

## Presseinformation

(Abdruck frei)

---



Neu im Conrad Stein Verlag:

### Bergwandern

von Tim Castagne

ISBN 978-3-86686-009-4

3., aktualisierte und erweiterte Auflage 2012

96 Seiten, 20 farbige Abbildungen, 20 farbige Illustrationen

€8,90

Erscheinungstermin: September 2012

### Sicher zum Gipfel: Infos und Tipps rund ums Bergwandern

Sich in der Natur zu bewegen und dabei die majestätischen An- und Ausblicke der Berge zu genießen – das macht den Reiz des Bergwanderns aus. Damit der Weg zum Gipfel eine sichere Sache bleibt, gilt es, die Tour gut zu planen und sich schon im Vorfeld auf die besonderen Herausforderungen der Berge vorzubereiten. Eine wertvolle Hilfestellung gibt das OutdoorHandbuch „Bergwandern“ aus dem Conrad Stein Verlag.

Der Autor Tim Castagne ist selbst erfahrener Bergwanderer und weiß, wovon er spricht. Sein Buch eignet sich für Einsteiger ebenso wie für „alte Hasen“, die ihr Wissen auffrischen möchten. Klar gegliedert und auf das Wesentliche beschränkt werden die für das Bergwandern wichtigen Punkte behandelt.

Zu Beginn gibt Castagne hilfreiche Hinweise zur Auswahl der Ausrüstung und zur Vorbereitung der Tour (Training, Partnerwahl etc.). Für die Neuauflage hat der Familienvater hier noch interessante Tipps zum Bergwandern mit Kindern ergänzt. Wetterzeichen und die Orientierung mit Karte, Kompass und GPS werden im Anschluss erklärt, bevor der Autor die grundlegenden Techniken des Bergwanderns vorstellt. Im nächsten Kapitel wird auf Gefahren wie Lawinen und Steinschlag hingewiesen, mit denen man in den Bergen rechnen muss, und erläutert, wie man sich im Notfall verhalten sollte. Hinweise zum umweltgerechten Verhalten in den Bergen und ein Anhang mit wichtigen Adressen und Glossar runden den Ratgeber ab.

**Der Autor:** *Tim Castagne* ist den Bergen und dem Wandern seit vielen Jahren verbunden und hat seine Erfahrung bei verschiedenen Spielarten des Bergsports gesammelt, so auf Expeditionen in der hohen Arktis, beim Sportklettern, als Jugendleiter im Deutschen Alpenverein, aber auch als Vater von zwei wanderfreudigen Kindern. Seine Touren führten ihn u.a. in die Alpen, nach Skandinavien, Spitzbergen, Grönland, Kasachstan, Neuseeland und Schottland.

---

Benötigen Sie noch weitere Texte, Bilder oder sonstiges Material?  
Dann mailen Sie mir oder rufen Sie mich an - ich freue mich, von Ihnen zu hören!

Kontakt: **Amrei Risse**, Die Outdoor-Verlage, Kiefernstraße 6, 59514 Welver  
Tel.: 02384/963912, a.risse@conrad-stein-verlag.de, www.facebook.com/outdoorverlage