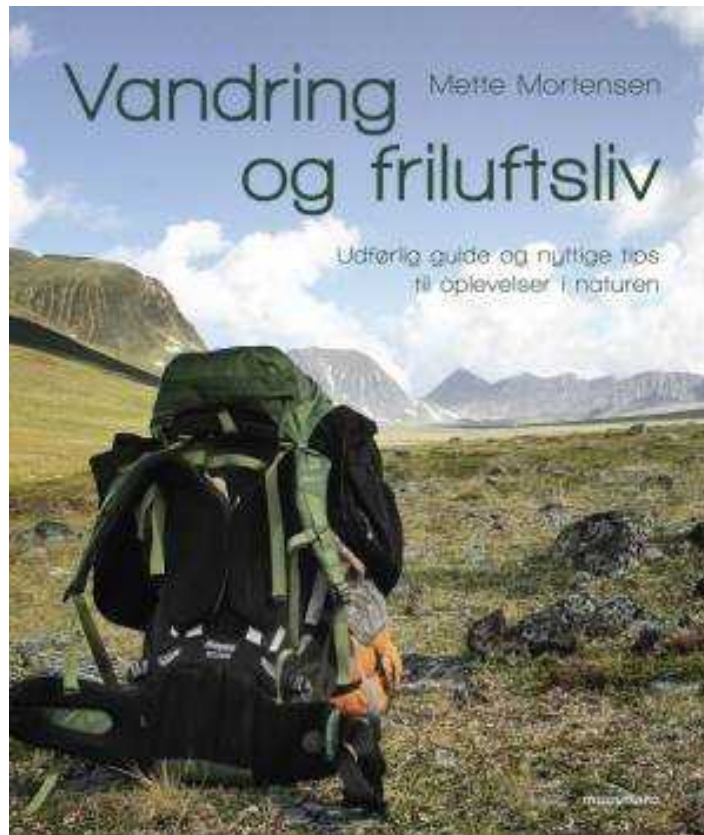


Vandring og friluftsliv PDF

Mette Mortensen



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



Forfatter: Mette Mortensen
ISBN-10: 9788793575356
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3454 KB

BESKRIVELSE

Det er blevet populært at vandre. Flere og flere vil ud i naturen, mærke terrænet og sætte tempoet ned, så der er masser af overskud til at nyde den fulde oplevelse. Nogle drømmer om at sove under åben himmel, og måltider i det fri hører naturligvis med. Men hvordan får man styr på det hele og kommer godt i gang, hvis man ikke har prøvet det før? Denne bog giver svarene på det hele. Den er skrevet til den læser, der drømmer om at mærke friheden ved at komme ud i naturen – enten over flere dage med 'sit hjem på ryggen' eller på de lidt kortere ture med madpakke og varm kaffe. Udgangspunktet er at give læseren de basale færdigheder, der skal til for trygt og sikkert at kunne opholde sig, vandre og overnatte i det fri, og læseren rustes til at vurdere egne behov og kunne pakke og indstille sin rygsæk efter dette. Bogen gennemgår de forholdsregler, der er nødvendige, hvis man skal holde sig mæt, varm og tør i naturen, og giver input og viden til at vælge det rette friluftsudstyr, som netop passer til den enkeltes behov. Der vil også være svar på, hvad man fx har brug for, når man på egen hånd skal finde vej med kort og kompas, hvis man får en vabel, bliver stukket af en hveps, og hvad der ellers er af små udfordringer.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Vandring: I dag starede jeg dagen med, at gå 6 km. Det burde være det. Men da klokken var over 21 kunne jeg se, at S Healt skridttæller havde registret cirka 8500 ...

Vandring og friluftsliv i naturen med Pan OutVentures - Pan Idræts hold for dem der gerne vil nyde i naturen i et åbent og inkluderende socialt fælleskab.

Hevring skydeterræn. Jeg har længe overvejet en Vandretur i Hevring skydeterræn, og ja det må man godt, når forsvaret ikke har aktiviteter i området. Det blev ...

VANDRING OG FRILUFTSLIV

[Læs mere ...](#)