

**riverside**  
agency

## **Senderismo**

Autor: Jean-marc, Lamory

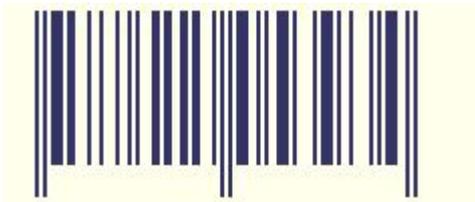
Acanto

ISBN: 978-84-15053-93-4 / Tapa dura / 144pp | 142 x 225 cm

Precio: \$ 31.800,00

Este manual nos ofrece fuentes de información útiles, previene sobre los condicionantes del medio natural, aconseja con quién caminar, cómo elegir y organizar las excursiones, equiparse y hacer la mochila. Recuerda las necesidades del cuerpo en el curso de un esfuerzo, indica cómo caminar bien y dirigir las excursiones, sin olvidar la necesidad de prepararse. Diferencia entre peligros y riesgos y aconseja para evitar incidentes y accidentes. Tanto si somos excursionistas debutantes como experimentados, esta guía nos aportará conocimientos teóricos esenciales para movernos en todo terreno y circunstancia en las mejores condiciones de placer, confort y seguridad.

Este manual nos ofrece fuentes de información útiles, previene sobre los condicionantes del medio natural, aconseja con quién caminar, cómo elegir y organizar las excursiones, equiparse y hacer la mochila. Recuerda las necesidades del cuerpo en el curso de un esfuerzo, indica cómo caminar bien y dirigir las excursiones, sin olvidar la necesidad de prepararse.



Jean-marc, Lamory