

Tags: Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok las online bok; Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok MOBI download; Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok e-bok apple; Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok ladda ner pdf e-bok; Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok epub books download; Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok bok pdf svenska

Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok PDF E-BOK

Petra Månström



Författare: Petra Månström

ISBN-10: 9789187239175

Språk: Svenska

Filstorlek: 3411 KB

BESKRIVNING

»Klockren för alla som håller på med löpning och en perfekt gåva till dem som känner för att börja.« "MaratonMia" Mia Thomsen »En pricksäker mix med en personlig och lättsam ton som fungerar bra som introduktion till löpningens värld och som inspiration.« Jogg.se »Det här är en bok sommed ett tydligt upplägg och lättlästa, underhållande texterär väldigt lätt att tycka om och ta till sig.« Bloggen Peace, Love and Running »En utmärkt inspiration.« Multisportbloggen »Petras bok är uppbyggd mycket kring hennes personliga resa som började för några år sedan i samband med att maratonbloggen skapades. Hon varvar egna erfarenheter och synpunkter med diton från riktiga legender inom svensk långdistanslöpning. Väldigt intressant att få ta del av Palms, Ekmans, Gärderuds och Ståhls vardag för 30-40 år sedan ... En riktigt bra inspirationsbok.« Bloggen Löpsug »En skön bok jag kan rekommendera den som vill ha en lättläst och innehållsrik bok kring löpning och löpare.« Må Bra "Maratonbloggens" Petra Månström har skrivit den ultimata löparboken! Det springs som aldrig förr i Sverige. Långdistanslöpningen har blivit en folksport och loppen slår deltagarrekor. Som ny i spåret är det lätt att känna sig lite bortkommenmåste jag springa ett maraton för att räknas och hur ska man egentligen lägga upp träningen? En som har stenkoll på läget är journalisten Petra Månström, som driver en av landets största löparbloggar på Svenska Dagbladets nyhetssajt. I sin bok vill hon inspirera andra löparintresserade i samma anda som på bloggen, det vill säga genom en personlig och kompetent mix av tyngre och lättare ämnen. Du får också proffsiga råd och tips från kända löparprofiler som Kjell-Erik Ståhl, Evy Palm och Anders Szalkai. Petra Månström är journalist med inriktning på träning och hälsa. Hon har arbetat på Svenska Dagbladet sedan 2007 men skriver också för en rad andra tidningar. Sedan 2009 driver hon Maratonbloggen på SvD.se, en av landets största löparbloggar. Petra har fått flera utmärkelserbland annat utsågs hon 2010 till en av årets främsta inspiratörer och 2012 listades hon av tidningen Sportfack som en av svenska sportbranschens mäktigaste kvinnor.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

"Det är bara att springa" - jogg.se

Det är bara att springa: en intervju- och inspirationsbok / Petra Månström #idrott #sport #löpning

Att springa, det är ju jag! Tack o lov för Idre Fjällmaraton!

Det är bara att springa en intervju- och inspirationsbok. av Petra Månström (Bok) 2014, Svenska, För vuxna Ämne: Allmän idrott, Friidrott, Idrott, Löpning, Sport,

Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok - Petra ...

... och Petra Månström författare till "Det är bara att springa" ... i början av 1980-talet och hur är det att skriva en inspirationsbok om ...

Det är bara att springa : en intervju- och inspirationsbok

LÄS MER