、一起笑，一起有过的青春。

它讲述的不是别人，而是你，是我，是那些年，我们都曾有过的青葱岁月。

那些年，绝非三言两语能说清。

那些年，有爱情、理想、青春……像树根盘根错节生长在我们内心的土壤；那些年，有流逝、坍塌、破碎……像秋风带走落叶一样决然地带走你视线里的一切。

那些年，我们曾经拥有，亦曾失去？

也许你也能在这中间找到自己当年的影子。

我们希望能与读者一起重拾一些温暖的记忆和感动，为了填补我们多年来绝口不提的青春留白时光，也为了纪念我们都有过的青春年少当中你我曾经做过的事。

一起感受《那些年，我们一起做的事》。

<<那些年我们一起做的事>>

内容概要

有的人喜欢给未来的自己写一封信，大多数人却喜欢怀念过去的日子。如果可以穿越时空，人们还是愿意回到过去，去看看自己的玩伴，重温那些年少时一起做的事、一起听的CD、一起看的电影。

岁月流逝，让黄发小童变成了峥嵘少年，让人由春秋鼎盛变为白发翁妪。那些偷偷溜走时光，虽然带走了我们最纯真的年华，但是也丰盈了我们的人生。关于那些年，我们都有太多的故事要讲，有太多的遗憾要说，有太多的美梦要圆，有太多的朋友、感情要纪念。

《那些年，我们一起做的事》选取了数十件年少时我们一起做的事，让青春的激情穿越时空，重现在我们久已干涸的心灵。

其中包括蹦极、溯溪、漂流、潜水、徒步穿越、毅行、爬山、攀岩、瑜伽、野营等。通过介绍其产生的年代、背景、装备、须知、益处等讲述它们蕴藏的不朽魅力和激情。

《那些年，我们一起做的事》汇集了那些年我们一起哭、一起笑，一起有过的青春。它讲述的不是别人，而是你，是我，是那些年，我们都曾有过的青葱岁月。本书由李娜编著。

<<那些年我们一起做的事>>

书籍目录

蹦极——勇敢者的游戏高山速降——风速终极运动悬崖速降——悬崖上的精灵高山滑雪——显现人生价值的冬季最佳运动滑板——都市魔幻运动轮滑——都市风火轮滑草——极速草上飞溯溪——穷水之源，观一路风景漂流——纵情山水间潜水——美丽新世界溪降——飞流直下三千尺滑水——驭水而行，追逐浪花一朵朵徒步穿越——穿越大地，穿越心灵定向运动——按图索骥也休闲毅行——意念之旅，毅力之旅爬山——峰登极顶，享受超脱尘世的清静攀冰——在晶莹的冰瀑上跳“芭蕾”攀岩——蓝天下、岩壁上的极限挑战滑翔——实现人类飞翔的梦想飞机跳伞——盛开在空中的花朵热气球——云中华尔兹骑马——超越一切的感觉真好汽车自助游——和车一起去享受美好生活卡丁车——锻炼勇敢精神的最佳选择BMX——小轮车玩儿转自由的灵魂飞镖——宁静的宣泄射击——活力四射的火药刺激射箭——古老技艺，现代魅力壁球——同高尔夫、网球并列的极品运动网球——兴起于室内的贵族运动击剑——释放激情的轻巧搏击斯诺克——绅士风度与技巧浑然一体瑜伽——灵韵泛身心舍宾——塑造优美体态，培养高雅气质野外露营——森林里的童话野外生存——挑战生命的极限嘉年华——在童话的世界里回到无忧的童年出海打渔——将快乐与鱼儿一网打尽深海钓鱼——提升心情的休闲运动森林浴——沐浴天然氧吧郊游——无限风光在身边家游——俯拾皆诗意篝火晚会——激情燃烧的岁月参观画展——跨越时空的心灵对话听音乐剧——心和音乐的旋律一起飞翔听个人演唱会——点亮星空的旋律京剧——聆听中国历史，触摸传统文化假面舞会——谁是你的天使鸡尾酒会——一盞酒，一份情茶艺生活——涤荡性灵、怡然清新泡吧——“泡”出生活真色彩咖啡屋的“咖啡生活”——啜饮城市的故事哈根达斯——华美的“小资”生活唱卡拉OK——放飞自己的心情录自己的专辑——“鲜”出你自己DV生活——“记”录身边的世界网聚——友你友我网络游戏——梦幻中的自己

<<那些年我们一起做的事>>

章节摘录

当大多数人仅仅将自行车作为代步工具时，一些时尚先锋们已将自行车生活当作了一种体现个性的娱乐休闲方式，他们用自行车开创了一种全新的时尚运动——高山速降。

这是一种借助特制自行车享受速度快感的独特方式。

人们总渴望着能够体验不借助于任何外力的速度运动。

骑上自行车从一个斜坡的顶端飞驰而下，耳边“呼呼”作响的风声会给人一种酣畅淋漓的感觉，这种速度快感常常让人激动不已，难以忘怀。

高山速降被称为Down Hill运动，简称DH运动。

这是一项以刺激、危险著称的终极运动，很早以前就在一些欧美国家盛行。

在高山速降运动中，滑降速度使得这项运动具有更大的挑战性，能够让车手在急剧的滑降速度中挑战自己的各种反应能力，体会前所未有的快感。

从山坡顺势而下，骑着自行车以每小时50~80千米，甚至更高的速度，在复杂多变的山路上迅速滑降，其刺激性和危险性可想而知。

如果和世界一级方程式赛车做比较的话，高山速降带给你的刺激性绝对不比F1的车手驾着赛车以每小时200到300千米的速度在赛道上飞驰差。

需要特别指出的是，这种刺激不是靠机械的动力制造出来的。

所以，高山速降运动给每一个参与其中的人的极速快感是无法比拟的。

加入到高山速降运动中，要特别注意做好身体的保护措施，这是一个不容忽视的环节。

一个高山运动车手，应该有一套质料优良的车衫和一双经久耐用的越野自行车鞋，还应有一个专门为高山速降运动设计的、保护性好的轻便头盔。

这种头盔多为高韧度碳纤外壳，泡沫胶内层，口鼻前面有缓冲胶栅，配一副能见度高的透明眼罩。

头盔能在危险的时候最大限度地保护头部。

此外，还应该有一套保护自己身体的装备，其中应该包括一件连接护肩、护臂、护肘、护腕和护胸的甲衣，一对长及小腿胫骨的铁壳或胶壳护膝、一个腰封。

当然还要有一双皮质柔软、手感好的手套，这可以减缓速降过程中因手的剧烈震荡对身体造成的不利影响。

还有，必须多加注意自行车裤，因为人的“重要部位”（比如大腿内侧、臀部等部位）都需要用加厚的棉垫作为保护层。

高山速降这种娱乐休闲方式要特别注意高山速降自行车的结构，以及其零件配备。

这些都直接与骑行安全息息相关。

高山运动自行车的车架大多数采用中间带有避震鼓的中央避震，其架质多为加压铝合金碳纤维，所以车架比较重。

高山速降是骑自行车从上向下冲的，所以能达到很高的速度，自然，自行车的车叉要非常讲究。

车叉可以有两种选择：一种为高位避震前叉俗称“高叉”，一种为低位避震前叉。

此外，车的大小牙盘、变速器等，基本上要用套件，千万不可随便凑合，否则最终“受伤”的只是你了。

如果你是一个高山速降的高手，可以用一种返璞归真的自行车，从山上一冲而下。

在你骑乘的整架车中，舍弃了中央避震和前叉避震，在山路上向下高速滑降时，自行车往复不定的震荡和惊人的速度揉合在一起，给人的刺激比一般的高山速降更加地强烈。

高山速降活动中常常会有一些比赛，不仅比速度、力量和技巧，更多的是比车手的心理素质和耐力。

有的高山速降比赛需要车手从角度为六七十度的崎岖山坡上迅速冲下。

由于本身就是较少蹬车的运动，车手将自行车高速时的快、慢技术组合，谓之车技，这可是他们最重要的看家本领。

高山速降比赛中，比赛的路线必须有3%为铺设的路面(如沥青、水泥等)，而且全部都是下坡骑行路段，其中就包括单人道、跳跃、慢地段、田野、森林道和砾石道。

<<那些年我们一起做的事>>

在南京的一次比赛中，有一段地形特别惊险，选手要先飞车越过一块落差80厘米的大石头，马上紧急减速再来一个近90度的直角右拐，稍有差错便是一跤，绝对考验车手的心理素质和驾车技巧。

高山速降是一种让人越玩越上瘾的运动。

当你从山坡上急速而下，经历着不断的剧烈颠簸、不断地跨越一个个障碍，最后胜利达到终点时，个中滋味真是复杂之极。

但高山速降的乐趣也恰恰在此，当然，它带给我们最多的是征服一切艰难困苦的勇气！

P6-8

<<那些年我们一起做的事>>

编辑推荐

最值得珍藏的怀旧读物，纪念我们共同的青春。

请相信，那些偷偷溜走的时光，催老了我们的容颜，却丰盈了我们的人生。

那些年，我们一起做的事，让你回忆起所有你曾热爱却正在遗忘的人和事，更可以看到属于自己的青春和成长。

那些年，我们曾经拥有，亦曾失去。

也许你也能在这中间找到自己当年的影子。

我们希望能与读者一起重拾一些温暖的记忆和感动，为了填补我们多年来绝口不提的青春留白时光，也为了纪念我们都有过的青春年少当中你我曾经做过的事。

一起感受《那些年，我们一起做的事》。

本书由李娜编著。

<<那些年我们一起做的事>>

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>