

<<西藏行摄之书>>

图书基本信息

书名：<<西藏行摄之书>>

13位ISBN编号：9787802368385

10位ISBN编号：7802368383

出版时间：2013-1

出版时间：中国摄影出版社

作者：赵利山

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>

## <<西藏行摄之书>>

### 内容概要

《西藏行摄之书》作者十余年来多次进藏，以自己的亲身经历写成这本西藏摄影旅游指导书，书中不仅展示了西藏迷人的自然风光及人文风情照片，详细分析了它们的创作灵感、构图、用光、拍摄技巧等，并对西藏大小景点摄影的最佳行程、器材准备以及注意事项进行了实用性的说明，适合作为进藏摄影爱好者必备的口袋书，一步步引领您去探索和感受神秘西藏沿途旖旎的自然风光和独特的人文风情。

## <<西藏行摄之书>>

### 作者简介

赵利山：1999年，毕业于鲁迅美术学院实用美术专业。

2008年，拍摄并出版《看不见的西藏》。

2009年，摄影作品入选“德中同行当代艺术大展”。

2011年，举行个展“看不见的西藏”。

曾在多家国内知名广告公司任美术指导、艺术总监、商业摄影师等职务。

现为多家旅游杂志和图片社供图。

<<西藏行摄之书>>

书籍目录

出发前的准备 拉萨——圣殿之旅 日喀则——巅峰之旅 山南——溯源之旅 林芝——梦幻之旅 昌都——  
传奇之旅 阿里——朝圣之旅 图片整理与后期处理

## &lt;&lt;西藏行摄之书&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：作为以摄影为目的的旅行者，如果可能，最好分别选择不同的交通工具进出西藏，体会沿途不同的风光。

具体选择什么交通工具，这要取决于你的时间安排和预算了。

最理想的便是自驾车进藏，这也是每个人的终极梦想，尤其对于摄影者，可以随时停车、转向到达拍摄的目的地。

这不仅需要时间、金钱，更重要的是勇气，最好几辆车结伴而行。

单车骑行进藏是最酷的一种方式，我第一次骑行滇藏线目的竟然是为了摄影，回想起来都有点疯狂。

单车骑行不仅要有足够的勇气，还要有坚强的毅办。

旅行预算 不论贫富，西藏都向你敞开博大的胸怀。

通常单飞一次拉萨及日喀则、山南、林芝等地的自助游，需要半个月左右，各种费用加起来10000元人民币足够了。

也许在您出发前就已经花掉大部分银子了，因为一套名牌的户外服装可能会花掉两个来回机票的费用，我建议一般旅行者不必武装得那么精良，其实大部分时间那些装备起不到作用；当然，如果经济条件允许，精良的装备会让你的旅行更舒适安全。

：相信你会找到两全其美的办法。

在西藏，摄影者最大的开销就是交通。

因为好多地方并不通车，所以只能包车前往，比如珠峰和阿里地区。

如果您用胶片相机拍摄，胶片也是一笔庞大的开销。

好在现在有了数码相机，但很多专业摄影师仍然习惯使用胶片。

你的目的地、交通路线和时间等诸多因素决定你的预算。

预算一定要有些余量，因为在西藏总会有些意想不到的开销。

许多银行在拉萨和各地区市县都有支行和ATM取款机，可以携带银行卡。

健康保障 高原反应：在西藏，保持健康是个很重要的问题。

首先不要把高原反应想像得过于可怕，只要做到以下几条，大部分人都会顺利克服它。

确定自己没有以下疾病，如心、肺、脑、肝、肾的病变，严重贫血，高血压或流感，如有其中一种请勿盲目进入高原。

刚到高原，不要过度兴奋，立刻投入到繁忙的拍摄当中，虽然刚上高原可能反应不强，但过两天你就要吃不消了。

一般要充足地休息两天，少做运动，多睡眠，少吃油腻，不要抽烟和酗酒，多喝水，多吃蔬菜水果。

如果能够正确地调整自己，2—3天后，就能初步适应，但并不是可以为所欲为了，还是不能过多运动，要逐渐过渡。

## <<西藏行摄之书>>

### 编辑推荐

近年来西藏旅游逐渐升温,《西藏行摄之书》不仅展示了大量精美的西藏风景和人文照片,还从摄影爱好者的角度对西藏大小景点的拍摄路线、最佳时间和拍摄技巧作了详细的介绍,是一本不可多得的实用旅游、摄影参考书。

<<西藏行摄之书>>

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>