

هزار نکته در کوه نوردی

گرد آورنده : آرمین مجاهدپور

ویرایش : فرزانه جعفر بیگلو

چاپ اول : تابستان ۱۳۹۲

صفحه آرایی و جلد : جواد مختاری

چاپ و صحافی : کهن

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۰۴-۹۶۸۳-۱

تیراژ : ۵۰۰ جلد

قیمت : ۱۴۰/۰۰۰ ریال

تلفن : ۰۹۱۲-۳۳۴۸۵۶۴

استفاده از مطالب با ذکر منبع بلامانع است

حق چاپ و نشر محفوظ است

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	فصل اول: عوارض زمین
۱۷	فصل دوم: اصول برقراری کمپ
۳۳	فصل سوم: علائم ارتباطی
۵۵	فصل چهارم: جنگل نوردی
۶۹	فصل پنجم: گذر از رودخانه
۸۱	فصل ششم: کویرنوردی
۹۵	فصل هفتم: تغذیه
۱۸۷	فصل هشتم: هواشناسی
۲۳۱	فصل نهم: جهت یابی و مسیر یابی
۳۲۹	فصل دهم: تجسس
۳۴۳	فصل یازدهم: زندگی در شرایط سخت