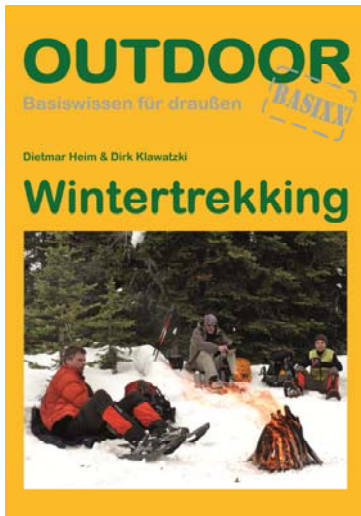


## Presseinformation

(Abdruck frei – Bitte senden Sie uns im Falle einer Veröffentlichung ein Belegexemplar zu.)

---



Neu im Conrad Stein Verlag:

### Wintertrekking

von Dietmar Heim und Dirk Klawatzki

ISBN 978-3-86686-070-4

2., überarbeitete Auflage 2013

122 Seiten, 40 farbige Abbildungen

€8,90

Erscheinungstermin: Januar 2013

#### Wandern bei Eis und Schnee: eine Anleitung zum Wintertrekking

Ein Spaziergang durch eine verschneite Winterlandschaft hat unbestritten seine Reize. Doch gibt es wirklich gute Gründe, tagelang bei Minustemperaturen durch Schnee und Eis zu wandern und nachts auch noch zu campen? Und was sollte man bei Touren im Winter beachten, damit man gesund und munter wieder zu Hause ankommt? Diese und andere Fragen beantwortet das OutdoorHandbuch „Wintertrekking“ aus dem Conrad Stein Verlag.

Die beiden Autoren sind begeisterte Wintertrekker und legen in einem einleitenden Kapitel überzeugend dar, was den Reiz einer solchen Wintertour ausmacht – etwa die erholsame Stille und der Zauber einer verschneiten Landschaft oder Phänomene wie das winterliche Nordlicht in Skandinavien. Dann beschäftigen sie sich mit den praktischen Seiten des Wintertrekking, geben Tipps zur Planung und Vorbereitung von solchen Touren und erklären detailliert, welche Ausrüstung benötigt wird und worauf man beim Kauf besonders achten sollte. Die besonderen Anforderungen an die Verpflegung werden im Anschluss thematisiert. In einem weiteren Kapitel warnen die Autoren eindringlich vor möglichen Gefahren beim Wintertrekking (Unterkühlung, Lawinengefahr etc.) und geben gute Tipps, wie man gefährliche Situationen von vornherein vermeiden kann und was im Ernstfall zu tun ist. Zum Schluss fasst eine Checkliste alle besprochenen Aspekte noch einmal übersichtlich zusammen, zudem werden noch einige lohnenswerte Ziele für Wintertouren vorgestellt. Zahlreiche Abbildungen und eingeschobene Tagebucheinträge von Touren der Autoren lockern den informativen Text auf.

**Die Autoren:** Dirk Klawatzki und Dietmar Heim unternehmen seit vielen Jahren Trekkingtouren in den Norden Skandinaviens, nach Island und nach Kanada. Im Sommer sind sie als Wanderer und per Kanu unterwegs, im Winter haben sie auf Skiern in meist mehrwöchigen expeditionsähnlichen Touren die nordische Wildnis kennengelernt.

---

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/Conrad Stein Verlag, Kiefernstraße 6, 59514 Welver  
Tel.: 02384/963912, a.risse@conrad-stein-verlag.de, [www.facebook.com/outdoorverlage](http://www.facebook.com/outdoorverlage)