

## 滑雪服裝指南

### 上衣

#### 1). 外套

基本上一件中等長度（不可太長）、防水而又夾有一層薄保溫綿之外套便已足夠。不一定需要頭罩，最好是設有彈性袖口及衣內附有防雪裙以防止風雪滲入。



#### 2). 中層

任何厚軟而又暖和之罩衣均可，如毛裡（抓毛）、羊毛、化纖夾棉等。宜貼身不宜鬆身；半胸式拉鍊比圓領更佳，因易於穿著及可拉開散熱。厚薄視天氣及其他衣物之配搭而定。厚毛布恤衫或拉鍊開胸外套亦可，但長拉鍊會在彎腰時影響舒適。羽絨亦不太適宜，因有機會濕水受潮。



#### 3). 內衣

貼身、高保暖度之內衣，羊毛、化纖（天蠶衣）均可。棉質內衣則不可，因棉吸水後十分難乾，袖口及領口甚至會結冰而令皮膚受凍。此外，衣袖必須夠長以覆蓋腕口，領口亦以高身樽領為佳（可選附拉鍊以便於穿脫）。或者，可以穿最新科技之 Body Mapping 立體編織之內衣，可以更貼身溫暖而不阻礙動作。



### 褲

#### 1). 外褲

外層之滑雪褲首要是防水及鬆身。較佳的設計會有側開全開式拉鍊及立體式膝蓋剪裁，以便易於穿脫和方便動作；有些設計則需要加上吊帶。



#### 2). 內褲

內層之長褲以有適當保暖效能、輕軟舒適為佳，可以是長內褲（羊毛或化纖）、運動褲或遠足褲。同樣，棉質長內褲不宜。

## 手套

滑雪手套首要要求是防水及具有適當保溫功能，手腕部份不可太短，應以能與剛好掩蓋外套袖口為佳。優質的設計會用上立體剪裁及在掌心加上防滑膠，而腕口亦可以收緊。



## 襪

基本上，一雙中等長度、厚而保暖之羊毛或化纖襪便已足夠，不一定需要穿兩雙襪。襪不能太短，須高於滑雪靴筒及小腿。同樣，棉襪不宜。



## 帽

由於防雪外套所附加之防雨帽會阻擋視線，故滑雪時應戴上獨立之保溫帽。任何輕軟而保暖之毛冷（羊毛或亞加力）、毛裡帽均可。應有充足彈性可以緊貼頭部以免滑雪時飛脫，而怕冷人士可選有覆蓋耳部之設計。



## 滑雪鏡

另一樣不可或缺之裝備，以防止高速下滑時寒風刺眼。

滑雪鏡一般採用黃色鏡面，用以抵擋烈日下雪面反射之陽光。雙層鏡片設計則可防止霧氣在鏡面凝結。近視人士可選用鏡面較大的以便加套在眼鏡之上，如兩側海棉沒有凹槽的話亦可自行用刀片切出以便眼鏡臂通過。



## 頸巾

用以加強頸部之保溫效果，尤以上衣頸口不夠高時更為需要。怕冷人士可以加穿軟毛裡之保溫面罩。或者，亦可選用一些圓筒形設計、可以拉高以覆蓋口部之 Neck Gaiter。



### THE OVERLANDER

旺角彌敦道 610 號荷李活商業中心 12 樓 12-23 室 (電話：2117 1810)

銅鑼灣軒尼詩道 438-444 號金鵝商業大廈 2-3 樓 (電話：2573 2210)

銅鑼灣軒尼詩道 489 號銅鑼灣廣場一期 205 店

沙田新城市廣場一期 5 樓 536 店 (電話：3427 9626)

荃灣荃新天地一期 UG57 店 (電話：2117 1720)

將軍澳新都城中心二期 1 樓 1129 店 (電話：2628 9902)

九龍灣宏照道 38 號 Megabox 8 樓 1 號舖 (電話：2629 5009)

[www.overlander.com.hk](http://www.overlander.com.hk)