

## TITELINFORMATION



Georg Sojer, Pepi Stückl

### **Bergsteigen**

Lehrbuch und Ratgeber für alle Formen des Bergsteigens  
192 Seiten, ca. 200 Abbildungen, Format 16,5 x 23,5 cm, Broschur  
mit Fadenheftung

ISBN 978-3-7654-5435-6

€ [D] 19,95

€ [A] 20,60\*

sFr 27,90

## **Alle Varianten des Bergsteigens kompetent erklärt**

Das Praxisbuch zum "Bergsteigen", komplett überarbeitet! Die erfahrenen Berufsbergführer Georg Sojer und Pepi Stückl beschreiben alle Arten des Bergsteigens: Bergwandern, Fels- und Eisklettern, Hochtouren, Klettersteige, Skitouren und Trekking. Dazu: Hinweise zur richtigen Ernährung, optimalen Ausrüstung, Kondition und Orientierung. Die Geh-, Kletter- und Sicherungstechnik entspricht dem neuesten Erkenntnisstand des alpinen Sicherheitskreises.