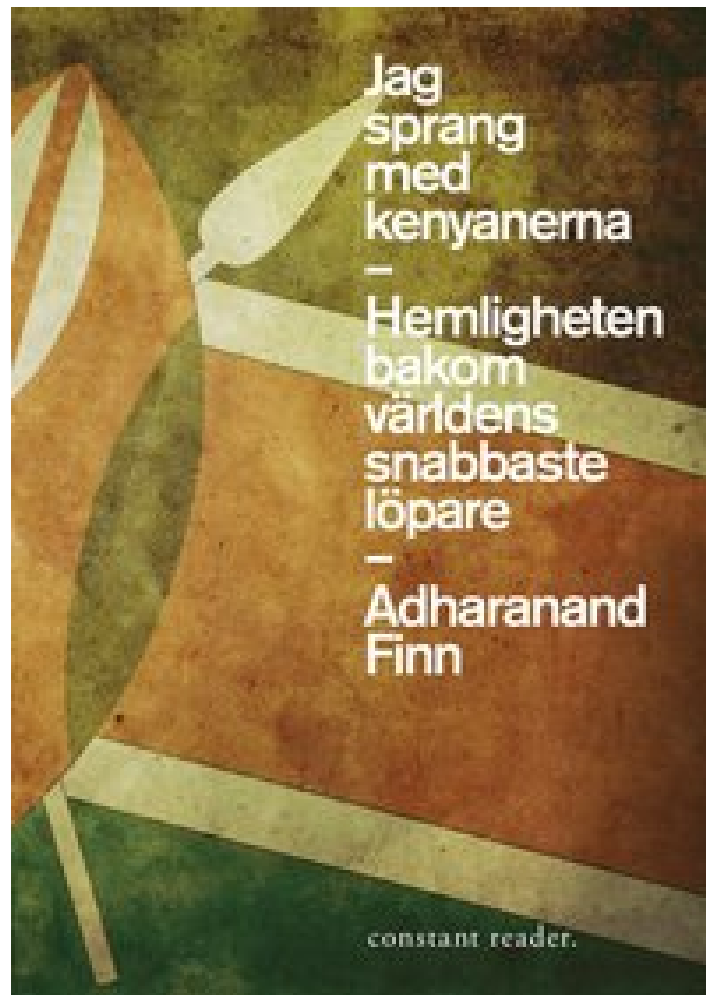


Keywords: Jag sprang med kenyanerna : hemligheten bakom världens snabbaste löpare PDF pdf bok på svenska, ladda ner Jag sprang med kenyanerna : hemligheten bakom världens snabbaste löpare ePUB, Jag sprang med kenyanerna : hemligheten bakom världens snabbaste löpare las online, Jag sprang med kenyanerna : hemligheten bakom världens snabbaste löpare download

---

## **Jag sprang med kenyanerna : hemligheten bakom världens snabbaste löpare PDF**

**Miranda Kvist**



*Det här är bara ett utdrag ur Jag sprang med kenyanerna : hemligheten bakom världens snabbaste löpare bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Miranda Kvist  
ISBN-10: 9789198261059  
Språk: Svenska  
Filesize: 3009 KB

## BESKRIVNING

"Adharanand Finn skriver engagerat och nyfiket om löpsteg, kost, gener, vila och höghöjdsträning samtidigt som han håller en befriande distans till den extrema löpningen. Vi får också möta övriga i familjen och följa deras upplevelser. Inte bara löpintresserade får stor behållning av boken, den passar alla som är intresserade av resor och äventyr." Sten Haase, BTJ

Oavsett om löpning är din motion eller passion kommer Adharanand Finns fantastiska resa till elitlöparnas träningscamper i Kenya att fånga och inspirera dig när han ger sig iväg för att finna hemligheten bakom världens snabbaste löpare. Finns fascinerande sökande kombinerar praktiska råd om löpning med förverkligandet av en livslång dröm: att springa med sina idoler. Han åt samma mat som de, sov i samma träningscamper och intervjuade deras coacher. Familjen lämnar den trygga vardagen och Finn flyttar, med fru och tre små barn, till en liten kaotisk stad i Rift Valley-provinsen i Kenya ett Mecca för långdistanslöpare tack vare sin höga höjd, ändlösa grusvägar och några av de bästa träningslägren i världen. Där kommer Finn att springa sida vid sida med olympiska mästare, unga talanger, skolbarn som springer barfota och träffa en lång rad oförglömliga karaktärer. Den hårda träningen och de dagliga utmaningarna av att ha flyttat familjen till ett annat land ger Finn ovärderliga insikter om löpning och om livet. Adharanand Finn är journalist på The Guardian och frilansskribent. Jag sprang med kenyanerna valdes 2012 till årets sportbok av både The Sunday Times och The Daily Telegraph, samt nominerades till The William Hill Sports Award. Finns skarpa iakttagelseförmåga och medryckande språk gör detta till en fascinerande sidvändare. Sports Book Review Det som gör Jag sprang med kenyanerna så tilltalande är Finns charm... Han är en engagerad följeslagare både i och utanför löparspåret. Evening Standard En blandning av vetenskap, reseskildring och personlig utveckling. Jag sprang med kenyanerna är en rolig och inspirerande resa. The Post and Courier

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

... hemligheten bakom världens snabbaste löpare Storytelling (ATALAYA) ... <http://muac.co/jag-sprang-med-kenyanerna-hemligheten-bakom-vrldens-snabbaste-lpare.pdf>.

- Jag var aldrig med ... Hans debut som löpare fick till och med kenyanerna ... det finns inte en svensk senior som klarar av att springa så snabbt ...

Hemligheten bakom att springa sin ... löpartidningarna kör med för att locka till klick. Jag tänkte gå igenom mitt sätt att ... löpare av alla sorter. Då ...

**JAG SPRANG MED KENYANERNA : HEMLIGHETEN BAKOM VÄRLDENS SNABBASTE  
LÖPARE**

[Fortsätt läsa...](#)