

Keywords: Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci libro pdf download, Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci scaricare gratis, Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci epub italiano, Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci torrent, Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci leggere online gratis PDF

---

**Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci PDF**

**Giuliano Pugolotti**



***Questo è solo un estratto dal libro di Correre nel nulla. Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.***



Autore: Giuliano Pugolotti  
ISBN-10: 9788809856738  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 1165 KB

## DESCRIZIONE

Che cosa vuol dire correre nel perfetto nulla? Fino a che punto possono arrivare le capacità fisiche e mentali dell'uomo? Che cosa possiamo imparare dai popoli del deserto? Dalla sua prima partenza al via della 100 km del Sahara senza nessuna preparazione specifica, alle tante competizioni organizzate fino alla scelta di affrontare le traversate in solitaria, l'ultrarunner Giuliano Pugolotti racconta la sua esperienza di corsa estrema nei deserti di tutto il globo. Affidandosi al gesto primordiale della corsa percorre territori sconfinati, incontra nuove culture, conosce l'inaspettata accoglienza e umanità di popoli sperduti (i tuareg, i beduini egiziani, gli Uiguri dei monti Altaj), impara a razionare il cibo, a vivere in tenda e a dormire sulla sabbia, a comunicare anche senza sapere la lingua del luogo, a gestire con parsimonia ogni grammo delle proprie energie, ma soprattutto a spingere corpo e mente al di là di ogni confine immaginabile. Oltre il dolore, oltre la fatica e la fame più nera, un'esplorazione di infiniti spazi lontani che - dal Tadrart Acacus del Sahara libico al Wadi Rum in Giordania, passando per gli altopiani d'Islanda e le altezze del Pamir per arrivare all'inferno del Dasht-i Lut in Iran e la steppa degli immensi deserti asiatici - è prima di tutto un viaggio all'interno di se stessi. Tra tempeste di sabbia, frasi fulminanti e sentenze sapienziali che nascono durante il riposo su una duna a contemplare l'alba, pasti liofilizzati, cadute, continue sferzate del vento e sfide con avversari di ogni nazionalità, Giuliano Pugolotti ci costringe a vedere il nostro mondo, le nostre abitudini e le nostre paure con occhi diversi. E a scoprire che, per chi corre nel nulla, il deserto non è mai veramente tale.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Le sfide, le emozioni, le paure e le lezioni di vita che ho imparato dal deserto, proprio là dove la vita sembra non esserci. Che cosa vuol dire correre nel perfetto ...

... come è la tua vita quando non senti nulla ... sulle premesse psicodiagnostiche che ho imparato a tener presenti prima di ... dal proprio centro) a ...

**CORRERE NEL NULLA. LE SFIDE, LE EMOZIONI, LE PAURE E LE LEZIONI DI VITA CHE  
HO IMPARATO DAL DESERTO, PROPRIO LÀ DOVE LA VITA SEMBRA NON ESSERCI**

[Leggi di più ...](#)