

## NASIL YÜRÜYECEKSİNİZ?

**KURAL 1:** Adımlarınızı kısaltın ki ayaklarınız sizi taşıyabilsin.

**KURAL 2:** Dik yürüyün. Dik durun, adımlarınızı kısaltın ve yavaş yavaş adım atın. Baton kullanın!

**İşte bu!**

Artık uzun doğa yürüyüşleri için konutunuzu sırtınıza alıp her yere gidebilirsiniz!..

**DAVRANIŞLAR: 1.** “Ben buraya bir yerleri keşfetmeye gelmedim.”

**2.** “Bu gruptaki en yavaş kişi bile en az benim kadar çalışıyor”

**3.** “Kamp yaşamı savaş değildir.”

**Şimdi yola çıkmaya hazırsınız... [Harry ROBERTS]**

**Hazırlayan:** Sadi YALGIN