

<<跑步这事儿>>

图书基本信息

书名：<<跑步这事儿>>

13位ISBN编号：9787540767839

10位ISBN编号：7540767839

出版时间：2014-1-1

出版时间：漓江出版社

作者：新百伦（中国）贸易有限公司

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：<http://www.tushu007.com>

<<跑步这回事儿>>

内容概要

当你发现自己看到路边的跑步人总忍不住伫立观看的时候，也许那正是告诉你，你也应该开始跑了。

这是一本写给普罗大众的书，编者采访了不同的跑者、跑步赛事和跑步路线，试图从不同角度，多方面多层次，将一个绚丽而丰富的跑步世界展现在读者面前。

这些跑者来自各行各业，有的富有盛名，有的默默无闻，但不论男女老少，他们都以一颗热诚的心，希望和读者分享在跑步过程中的所思所想，以及跑步带给他们的收获和感悟。

而在这本书诞生过程中也出现了一件趣事，几位采访者在采访了各地的跑者后，不约而同自己开始了跑步，跑步，就是这样一件有感染力的事儿。

在各个传播渠道中，跑步已然成为一种潮流，但对我们来说，更希望将这本书看做一个引领者，希望你在翻阅过这本书后，也会加入到跑步的行列中，或者，至少能发现，跑步，原来是这么一回有趣的事儿。

<<跑步这事儿>>

书籍目录

跑者说

他们为什么跑步？
看看不同的跑步人生。

于嘉：跑步是我的正能量 006

高海连：跑步是一场旅行的盛宴 014

程旸：爱鞋引我去运动 020

邓明凯：78岁，他还能跑，你就能跑 028

李晓拴：别睡懒觉，起床跑步啦！

036

徐蕴芸：一个人的骄傲能让你跑多远 044

丁丁张：最美的人生，最美的跑步时光 053

摩托猫：享受一个人的轻盈时光 064

陈默：再忙也乐跑 072

龚寒：跑步，是一种修炼 080

挥雨：去跑，让新世界的门轰然中开 088

李昀丰：跑步，是要和自己好好相处 100

黄玮：当你跑时，他就在你身边 110

跑城记

十一条跑者推荐的私家跑步线路，从入门级别到长距离慢速练习，不可错过。

北京

景山

在历史的中心奔跑 126

奥林匹克森林公园

春夏秋冬跑奥森 132

天坛

一起来跑奥运会马拉松 140

清华大学

跑马圈，为祖国健康工作五十年 148

上海

复兴中路

跑过上海最美的路 158

世博公园

在城市的中心野跑 168

世纪公园

心无挂碍，尽兴奔跑 178

龙腾大道

闹中取静的龙腾大道 186

广州

珠江九桥

给你一个期待跑步的理由 194

白云山

在广州市肺跑“西南西”半马线 204

天河公园

<<跑步这回事儿>>

绿洲宝地日常跑 212

跑趣集

穿什么跑？

和谁跑？

在哪里跑？

发挥想象，抛开束缚，跑步也可以很有趣！

光猪跑 | 高跟鞋跑

The Color Run | 迪士尼马拉松 224 ~ 228

端煎饼跑 | 室内跑步机马拉松

背老婆跑 | 狗狗一英里跑 229 ~ 232

红裙跑 | ET夜半月圆马拉松

相扑跑 | 僵尸跑 233 ~ 237

泥地马拉松 | “新娘”跑

New Race | 梅多克马拉松 238 ~ 242

圣诞老人跑 | 火车跑

脚蹼跑 243 ~ 246

关于跑步，还有……

关于跑步的电影 248

关于跑步的音乐 252

关于跑步的图书 256

<<跑步这事儿>>

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:<http://www.tushu007.com>