

# Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik PDF ladda ner



LADDA NER

LÄSA

## Beskrivning

Författare: Märten Ajne.

"Sällan har jag träffat på en så genomarbetad handbok som Stora boken om långfärdsskridsko" - Per Göthlin tidningen Friluftsliv #1 2013

Snabbare och säkrare på isen

Det här är den mest omfattande boken om skridskoåkning och isbedömning som någonsin givits ut i Sverige. Författaren Märten Ajne har över 30 års erfarenhet av svenska och utländska naturisar och spenderar 4050 dagar om året på skridskor, inte sällan som ledare eller israpportör för SSSK (Stockholms skridskoseglarklubb). Boken erbjuder både enkla, beprövade tumregler och avancerade fördjupningar.

**ISLÄRA** Om egenskaper hos is och olika istyper, om isen håller eller ej, hur snabbt den växer och på vilket sätt den smälter.

**ISBEDÖMNING** Hur du känner igen tunn is och identifierar försvagningar med syn, hörsel och ispic samt undviker farlig is.

**HITTA IS** Lär dig förutsäga när och var de bästa skridskoisarna kommer att finnas.

**UTFÄRDER** Hur du planerar en tur, hittar den bästa isen och gör de smartaste vägvalen.

**ÅKTEKNIK** Spar kraft och nå längre, åkning i grupp samt hur du hanterar sämre isförhållanden.

**UTRUSTNING** Motiverade råd om åk- och säkerhetsutrustning samt hur skridskon slipas.

**GENOM ISEN** Ta dig upp ur vaken, gruppdynamik och genomgång av olycksstatistik.

Mårten Ajne Mårten debuterade som författare med den storslagna fotoboken Vintervatten (Calazo 2010). Här presenterar han sina omfattande kunskaper om isar och skridskoåkning, med förhoppningen att bidra till att ge läsaren mer njutbara turer och åka med större säkerhet.

Henrik Trygg är en av landets bästa outdoorfotografer och har åkt skridskor med kameran i handen sedan början av nittiotalet.

## **Annan Information**

7 jan 2015 . Flertalet av långfärdsskridskoklubbarna i Sverige arrangerar issäkerhetskurser varje år. Hitta din närmsta klubb på <http://www.skridsko.net/skridskonet/klubb/>. Ett annat bra tips är att läsa ”Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik” (ISBN: 9789186773632) av Mårten Ajne om.

Title, Stora boken om långfärdsskridsko: isbedömning, säkerhet och åkteknik. Author, Mårten Ajne. Contributor, Henry Trygg. Publisher, Calazo, 2012. ISBN, 9186773879, 9789186773878. Length, 253 pages. Export Citation, BiBTeX EndNote RefMan.

Found 32 products matching välkommen till alviks cykel & långfärdsskridsko [36ms].

103IM785BMFPNA100 · välkommen till alviks cykel & långfärdsskridsko. JETSHOP. 849 kr. Click here to find similar products. 103IM785BMFPNA100 Show more! dags att köpa ny cykel? du hittar ett stort utbud av cyklar hos oss på.

TILL ERBJUDANDET. 344 ,-. Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik - Bokus ( - Böcker). TILL ERBJUDANDET. 150 ,-. Rookie 2 - På väg mot stjärnorna - Bokus ( - Böcker). TILL ERBJUDANDET. 349 ,-. Stora boken om långfärdsskridsko - Outnorth ( - Sport & Fritid). TILL ERBJUDANDET.

Buy Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik 2 by Mårten Ajne, Henrik Trygg (ISBN: 9789186773632) from Amazon's Book Store. Everyday low prices and free delivery on eligible orders.

Köp billiga böcker inom stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik hos Adlibris.

Köp böcker från bokförlaget Calazo Förlag på CDON.COM.

Mårten Ajne (2017) : "Skrinnarens guide till Mälaren", "Ice physics for recreational ice-users", "Stora boken om långfärdsskridsko", "Stora boken om långfärdsskridsko", "Vintervatten", "Roy och Pe . . ISBN 9789175751627. Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik · Mårten Ajne danskt band.

4 feb 2013 . Bok: Stora boken om långfärdsskridsko författare: Mårten Ajne och Henrik Trygg Förlag: Calazo. Länk till boken: Den teoretiska biten får du genom att läsa den här kompletta

boken där både isbedömning, säkerhet och åkteknik tas upp. Med vackra bilder och snygg layout så vägleds läsaren från islära till.

Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik. av. Dansk band, 2013. Språk: Svenska. info-icon Medlemspris 288 kr. Förlagets pris 429,00 kr. "Sällan har jag träffat på en så genomarbetad handbok som Stora boken om långfärdsskridsko" - Per Göthlin tidningen Friluftsliv #1 2013Snabbare och sä.

30 nov 2012 . Författaren Mårten Ajne är en av Sveriges mest meriterade långfärdsskridskoåkare och han delar med sig av mer än 30 års erfarenheter från isar över hela landet. Boken innehåller både enkla tumregler och avancerade fördjupningar i islära, isbedömning, säkerhet och åkteknik. Som medlem på Utsidan.

Det här är den mest omfattande boken om skridskoåkning och isbedömning som någonsin givits ut i Sverige. Författaren Mårten Ajne har över 30 års erfarenhet Pris: 344 kr. Häftad, 2013. Finns i lager. Köp Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik av Mårten Ajne hos Författarna till den,.

Läs om Stockholms bästa fiskevatten : proffsens tips för säkra hugg från Singö i norr till Lövhagen i söder. . Läs om Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning säkerhet och åkteknik. .. Läs om Stora boken om båtreparationer : komplett handbok för segel- och motorbåtar. 1 2 3 4.

Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik. Free kallad så med upp kommit arkitekten som, böcker de enligt men ventiler. 1854 år pensionering sin till där, satt och 1846 till utnämnts han som hovrätt. Vitlök och lök sauterad sauterar som frön utan peppar. Anledning hade Place Melrose på.

Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik. Mårten Ajne. Dansk band. Calazo Förlag, 2012-12. ISBN: 9789186773878. ISBN-10: 9186773879. Priser för 1 ex. Ändra Antal.

Calazo Stora Boken Långfärdsskridsko: Isbedömning Säkerhet Och Åkteknik Fast pris - köp nu! 290 kr på Tradera. Följ Ditt Inre Ljus - Upptäck Din Sanna Natur 9789185127528. Fast pris - köp nu! 149 kr på Tradera. Förena Kropp Och Själ Med Soul Body Fusion® 9789153438021. Fast pris - köp nu! 149 kr på Tradera.

30 nov 2016 . Andra tittade på. Stora Boken Om Långfärdsskridsko - Isbedömning, Säkerhet Och Åkteknik. Ajne Mårten Stora Boken Om Långfärdsskridsko - Isbedömning, Säkerhet Och Åkteknik Bok. 344:- Läs mer · Startside Böcker Resor & Geografi Resor & Geografi. Skridskokarta Mälaren 1-50.000. Vänd.

Stora Boken Om Långfärdsskridsko : Isbedömning, Säkerhet Och Åkteknik PDF. Cordanova Delkurs 1 Övningshäfte PDF. Holgers Nya Grannar PDF. Your comment: Send comment. Pris: 344 kr. dansk band, 2013. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik av Mårten Ajne (ISBN 9789186773632) hos Adlibris.se. Fri frakt.

31 okt 2017 . Taggar: Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik mobi. Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik download. Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik epub. Vad kan du säga om Stora boken om långfärdsskridsko.

stora boken om långfärdsskridsko isbedömning säkerhet och åkteknik av mårten a. PLUSBOK. 329 kr. Click here to find similar products. 9789186773632 9186773631. Sällan har jag träffat på en så genomarbetad handbok som Stora boken om långfärdsskridsko" - Per Göthlin tidningen Friluftsliv #1 2013Snabbare och.

Isvidda Flex Med Rotefella Nnn Bc Manuell 45 Cm Långfärdsskridskor ,Isvidda Flex Med Rotefella Nnn Bc Manuell 50 Cm Långfärdsskridskor.

Litteratur. Isboken. Stora boken om långfärdsskridsko av Mårten Ajne och Henrik Trygg. Isbedömning, säkerhet och åkteknik. En faktsäckad bok som ger dig information om hur du säkert kan vistas på naturisen. Innehåller tecknade illustrationer samt foton i sv-vitt och färg. 250 sidor Calazo förlag (ISBN.

Stora boken om långfärdsskridsko. isbedömning, säkerhet och åkteknik. av Mårten Ajne Henrik Trygg (Bok) 2012, Svenska, För vuxna. Ämne: Långfärdsskridsko,. Fler ämnen. Idrott · Issport · Skridskoåkning · Sport · Vintersport. Upphov, [Mårten Ajne & Henrik Trygg] ; [alla bilder i boken är tagna av Henrik Trygg]. Utgivare/år.

Den här handboken ger stöd i hur föreskrifterna och de allmänna råden ska tillämpas Syftet med handboken är att ge nämnder, enskilda verksamheter och SiS stöd i tillämpningen av bestämmelserna om lex Sarah. I rapporten har hänsyn tagits både till arbetsmiljön för renhållningsarbetare och tillgängligheten för boende.

Den stora kamelkapplöpningen pdf download (Oscar K) · Den stora matchen Arnaldur .. Download Plockepinn Träna läsförståelse första boken pdf Mikael Ekström · Download PULS Fysik och ... Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik bok Mårten Ajne pdf · Strategi Lars Bengtsson pdf.

Var redo för en dag på isen. ♣Få saker är så härliga som att åka långfärdsskridskor på en blankis med lite vind i ryggen. Nu har det kommit en bok om isbedömning, säkerhet och åkteknik som heter ”Stora boken om långfärdsskridsko” (Calazo). Här finns alla tips man behöver för en härlig dag på isen. Cirka 355 kronor.

. Tvångsinlösen av minoritetsaktier : kommer den nya aktiebolagslagen att lösa problemen? Trubbel · Nya regler om upphandling : delbetänkande från Genomförandeutredningen. SOU 2014:51 · Livet på bondgården: pysselbok med klistermärken · Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik.

Hallå där! Svenska Dagbladet - 2013-02-02 - NYHETER -. Mårten Ajne, skridskoentusiast och författare till ”Stora boken om långfärdsskridsko: isbedömning, säkerhet och åkteknik”.

Pris: 344 kr. Häftad, 2013. Tillfälligt slut. Bevaka Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik så får du ett mejl när boken går att köpa igen. Boken har 2 st läsarrecensioner.

Efter avslutade studier i Uppsala sökte han sig till USA. Vinnarna utses i nio musikkategorier och fyra specialkategorier. Västerås Stads Jazzpris till Lars Färnlöfs Minne har delats ut åtta gånger till nio olika musikanter. Stiftelsen har till ändamål att stödja svenska och utländska musikanter, som verkar för att hålla.

Si usted está buscando un libro Rikets säkerhet, voy a ayudarle a obtener un libro Rikets säkerhet aquí. Usted simplemente se inscribe de forma gratuita y se puede encontrar una Rikets säkerhet libro y millones de otros libros. Rikets säkerhet. Si la intención de obtener un teclado Rikets säkerhet libro, por favor haga clic.

Ajne, Mårten, 1961- (författare); Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik / [text: Mårten Ajne ; bilder: Henrik Trygg]; 2013. - 2., rev. uppl. Bok. 8 bibliotek. 2. Omslag. Ajne, Mårten, 1961- (författare); Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik / Mårten Ajne & Henrik.

Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning säkerhet och åkteknik · Canyoning in Tenerife · Oxford Wordpower Dictionary: Pack (with CD-ROM) 4th Edition - 9780194398237 · FOREIGNER IN BRITA.BCH1 ACTIVITY · Bridges For Bachillerato 2. Student's Book - 9789963479061 · Sebastien Loeb · La Crónica Taurina.

STORA BOKEN OMLÅNGFÄRDSSKRIDSKO Det här är den mest omfattande boken om skridskoåkning och isbedömning som någonsin givits ut i Sverige. Författaren Mårten Ajne har över 30 års erfarenhet av svenska och utländska naturisar och spenderar 4050 dagar om

året på skridskor, inte sällan som ledare eller.

22 jan 2013 . Författarna till den, Mårten Ajne & Henrik Trygg har samarbetat igen och ligger bakom Stora boken om Långfärdsskridsko med undertiteln "Isbedömning, säkerhet och åkteknik". Känns som en riktigt genomarbetad bok med mycket fina bilder och bra texter. Här finns nog mycket att lära både för nybörjaren.

Stora boken om långfärdsskridsko. ISLÄRA - Om egenskaper hos is och olika istyper, om isen håller eller ej, hur snabbt den växer och på vilket sätt den smälter. ISBEDÖMNING - Hur du känner igen tunn is och identifierar försvagningar med syn, hörsel och ispic samt undviker farlig is. HITTA IS - Lär dig förutsäga när och var.

. Steven" (9789186773953) · "Paddla kajak i Stockholms skärgård : den kompletta guiden för paddling mellan Arholma och Landsort", van "Eholm, Staffan" (9789186773656) · "Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik", van "Ajne, Mårten" (9789186773632) · "Vandra på Gotland", van "Tivell,.

Sveriges bästa sökmotor för shopping. Hitta enkelt bland miljontals produkter från hundratals webbbutiker samlad på ett ställe. Shoppingsöket för dig som ska handla på nätet.

Till en lyssnande ledare vågar delta- garna även uttrycka en eventuell oro. Deltagaren måste då mötas med största respekt. Genom att stötta och uppmuntra dina . minst säkerhet. För att bli en bra ledare krävs, förutom erfarenhet och kunskap, också ett genuint intresse för att vilja förmedla positiva upplevelser till andra.

Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik bok - Mårten Ajne .pdf · Strindbergiana - Tjugoåttonde samlingen utgiven av Strindbergssällskapet bok .pdf Elena Balzamo · Strindbergiana : trettionde samlingen utgiven av Strindbergssällskapet Anna Cavallinn pdf · Sture är byggare bok .pdf William.

23 jan 2013 . Länk till boken: Den teoretiska biten får du genom att läsa den här kompletta boken där både isbedömning, säkerhet och åkteknik tas upp. Med vackra bilder och snygg layout så vägleds läsaren från islära till vad man ska göra när man går genom isen. Den är både en bok för inspiration och som man kan.

Finden Sie alle Bücher von Ajne, Mårten - Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik. Bei der Büchersuchmaschine eurobuch.com können Sie antiquarische und Neubücher VERGLEICHEN UND SOFORT zum Bestpreis bestellen. 9789186773632.

Jämför priser på Stora boken om långfärdsskridsko: isbedömning, säkerhet och åkteknik (Danskt band, 2013), läs recensioner om Böcker. Använd vår tjänst för att göra det bästa köpet av Stora boken om långfärdsskridsko: isbedömning, säkerhet och åkteknik (Danskt band, 2013).

Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik PDF ladda ner.

Beskrivning. Författare: Mårten Ajne. "Sällan har jag träffat på en så genomarbetad handbok som Stora boken om långfärdsskridsko" - Per Göthlin tidningen Friluftsliv #1 2013 Snabbare och säkrare på isen Det här är den mest.

Snabbare och säkrare på isen Det här är den mest omfattande boken om skridskoåkning och isbedömning som någonsin givits ut i Sverige. Författaren Mårten Ajne har över 30 års erfarenhet av svenska och utländska naturisar och spenderar 4050.

1 nov 2017 . Mycket informativ bok med allt från islära till åkteknik. Calazo förlag 2013. Nyskick.

Visa endast annonser. med bild. Nyinkommet först, Titel, Författare, Lägsta pris, Högsta pris. Stora boken om långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik.

Powerslide Arctic Trail Långfärdsskridskor Paket · Skistart.com. 2,795.00 kr. Till butik · Zandstra Tango Långfärdsskridskor · Skistart.com. 1,199.00 kr. Till butik · Calazo förlag Stora boken om långfärdsskridsko · Outnorth.se. 349.00 kr. Till butik · Stora boken om

# långfärdsskridsko : isbedömning, säkerhet och åkteknik.

1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15
16	16
17	17
18	18
19	19
20	20
21	21
22	22
23	23
24	24
25	25
26	26
27	27
28	28
29	29
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
36	36
37	37
38	38
39	39
40	40
41	41
42	42
43	43
44	44
45	45
46	46
47	47
48	48
49	49
50	50
51	51
52	52
53	53
54	54
55	55
56	56
57	57
58	58
59	59
60	60
61	61
62	62
63	63
64	64
65	65
66	66
67	67
68	68
69	69
70	70
71	71
72	72
73	73
74	74
75	75
76	76
77	77
78	78
79	79
80	80
81	81
82	82
83	83
84	84
85	85
86	86
87	87
88	88
89	89
90	90
91	91
92	92
93	93
94	94
95	95
96	96
97	97
98	98
99	99
100	100