

PROVA PÅ EXTREMSPORTER

BERGSBESTIGNING

Den här sporten går ut på att klättra upp på höga berg. Ju högre du klättrar, desto lägre blir trycket i luften. Det innebär att varje andetag innehåller mindre andel syre, så att du får ta djupare andetag och öka andningsfrekvensen. Ungefär som att andas genom ett sugrör. Prova själv!
Läs mer om
extremsporter på
arla.se/mjolkbaksidor



Visste du att:
Den som har gått upp flest gånger på världens högsta berg, Mount Everest, heter Lhakpa Tenzing Sherpa och är från Nepal. 21 gånger har han besökt toppen.