

Hold Vejret PDF

Morten Rosenvold Villadsen



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Morten Rosenvold Villadsen

ISBN-10: 9788799089758

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1178 KB

BESKRIVELSE

'Hold Vejret' er en håndbog om fridykning på dansk. Alle kan blive bedre til at holde vejret med de rigtige teknikker og metoder. Lær alt om, hvordan kroppen virker når man holder vejret. Bogen forklarer dig hvad du bør vide når du begynder at fridykke og holde vejret. Læs om mental og fysisk træning, og få det hele grundigt forklaret og illustreret med fremragende fotos af nogle af verdens bedste undervandsfotografer. Bogen indeholder: Fysiske og mentale udfordringer - sådan tackler du dem. Klassiske fejl - og hvad du kan gøre i stedet. Grundig afsnit om sikkerhed, udstyr og teknikker. Interviews med 15 af verdens bedste fridykker. 50 øvelser, der gør dig til en bedre fridykker. Videoer og ekstramateriale online. Bogens forfatter er en af Danmarks bedste fridykkere og undervandsjægere. han har holdt vejret i mere end 7 minutter og dykket til mere end 80 meters dybde.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Fridykning på Maldiverne. Johnny Krogsgaard fra 3byggetilbud.dk fridykker her på Maldiverne med hajer, rokker og skilpadder. Johnny havde forinden fået et ...

Fridykning. Artikler og videoer om fridykning. Holde vejret længere. Kurser, træning og firmaevents. Udstyr til fridyk og uvjagt. Undervisning under vandet

Mennesker trækker jo vejret mange gange i minuttet. Hvordan kan fridykkere egentlig holde vejret så lang tid under vandet?

HOLD VEJRET

[Læs mere ...](#)