

<<天生就会跑>>

图书基本信息

<<天生就会跑>>

内容概要

每天清晨，羚羊都知道，它必须跑得比最快的狮子快；狮子知道，它必须跑得比最慢的羚羊快。

不管是狮子还是羚羊，太阳升起时，都要开始奔跑。

地球上的其他哺乳动物都在自由奔跑，难道只有人类是例外？

墨西哥的铜峡谷，隐居着史上最强的长跑族群塔拉乌马拉人。他们能活下来，是因为父辈跑得比鹿快，而父辈能活下来，是因为祖父跑得比阿帕奇人的战马快。他们永远不知道追赶猎物时要跑多快多久。

只有随时调整姿势、方向和速度，敏捷地在石块和沟壑间蹦跳，才能跑过错综的山路，爬上陡峭的岩壁，回家。

塔拉乌马拉人跑，与其说是为了更快，不如说是为了彼此更接近，与自然无限地接近。

原来，人天生就会跑！

<<天生就会跑>>

作者简介

克里斯托弗·麦克杜格尔 (Christopher McDougall)
美国作家。

毕业于哈佛大学，后入美联社担任记者，赴安哥拉、刚果和卢旺达报道战事。
返美后为《户外》、《纽约时报》、《跑步者世界》等刊物撰稿。
曾三度入围全美杂志报道奖。

爱好跑步，但频受脚痛之苦。

偶然得知在墨西哥的铜峡谷，隐居着史上最强的长跑族群塔拉乌马拉人。
于是穿越峡谷，寻找和族人颇有交情的奇人卡巴洛，一睹这支与世隔绝的部族的真面貌，探得跑步真谛。
此间学习塔拉乌马拉人的跑法，脚伤不治自愈，后写下《天生就会跑》一书。

目前在练跑步之余，写下一部作品。

<<天生就会跑>>

媒体关注与评论

《天生就会跑》集探险、生理学文论和跑步史为一体……让你只想出门奔跑。

——《户外》 《天生就会跑》内容古怪有趣，让人拿起放不下。

跑步的人会爱死它！

——波士顿马拉松四度冠军 比尔·罗杰斯 我跑了五十几年，很爱看《

天生就会跑》这本书，里面提到的人物让我钦佩和喜欢。

这些跑步发烧友都是真实存在的，他们表达这种喜好的方式也很吓人。

——美国奥运跑手 杰夫·加洛韦 作者的笔触在探奇、跑步生理学、跑者

和医生、种族传奇以及精英赛事上游刃有余地切换，成就了这本卓绝之书。

它是一次运动的检审，一个跨文化理解的寓言，一份生活哲学的要目。

人类历史发展到现在，已未必存在“适者生存”或“快者生存”的法则，我们早已幸存下来，无须逃生或者出猎。

但麦克杜格尔说，你也没有理由在沙发上扎根。

——《华盛顿邮报》 奔跑于大多数人而言是必不可少的经验，但是大多数人又都忘了它的重要性。

奔跑不只是一种健身方式，也是一门古老的艺术，一项人类传承下来、留在骨子里的本能技术。

塔拉乌马拉人只是单纯地记住了这早已被我们淡忘的本能。

——《纽约时报》 麦克杜格尔娓娓讲述人的进化并掀起一场革命。

本书引发了轰动……也是一个激动人心的耐看的故事。

——《泰晤士报》 如果你是一个跑步者，你会爱上这本书。

你会知道，我们的身与心能走多远。

——《ELLE》

<<天生就会跑>>

编辑推荐

一部让你爱上跑、懂得跑的经典杰作：隐秘的部落，神奇的跑者，揭示跑的真谛 《福布斯》
《华盛顿邮报》年度图书 《纽约时报》畅销书榜No.4 《波士顿环球报》畅销书榜No.1 人不是
因为变老而停止跑步，是因为停止跑步才变老。

获奖名单已公布：一等奖获奖读者客户账号 所在省市weigchao上海bennicer 福建疾走娜娜1北
京kfchotdog北京smluichuan 北京小龙人oo 北京二等奖获奖读者客户账号 所在省市gu88lan 上海
骑熊猫打架北京jaroslav 北京kirimoya 北京hyy11613 广东遗忘到洪荒北京yumilili1007 北
京nhpbg3 上海undaed 北京sxlion 江苏teddylem 广东27554675 湖北ceefree
四川97423618-34080660 内蒙古shakanh 广东chunbaisey 上海iloveptu 北京mac-daiqun 山
东ce9585 天津Cosmology 北京hs2140847 北京心情车站 江苏facesea4seasons 上海萤火虫与栀
子花 北京三等奖获奖读者客户账号 所在省市cryforever@163.com 江苏直通车26 北京bjpasser
北京猫猫看家 北京kushiyaki 北京fuli2015 北京372501886 山东小森雾 上海与光
竞技 河南JuliaTien 北京三星九千 北京superzacao 山东yindelg 浙江loongzhu 北京sf3455
贵州surebb 北京amenglee0726 广东wflyinggugu 湖南hilee 天津Eva543 北
京yehaolin 广东蛮荒之力 辽宁czjojo 湖北guokai22 天津奖品由本书出版方负责寄出，
请您耐心等待！

<<天生就会跑>>

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>