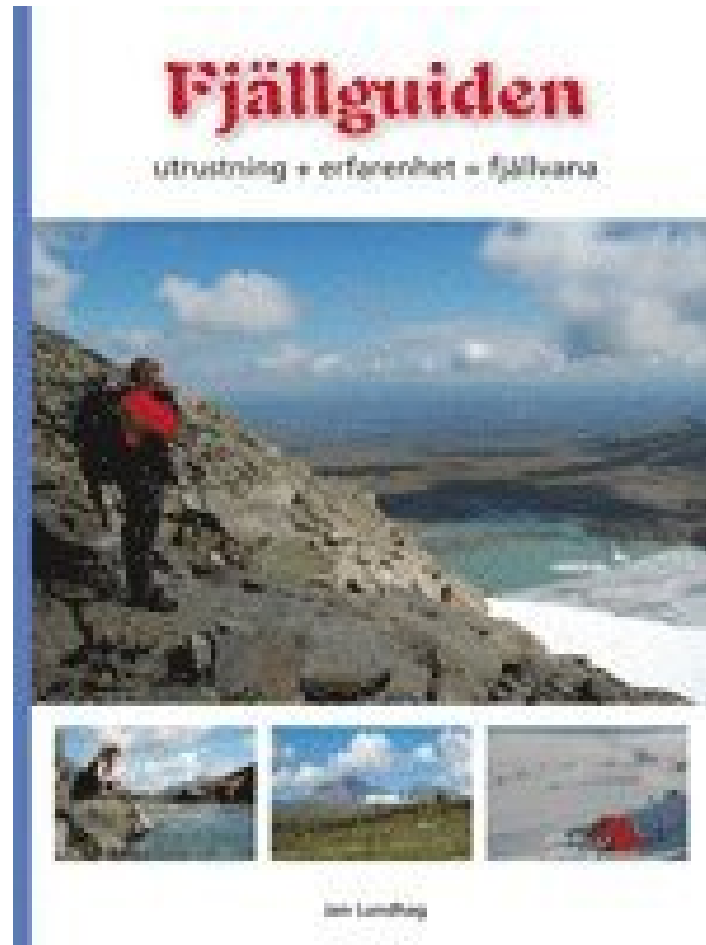


## **Fjällguiden : utrustning + erfarenhet = fjällvana PDF**

**Sara Starkström**



*Det här är bara ett utdrag ur Fjällguiden : utrustning + erfarenhet = fjällvana bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Sara Starkström

ISBN-10: 9789186433086

Språk: Svenska

Filesize: 3594 KB

## BESKRIVNING

Mängder av tips från en van fjällguide för sommar och vinter! För att på ett tryggt och avslappnat sätt kunna vistas i fjällen krävs erfarenhet, kunskap och rätt utrustning. Erfarenhet kommer med tiden men med ett större kunskapsförråd kan många av nybörjarmisstagen undvikas och mycket hårdvunnen erfarenhet kan erövrats på ett enklare sätt. Fjällguiden ger en möjlighet att tillägna sig kunskap om fjällvärlden så att både de första trevande fjällturerna och de mer avancerade turerna klaras av utan större svårigheter. I boken finns information för både nybörjaren och fjälledaren. Boken innehåller en grundlig genomgång av den utrustning som krävs för såväl sommar- som vinterturer. Allt från vad du ska tänka på vid val av kläder till nack- och fördelar med olika tältmodeller och vilka bindningar som finns till turskidor tas upp. Författaren beskriver även hur du underhåller utrustningen och ger tips om hur den kan lagas om oturen skulle vara framme. Det är inte bara utrustningen som är viktig. Det är även viktigt att ha kunskap för att klara av de hinder som kan uppkomma längs vägen. En stor del av bokens innehåll består av just sådan kunskap och säkerhetstänkandet är ständigt i fokus. Fjällorientering, hur man använder en vindsäck och vad som behövs i medicinväskan är några av de saker du får lära dig. Författaren Jan Lundhag, med bakgrund i det välkända företaget Lundhags, har mångårig erfarenhet av fjällturerna både privat och som fjälledare. Han är med i Svenska turistföreningens jämtlandssektion och både uppdaterar och bygger på sina kunskaper årligen. Förlag: Vildmarksbiblioteket

Ur innehållet: \* Skidåkning i fjällen\* Att vada över en ström\* Rätt storlek på kängorna\* Vad är fjällvana?\* Intressanta varianter på tältning vintertid\* Underhåll av stavar och skidor\* Mat och värme på fjället\* Fjällorientering i praktiken\* Hur du landar en helikopter\* Standarddryggsäckens utförande

## **VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?**

Munin Förlag AB Fjällguiden : utrustning + erfarenhet = fjällvana Adlibris SE. Besök butik . Senast uppdaterad 03.10.2018. 299 kr. inkl. frakt: 299 kr

FJÄLLGUIDEN : UTRUSTNING + ERFARENHET ... kunskap och rätt utrustning. Erfarenhet komn med tiden men med ett större kunskapsförråd ... \* Vad är fjällvana?

För att på ett tryggt och avslappnat sätt kunna vistas i fjällen krävs erfarenhet, kunskap och rätt utrustning. ... Fjällguiden ger en ... \* Vad är fjällvana?

**FJÄLLGUIDEN : UTRUSTNING + ERFARENHET = FJÄLLVANA**

[Fortsätt läsa...](#)