



Francois Marsigny, Francois Pallandre, Jean-Francois Hagenmuller

ALPINISMUS

Alpinismus, von den ersten Schritten zu den großen Touren

144 Seiten, 286 Abbildungen

Bruckmann Verlag, München 2010 ISBN 978-3-7654-4963-5

Alpin-Lehrbuch und Tourenbeschreibung in - in einem Lehrbuch. Diese Art von Literatur verfolgen die drei erfahrenen Bergführer ein neues, praxisorientiertes Konzept. Anhand großer Hochtouren in den Alpen stellen sie alle für das jeweilige Gelände erforderlichen Techniken vor und liefern zahlreiche Infos zu technischen Fortschritten und neuesten Sicherheitsstandards im Hochgebirge. Auch über Erste Hilfe, Überlebensstrategien

sowie Orientierung und der richtigen Ernährung wird ein Kapitel gewidmet.

Die Autoren stellen eine Anzahl Hochtouren in Italien, Schweiz und in den französischen Alpen vor und - besonders anhand hervorragender Bilder - bei jeder Tour alle für das jeweilige Gelände erforderlichen Techniken. Von der einfachen Schnee- und Felstour nähern sie sich langsam übermäßig schwierige Touren den großen Abenteuern. Sicherungstechniken, Spaltenbergung, Orientierung im Gebirge u.v.m. stellen sie leichtverständlich dar.