

Keywords: Tuttitalia trekking libro pdf download, Tuttitalia trekking scaricare gratis, Tuttitalia trekking epub italiano, Tuttitalia trekking torrent, Tuttitalia trekking leggere online gratis PDF

Tuttitalia trekking PDF

Benedetto Scarpellino



Questo è solo un estratto dal libro di Tuttitalia trekking. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Benedetto Scarpellino

ISBN-10: 9788866470410

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 4629 KB

DESCRIZIONE

La parola trekking è l'estrema sintesi di due concetti: camminare in ambiente naturale - rispettandolo; può diventare parte significativa di uno stile di vita e la sua pratica regolare è in grado di influenzare altri aspetti del quotidiano, come l'alimentazione e la dipendenza da veicoli a motore. Questo libro vuole essere appunto una breve guida introduttiva ai vari tipi di "corsa", trekking e maratona, e ai regimi alimentari corretti per chi pratica questi tipi di sport attraverso l'esperienza diretta dell'autore Benedetto Scarpellino, pediatra neonatologo ed esperto di alimentazione ma al contempo maratoneta e appassionato di trekking.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Milano Montagna Festival ... Si rafforzano in questa quinta edizione la collaborazione con il Comune di Milano, da sempre sostenitore del Festival, ...

Il secondo appuntamento di Rovigo Svetta è dedicato alla vita in montagna. " La vita ha valore solo se assomiglia al racconto che abbiamo immaginato" dicono ...

San Zeno di Montagna è un comune italiano della Provincia di Verona in della Regione di Veneto. I suoi abitanti sono chiamati i sanzenesi. Il comune si estende su 28 ...

TUTTITALIA TREKKING

[Leggi di più ...](#)