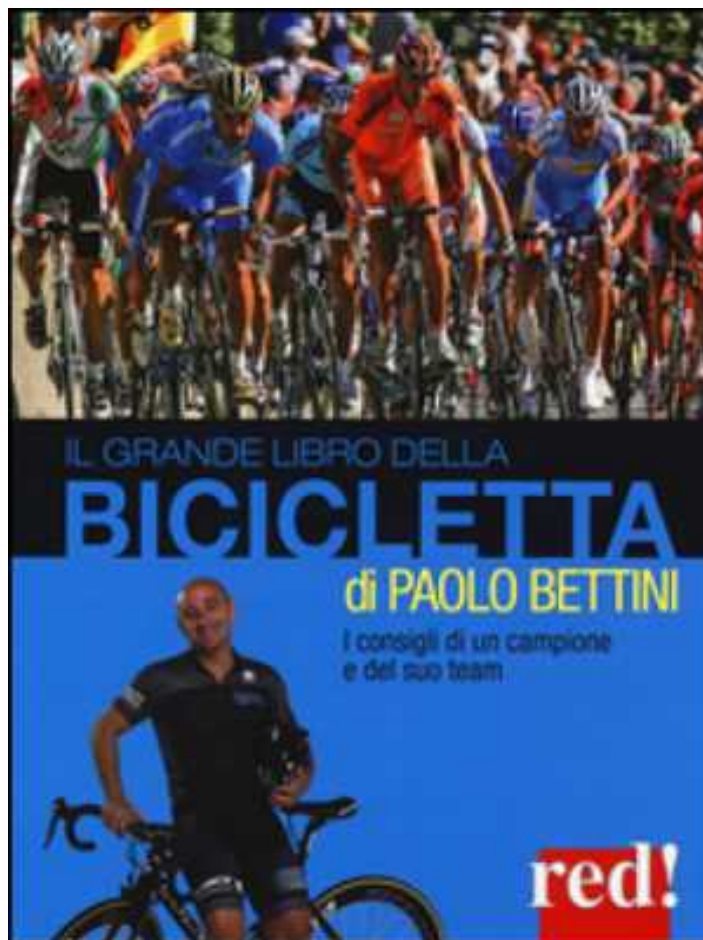


Tags: Il grande libro della bicicletta libro pdf download, Il grande libro della bicicletta scaricare gratis, Il grande libro della bicicletta epub italiano, Il grande libro della bicicletta torrent, Il grande libro della bicicletta leggere online gratis PDF

Il grande libro della bicicletta PDF

Paolo Bettini



Questo è solo un estratto dal libro di Il grande libro della bicicletta. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Paolo Bettini
ISBN-10: 9788857307039
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2020 KB

DESCRIZIONE

Passione è la parola che caratterizza l'approccio alla bicicletta di un campione. Ed è proprio questa passione che Paolo Bettini vuole trasmetterci facendola diventare lo stimolo per avvicinarci al ciclismo e per migliorare le nostre prestazioni. Bettini parte dalla propria esperienza, ricca di aneddoti e di ricordi, rendendo i consigli sempre concreti, calati nella realtà di chi ha vissuto chilometri di asfalto e di fatica. L'approccio è graduale e a tutto tondo, a partire dalla scelta della bicicletta e dell'attrezzatura, passando attraverso la cura del mezzo e del proprio corpo, per finire a spiegare il piacere dell'agonismo e come affrontare al meglio una Gran Fondo. Bettini dialoga con il team di esperti che lo ha seguito nella sua carriera e che apporta competenze specifiche sull'alimentazione, la manutenzione della bici e la preparazione fisica. Tutto contribuisce a restituirci il fascino e il valore del ciclismo, raccontato da uno dei suoi protagonisti più autentici e carismatici.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Forature e guasti meccanici sono spesso ordinaria amministrazione per chi va in bicicletta e non c ... del libro. Il Manuale della Bicicletta è in ...

Libro: Il Grande Libro della Bicicletta di Paolo Bettini. I consigli di un campione e del suo team.

IL GRANDE LIBRO DELLA BICICLETTA

[Leggi di più ...](#)