

Tags: La fatica più bella. Perché correre cambia la vita libro pdf download, La fatica più bella. Perché correre cambia la vita scaricare gratis, La fatica più bella. Perché correre cambia la vita epub italiano, La fatica più bella. Perché correre cambia la vita torrent, La fatica più bella. Perché correre cambia la vita leggere online gratis PDF

La fatica più bella. Perché correre cambia la vita PDF

Gastone Breccia



Questo è solo un estratto dal libro di La fatica più bella. Perché correre cambia la vita. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Gastone Breccia
ISBN-10: 9788858131213
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1025 KB

DESCRIZIONE

La corsa sulle lunghe distanze è una disciplina dura. Richiede costanza, capacità di sopportare la fatica e superare soglie di sofferenza a cui la nostra vita sedentaria non ci prepara. Ma è l'attività più naturale che sia possibile praticare; un'attività nella quale milioni di anni di evoluzione della specie ci hanno reso imbattibili. E, soprattutto, la corsa ci rende felici. Non soltanto più magri e forti, più sani e soddisfatti: riesce a toccare qualcosa di misterioso, che ci avvicina alla nostra natura più profonda e ci fa sentire liberi. Se l'uomo è un perfect runner, la maratona è la distanza perfetta. Rappresenta infatti il giusto compromesso tra resistenza ed efficienza: mette alla prova la capacità fisica e mentale di 'tenere duro', ma consente di esprimere un gesto atletico efficace, limpido, 'bello'. Può essere un'avventura splendida o fallimentare; può lasciare stanchi e felici, o frastornati, svuotati e delusi. Non tutto dipende dal risultato. Come insegnano i filosofi orientali, la strada è più importante del traguardo, ed è il cammino a dare un senso alla meta.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Il prossimo 15 marzo uscirà nelle librerie il volume "La fatica più bella. Perché correre cambia la vita" di Gastone Breccia per i tipi della Laterza edizioni.

La fatica più bella. Perché correre cambia la vita di Gastone Breccia Casa editrice: Laterza Approfitta di questo volume sul tuo ebook e nel file che preferisci ...

LA FATICA PIÙ BELLA. PERCHÉ CORRERE CAMBIA LA VITA

[Leggi di più ...](#)