

# 《跑者之道》

## 图书基本信息

书名：《跑者之道》

13位ISBN编号：9789571366021

作者：亞德哈羅南德.芬恩(Adharanand Finn)

译者：游淑峰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《跑者之道》

## 内容概要

# 《跑者之道》

## 作者簡介

《我在肯亞跑步的日子：揭開地球上最善跑民族的奧祕》（Running with the Kenyans: Discovering the Secrets of the Fastest People on Earth，臉譜出版）一書的作者，曾榮登《星期日泰晤士報》（Sunday Times）的運動類年度好書，獲得英國運動書籍獎「最佳新秀作家」殊榮，該書也進入威廉希爾年度運動書籍獎（William Hill Sports Book Award）決選名單

# 《跑者之道》

## 書籍目錄

- 前言
- 1出發
- 2從英國走陸路到日本
- 3抵達京都
- 4「和」的精神
- 5憲司與Blooming
- 6女子驛傳隊
- 7歸屬感
- 8維持均速
- 9初訪比叡山
- 10環九州驛傳
- 11琵琶湖驛傳
- 12出雲驛傳
- 13千葉國際驛傳
- 14赤足跑法
- 15過度訓練
- 16全日本大學驛傳
- 17千日回峰行
- 18日清食品實業驛傳隊
- 19村澤明伸
- 20組隊參賽
- 21新年驛傳
- 22川內優輝
- 23跑步俱樂部
- 24為何要跑？
- 25回到英國
- 26站上起跑線

# 《跑者之道》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)