



En una salida senderista a la montaña, hay una serie de elementos que son básicos para que sea lo más cómoda posible y, además, que sea adecuada al terreno para permitirnos realizar nuestra actividad con seguridad. Uno de esos elementos clave es, sin lugar a dudas el calzado.

Vamos a mostrar dos cápsulas formativas de la EEAM donde se habla de ello. Como es habitual Jose Ignacio Amat Segura «Rizos» hace la presentación de ambas con la colaboración de Jaime Escolano, Isabel Bernal y Noel Blasco. Empezamos con:

***CÓMO ELEGIR EL CALZADO DE MONTAÑA PARA REALIZAR
SENDERISMO:***

<https://grupokordino.com/wp-content/uploads/2020/03/Cómo-elegir-el-calzado-de-montaña-para-realizar-senderismo.mp4>

y después: *CÓMO ELEGIR LA TALLA DE TU CALZADO:*

<https://grupokordino.com/wp-content/uploads/2020/03/Cómo-elegir-la-talla-de-tu-calzado-de-montaña.mp4>