

如何選擇背囊？

根據力學的原理，背囊的重量愈近身體重心，便能愈省力，背囊的設計重於如何將重量升高，而另一力面不會失去平衡。

1. V 型袋的設計比 U 型袋較省力。在矮林及叢林中，太高的背包使行動不方便。
2. 容量：視乎旅程而決定背囊的體積，一般有 65 升、50 升、45 升、42 升等不同大小，通常兩日一夜的旅程需要用四十升的背包。
3. 支架：分為外置架、內置架及無架三類。有內置架背囊比較舒適及適合背負較重的物品。
4. 肩帶的闊度應有 2 吋以上及有軟墊。
5. 縫接部位要堅固及每吋應有十針以上。
6. 防水與否並不十分重要。
7. 背囊的蓋要大，架上必須至少有兩條闊帶。
8. 最好有腰帶以防止背囊左右移動。
9. 最好所有肩帶均能夠收縮貼身。
10. 昂貴牌子並不一定是最好的。

背囊的護理

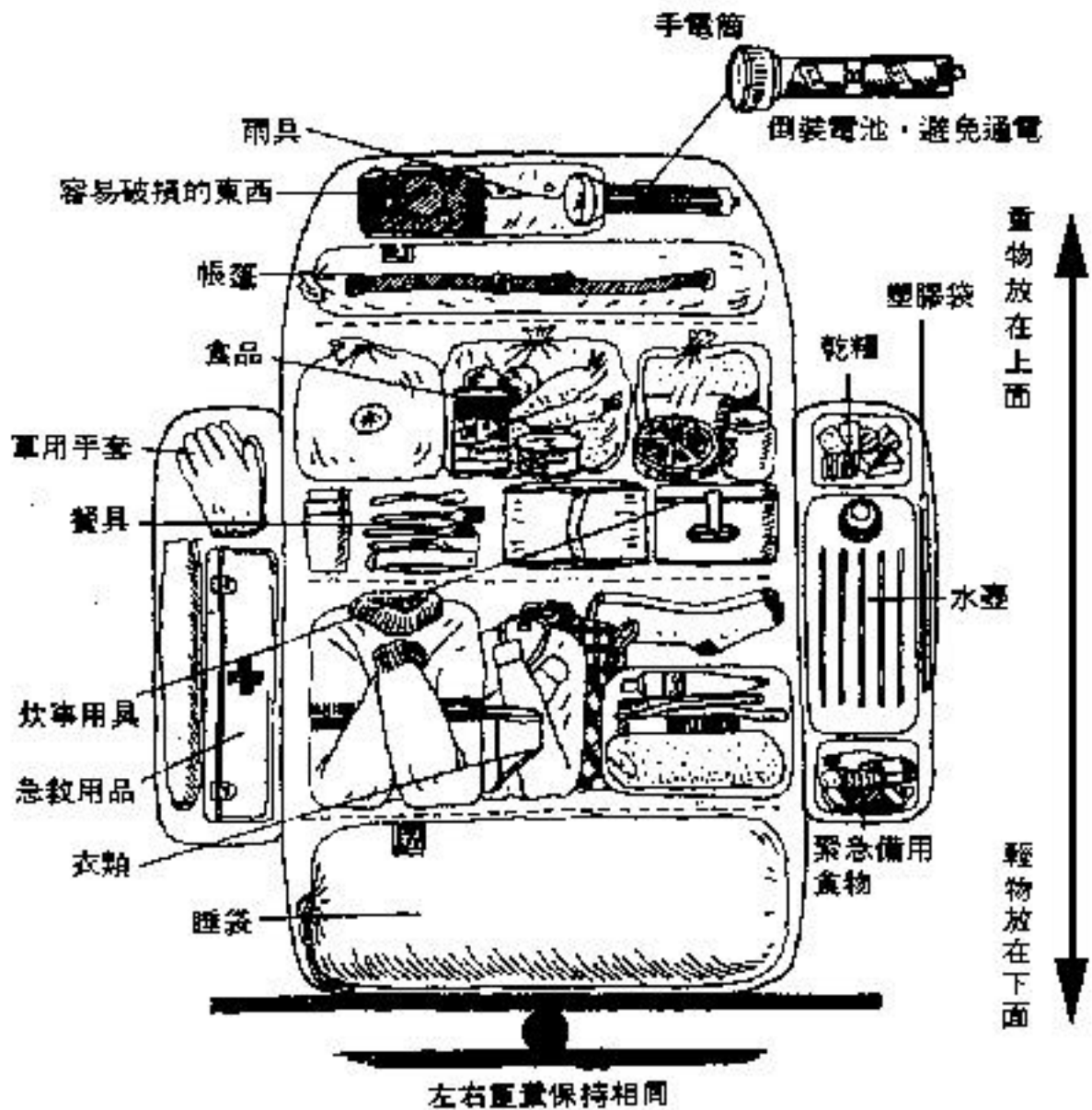
弄污了的背囊應用清水洗滌，然後放在陰涼處吹乾。化學纖維的背囊切忌用電暖爐直接焙乾。

收拾背囊

基本方法：

-
- 重的物件放在上面，輕的物件放在下面。
-
-
-
-
-
- 雨／風衣及照明工具必須放在最上面，方便快速取用。

背囊收拾



部份來自『訓練縱橫』6/99

港島 281 賴德華/南葵涌區會