

Keywords: Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini libro pdf download, Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini scaricare gratis, Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini epub italiano, Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini torrent, Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini leggere online gratis PDF

Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini PDF

Annalisa Cogo



Questo è solo un estratto dal libro di Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Annalisa Cogo
ISBN-10: 9788820366773
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4556 KB

DESCRIZIONE

Il volume affronta tutti i più importanti argomenti riguardanti la salute in montagna: le caratteristiche del clima di montagna e le risposte dell'organismo alle mutate condizioni ambientali; le differenze nella capacità di esercizio tra la bassa e l'alta quota; il mal di montagna e le altre patologie legate all'ambiente con tabelle per la prevenzione e il trattamento; la preparazione, l'allenamento e l'alimentazione, sia per affrontare semplici escursioni, sia per trekking più impegnativi; la possibilità per persone con patologie croniche di andare in montagna; gli accorgimenti necessari per far vivere bene la montagna ai bambini. Questa nuova edizione, completamente aggiornata, si arricchisce di un prezioso contributo di Tona Sironi, tibetologa, scrittrice e pioniera dell'alpinismo femminile in Italia.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini

Medicina e salute in montagna. Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini Autore: Annalisa Cogo Anno: 2009 Prezzo: 19.90 EUR

eBook: Medicina e salute in montagna - Annalisa Cogo - Hoepli - Prevenzione, cura e alimentazione per chi pratica gli sport alpini... - Acquista su Edizioni il Punto ...

**MEDICINA E SALUTE IN MONTAGNA. PREVENZIONE, CURA E ALIMENTAZIONE PER
CHI PRATICA GLI SPORT ALPINI**

[Leggi di più ...](#)