

LIVRES TREKKING

Fitness

- [Fitness, 45 jours suffisent pour redessiner votre silhouette ! Delavier - 22€](#)
- [Methode de musculation, 110 exercices sans materiel – Lafay - 24€](#)

Mental

- [Pouvoir illimité, Retrouver confiance, gagner et réussir par la PNL : le livre de référence - Robbins – 8,90€](#)
- [Méditation : apaiser l'esprit – Osho – 7,30€](#)

Rando, Trek & Survie

- [Aventure et survie – Wiseman – 22€](#)
- [Manuel du randonneur – Rob Beattie – 14,70€](#)
- [Guide pratique du trekking – Damaisin D'Ares - 15€](#)

Alimentation

- [Food Trek – Battisti – 15€](#)

Récits

- [Marcher, une philosophie – Gros - 9€](#)
- [Sauvage par nature – Marquis – 8,70€](#)
- [Wild – Strayed – 9,50€](#)
- [Vouloir toucher les étoiles, Horn - 19€](#)