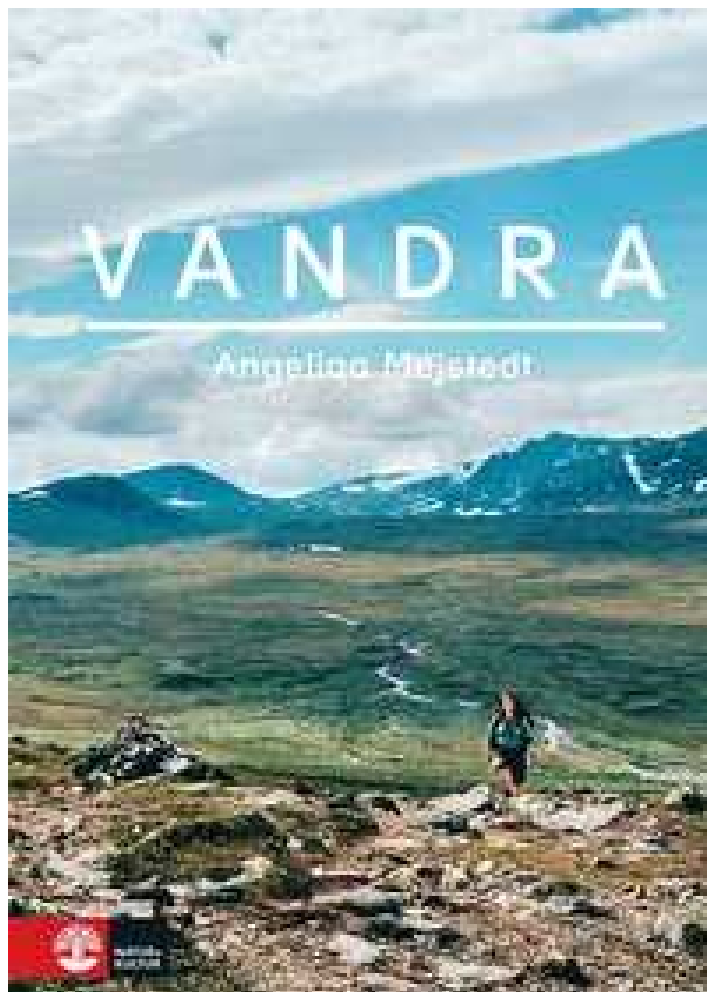


## **Vandra PDF E-BOK**

**Erling Kagge**



Författare: Erling Kagge  
ISBN-10: 9789127157040  
Språk: Svenska  
Filstorlek: 2542 KB

## BESKRIVNING

Vandring ger dig naturupplevelser du aldrig kommer att glömma. På ett enkelt och roligt sätt visar Vandra vägen uti naturen. Det behöver inte vara dyrt, långväga eller kräva massor av förberedelser om det inte är så du vill ha det. Med den här boken kommer du snabbt igång och får den kunskap som behövs för att ta första steget mot drömvandringen, oavsett om det är en första övernattning i tält eller att bestiga Kebnekaise. Boken inspirerar till kortare och längre vandringar, i olika sorters terräng och årstider, genom hela livet. Du lär dig vilken utrustning som behövs, hur du ska planera när det gäller mat, vatten och kläder och hur du smartast packar ryggsäcken. Lär dig navigera i skog och på fjäll, hur du gör om du råkar gå vilse, hur du vadar över vattendrag på ett säkert sätt och vikten av att ta pauser längs leden. Du får också med dig massor av smarta tips på hur du slipper skavsår, vad du sysselsätter dig med om du blir inregnad i tältet och hur du lyckas tända en lägereld i alla väder. I avsnittet om vandringsleder inspireras du av klassiska vandringsleder både i Sverige och utomlands. Angeliqa Mejstedt är uppväxt med vandringslederna i norra Västmanland, har lärt sig överlevnadskunskap i Försvarsmakten och har pilgrimsvandrat i tre länder. För Angeliqa, som sedan 2013 driver populära Vandringsbloggen, är känslan av att vara ute viktigare än antalet presterade kilometer och höjdmeter.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Vandring - Utsidan**

Oavsett om du vill vandra på avlägsna fjälltoppar, längs karg kust, på dimmiga skogsstigar eller nära stadens brus hittar du ditt nästa vandringsäventyr hos oss.

### **Vandra Rugs | Rug-weaving company that combines modern design with ...**

En kabintur med vandring till toppen eller en svettig runda runt Totthummeln? Oavsett typ av vandring står Åre redo med middag, hotellsängar och häng i byn.

### **Cykla & Vandra - Fantastiska aktiva resor!**

Ett bra sätt att lära känna en plats är att vandra. Arjeplog är en stor och vidsträckt kommun med ett imponerande fjällandskap som kan erbjuda vackra vyer och ...

***LÄS MER***