跑步圣经:我跑故我在(35周年纪念版) [Running & Being: The Total Experience]



跑步圣经:我跑故我在(35周年纪念版) [Running & Being: The Total Experience] 下载链接1_

著者:[美] 乔治・希恩 著,安烨 编,于嘉 译

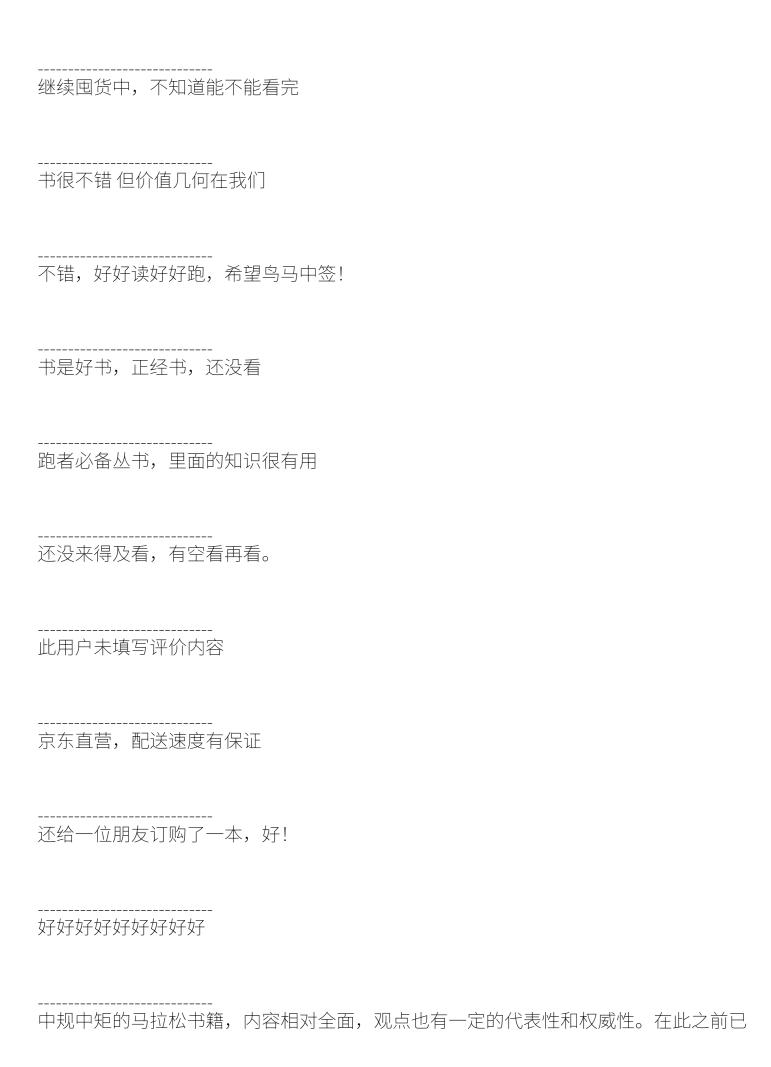
<u>跑步圣经:我跑故我在(35周年纪念版) [Running & Being: The Total Experience]</u>下载链接1_

标签

评论

 非常好,非常棒,思想深刻,内涵丰富,值得推荐,非常值得一阅!
 发货快,商品基本满意。。。。。。所以给好评!

质量很好,适合研读并实践



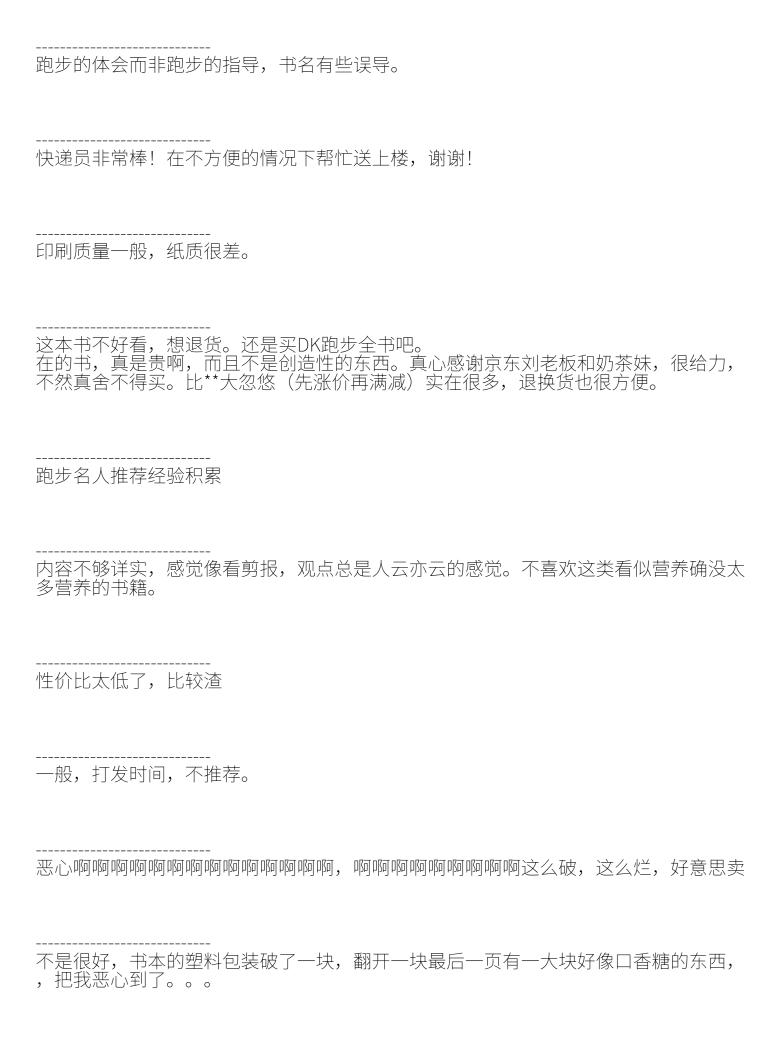
经有很多相关资料,这本就作为补充吧。
 好书,不错。
在喧嚣的世界里,"跑步"已然成为一个标签,跑者则是一个特立的族群。在用脚步丈量世界、自我修行的同时,世界的目光也投射在每个跑者的身上。为什么跑、怎么跑、如何跑在书中,新浪高级副总裁、新浪体育有限公司总经理魏江雷(大A)首度分享了他的16年跑步故事和跑步经验。他用清新的笔触带你从容开跑,帮助还未上路的你少走一些弯路,少受一些不必要的伤痛。在书中,毛大庆、欧阳靖、叶钊颖、杰夫·盖洛威、张思杰、戚军等多位知名跑者也特别分享了跑步给他们带来的改变,可以让你在跑步的路上汲取力量。这本书可以带你从踏出的第一步开始,与大A一起科学地练,有态度地跑,开启新的生活方式!
都是在京东买的书。没什么好说的,快递很快。
京东自营 就是快!! 书籍全部完整! 网购,我只信赖京东! (东哥来个红包)

 第二次下单了,非常不错?
 不错不错不错不错

觉得你是克拉克森你的奶奶房间呢大家都觉得你都记得记得记得

包装的塑封不平整,给人不是全新的感觉,好在不影响阅读。书的前二章写的是,作者对人生的感想,与跑步没有必然联系。于嘉翻译的,作为副业,水平一般,没有什么文采可言。书的内容不错,从现象到思考,简单看了章节介绍,跑步的部分最多只占到一半,与其叫《跑步圣经》,不如叫《跑步哲学》(think in

run)。这本书推荐给除了跑步也要思考人生的朋友,不推荐想快速提高跑步成绩的朋友看。
 应该还可以



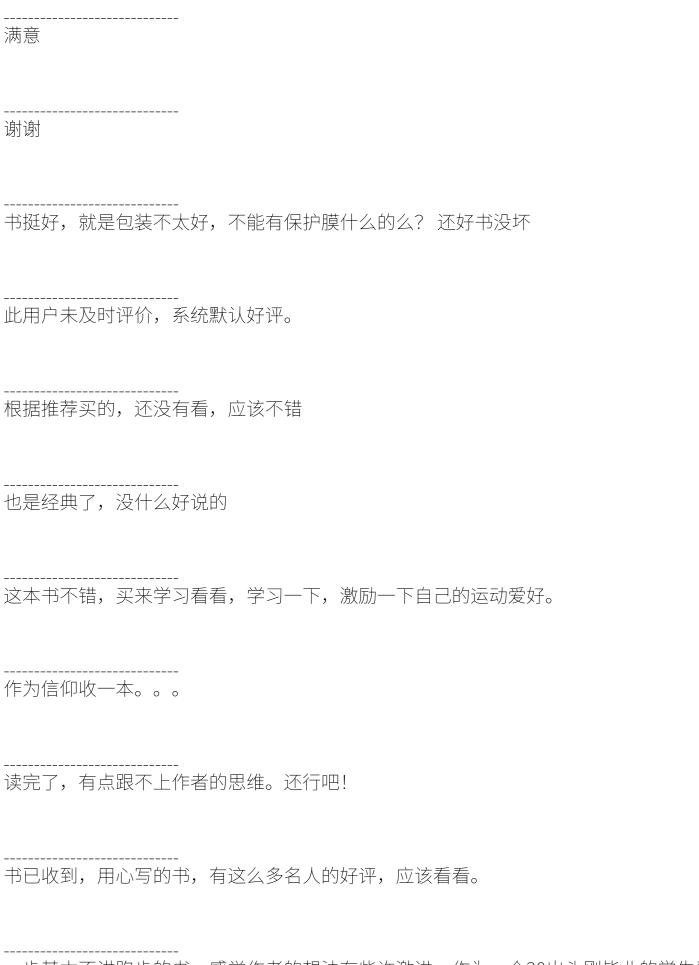
不行,虽然一大堆人在评价和推荐。说了一大堆废话,权属个人感想,无实质意义。不建议购买!跑步不需要哲学,需要的是持之以恒和正确的跑步方法,加之均衡营养。
艾泰 UTT D915W

双频750M广告无线路由器(让WIFI成为你的广告平台!)东西管理界面都不能登录。局不行,人品也不行。	
 非常不值,扯蛋的书。	
有点哲学的意思 有点深奥了	

太慢
 好

买了两种跑步的,可以读着玩儿不错
 特别实用

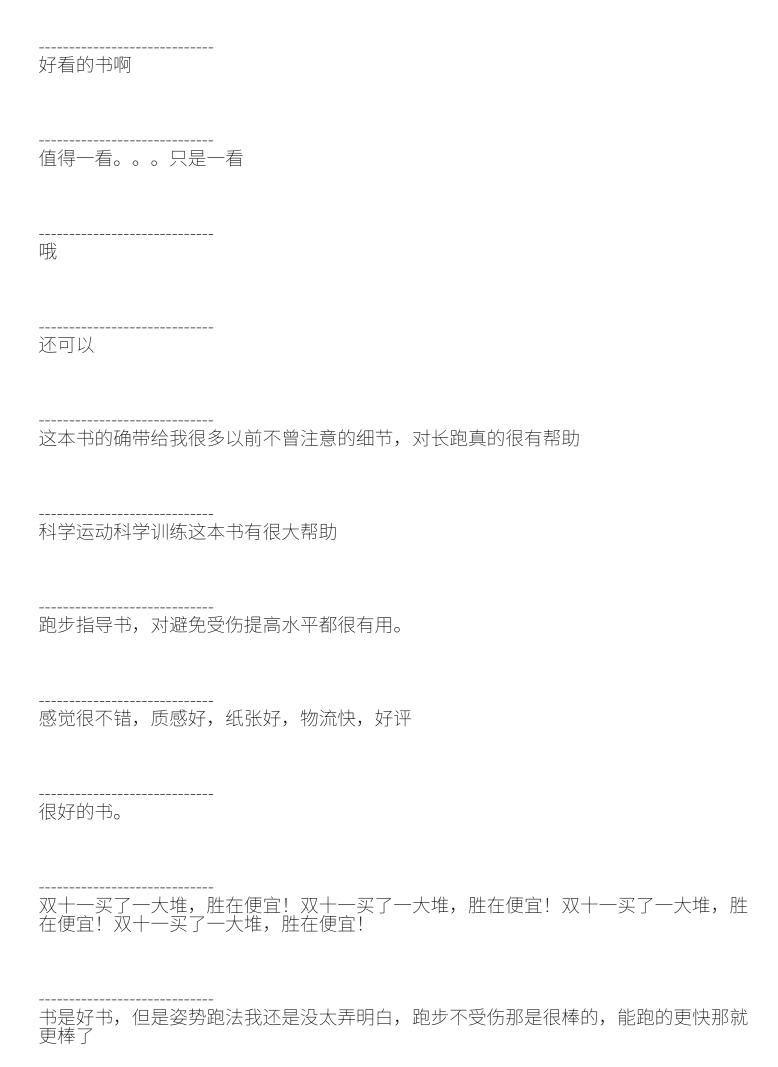
同事喜欢跑步,帮他买的。



一步基本不讲跑步的书,感觉作者的想法有些许激进,作为一个20出头刚毕业的学生看到了他的书,有些许的失望,没有达到预期的期待,更希望的是一个在情感上的激励,

 喜欢这个面条,价格还行吧。总之一切都还行。为了这个满10个
 不喜欢看书,喜欢买书,想看有比较懒,正品
 挺好的一本书,就是比较难,如果有视频教学就好了
 很好
 好评!
 祝福自己的跑步水平越来越好!
 好看
 我跑故我在

而不是像作者所谓的必须将跑步放在首位的人生态度~



 不错的一本书,送给朋友的。
由于东西没有什么问题我一般都会用这个回复。
包装挺好,速度挺快,到地自取,不然双11送不过来。
 纸不错,就是这书太贵了

 还没看
 教科书,好好学习
 好书,现在在学习姿势跑法
 可能境界太高了,我觉得太抽象,有点枯燥。
 大书,n多人推荐的,确实很不错,看得津津有味。
系统训练,科学跑步,一定要看看这本书。

京东品质! 好! 很棒! 给个好评! 分享一下!

物有所值 快递非常快! 非常不错 下次可以再次光临!
 好评…
 不错

不错的一本书,不过跑步还没到那个境界

跑步圣经:我跑故我在(35周年纪念版) [Running & Being: The Total Experience]_下载链接1_

书评

跑步圣经: 我跑故我在(35周年纪念版) [Running & Being: The Total Experience]_下载链接1_