

UTBILDNING

Lär dig mer inför vintern om allt från säkerhet, laviner, grundläggande klätterkunskaper och allt därtill.



JIMMY SÄGER:
ÅK SÄKERT!

STAYING ALIVE IN AVALANCHE TERRAIN

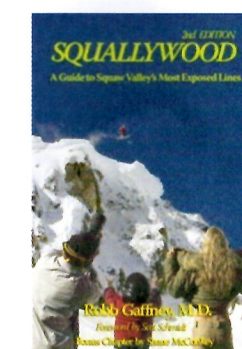
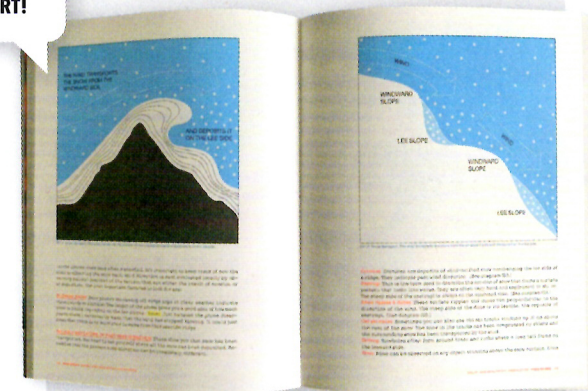
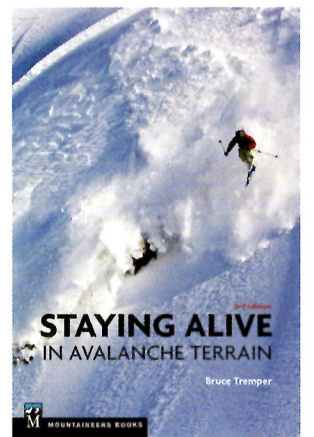
Bruce Tremper

En av de mest lästa och använda böckerna om lavinkunskap, skriven av en av världens främsta och mest erfarna lavinexperter.

FREE SKIING - HOW TO ADAPT TO THE MOUNTAIN

Jimmy Odén

Den svenska och oändligt erfarna bergsguiden Jimmy Odén, som även är en av grundarna till klädmärket Elevenate, har skrivit denna tegelsten till bok med allt du kan tänkas behöva veta för att färdas till fjälls eller bland spetsiga alptoppar. Komplet med pedagogiska bilder och skisser som visar och förklarar allt från användbara knopar till lavinsäkerhet och första hjälpen.



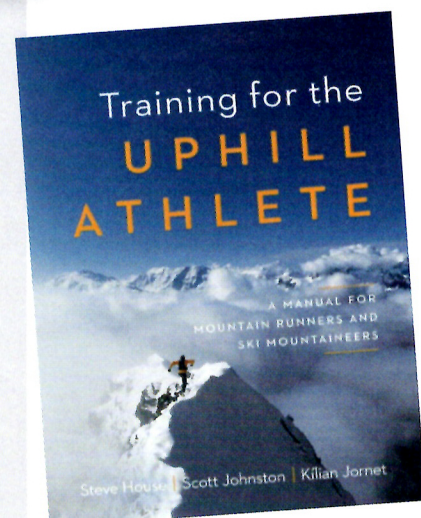
SQUALLYWOOD AKA THE BOOK OF G.N.A.R.

Robb Gaffney, Scot Schmidt, Shane McConkey
Handboken bakom den klassiska leken som blev till film i Squaw Valley och fick en hel generation av säsongare att bli av med liftkorten och bli bannade från i princip alla skidorter i hela Kalifornien.

TRAINING FOR THE UPHILL ATHLETE - A MANUAL FOR MOUNTAIN RUNNERS AND SKI MOUNTAINEERS

Steve House, Scott Johnston, Kilian Jornet

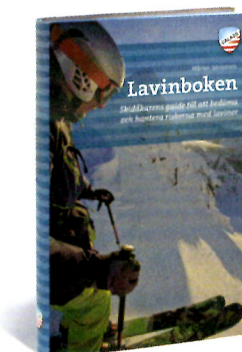
En manual för moderna träningsmetoder för alla som vill bli snabbare, effektivare och starkare i bergsmiljö. Tre av världens bästa bergslöpare och skidalpinister delar med sig av sina träningstips med teori, praktisk tillämpning och exempel på träningsupplägg.



LAVINBOKEN

Mårten Johansson

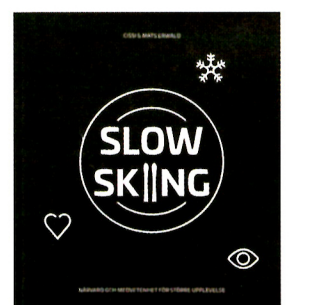
Skidåkarens guide till att bedöma och hantera riskerna med laviner, skriven av Åre Lavincenters egen expert i ämnet med lång erfarenhet.



SLOW SKIING

Cissi & Mats Erwald

Skidentusiasterna och makarna Erwald har satt ihop en bok med öppenhjärtiga intervjuer och reflektioner med några av Sveriges främsta skidprofiler som The Bunch, Frida Hansdotter och Evelina Nilsson.



17

BOKTIPS FÖR SKIDÅKARE

ÅKA SKIDOR TIPSAR OM DEN BÄSTA LÄSNINGEN GENOM TIDERNA. LÄS OM SKIDÅKNING, SKIDHISTORIA OCH NOSTALGI, SKÖNLITTERATUR MED INSLAG AV SKIDÅKNING OCH MYCKET MER.

AV GABRIELLA EDEBO