

## Tuttitalia trekking PDF

Benedetto Scarpellino



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



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Benedetto Scarpellino

ISBN-10: 9788866470410

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 3170 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?**

In questa sezione sono pubblicati, raggruppati secondo le indicazioni di legge, documenti, informazioni e dati concernenti l'organizzazione dell' amministrazione, le ...

31/12/2018 L'ultimo dell'anno in montagna a Casere - Pagine web ufficiali del Comune di Predoi - Gemeinde Prettau - Alto Adige - Italia

Il centro sportivo "A. Montagna" si compone di un vasto parco alberato dove trovano posto campi per diverse discipline sportive tra le quali spicca la pista di ...

## TUTTITALIA TREKKING

[Leggi di più ...](#)