

Tags: Stora boken om långfärdsskridskor epub books download; Stora boken om långfärdsskridskor ladda ner pdf e-bok; Stora boken om långfärdsskridskor e-bok apple; Stora boken om långfärdsskridskor las online bok; Stora boken om långfärdsskridskor MOBI download; Stora boken om långfärdsskridskor bok pdf svenska

Stora boken om långfärdsskridskor PDF E-BOK

Mårten Ajne



Författare: Mårten Ajne
ISBN-10: 9789188779410
Språk: Svenska
Filstorlek: 1308 KB

BESKRIVNING

Det här är den mest omfattande boken om skridskoåkning och isbedömningsom någonsin givits ut i Sverige. Författaren Mårten Ajne har över 30 års erfarenhet av svenska och utländska naturisar och spenderar 40 50 dagar om året på skridskor, inte sällan som ledare eller israpportör för SSSK (Stockholms skridskoseglarklubb). Boken erbjuder både enkla, beprövade tumregler och avancerade fördjupningar.

ISLÄRA Om egenskaper hos is och olika istyper, om isen håller eller ej, hur snabbt den växer och på vilket sätt den smälter.

ISBEDÖMNING Hur du känner igen tunn is och identifierar försvagningar med syn, hörsel och ispick samt undviker farlig is.

HITTA IS Lär dig förutsäga när och var de bästa skridskoisarna kommer att finnas.

UTFÄRDER Hur du planerar en tur, hittar den bästa isen och gör de smartaste vägvalen.

ÅKTEKNIK Spar kraft och nå längre, åkning i grupp samt hur du hanterar sämre isförhållanden.

UTRUSTNING Motiverade råd om åk- och säkerhetsutrustning samt hur skridskon slipas.

GENOM ISEN Ta dig upp ur vaken, gruppdynamik och genomgång av olycksstatistik.

Mårten Ajne debuterade som författare med den storslagna fotoboken *Vintervatten* (Calazo 2010). Här presenterar han sina omfattande kunskaper om isar och skridskoåkning, med förhoppningen att bidra till att ge läsaren mer njutbara turer och åka med större säkerhet. Henrik Trygg är en av landets bästa outdoorfotografer och har åkt skridskor med kameran i handen sedan början av nittiotalet.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Långfärdsskridskor nybörjarkurs Stockholm

Calazo Förlag ger i dagarna ut ett riktigt praktverk för alla som är intresserade av att åka långfärdsskridsko på naturisar. Stora boken om långfärdsskridsko ...

Stora boken om långfärdsskridskor - akademibokhandeln.se

2018, Flexband. Köp boken Stora boken om kajakpaddling : lär dig allt om havskajak - från långturer och kajakrollar till vinter och surf hos oss!

Ajne mårtén - stora boken om långfärdsskridskor - (danskt band ...

2018, Flexband. Köp boken Stora boken om långfärdsskridskor hos oss!

STORA BOKEN OMLÅNGFÄRDSSKRIDSKOR

LÄS MER