

Buchtipp: Skitouren – In 10 Schritten zum Gipfelglück

Dieser Ratgeber vermittelt Einsteigern in 10 Schritten die Grundlagen des Tourengehens und zeigt alle Tricks und Tipps für die ersten Touren.



Der Autor präsentiert das Skitourengehen in allen seinen Facetten: Von den Skiern bis zum GPS-Gerät, Trainingsvorbereitung, Tourenplanung, Lawinen- und Geländekunde, Aufstiegs- und Abfahrtstechniken.

In 10 Kapiteln werden alle wichtigen Voraussetzungen für ein erfolgreiches Skibergsteigen besprochen und mit über 100 animierenden Fotos illustriert. Dieses Lehrbuch enthält fundiertes Fachwissen von Skitouren-Profis für Einsteiger, Wiedereinsteiger und auch für Fortgeschrittene.

Markus Küffer, Leiter Mediathek, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen

Buch ausleihen: Zimmer, O. (2014): [Skitouren – In 10 Schritten zum Gipfelglück](#). Bielefeld: Delius Klasing

Quelle: [Amazon](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO