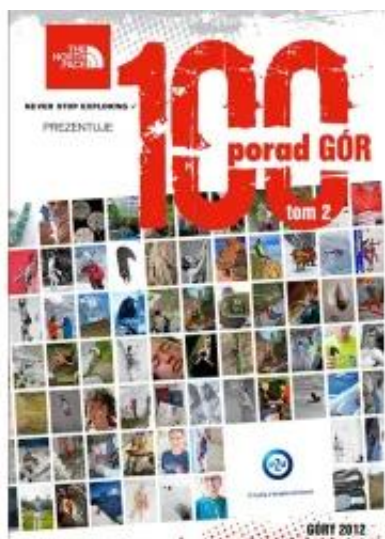

Dane aktualne na dzień: 17-08-2026 15:52

Link do produktu: <https://www.bibliotekataternika.pl/100-porad-gor-tom-2-p-157.html>



100 PORAD GÓR TOM 2

Cena

68,00 zł

Opis produktu

W drugim tomie „100 porad GÓR” na blisko 600 stronach (o 50 więcej niż w pierwszym tomie!) znalazło się 50 rozdziałów dotyczących wspinaczki skalnej, hakowej, jaskiniowej, lodowej, bulderingu, alpinizmu, bezpieczeństwa i higieny w górach, skituringu, telemarku, snowboardu, highline, kanioningu, trekkingu, fotografii outdoorowej, przygotowania psychologicznego, prawidłowego odżywiania oraz właściwego doboru sprzętu.

Podobnie jak w pierwszym tomie, dopełnieniem porad są wywiady. Tym razem przepytaliśmy: Hansjörga Auera, Caroline Ciavaldini, Ikera Pou i Yuji Hirayamę.