

**‘Correr, comer, vivir’** de **Scott Jurek** (ed. Booklet, 360 págs). Biografía de uno de los más grandes corredores de ultramaratonos de la historia que no sólo narra sus experiencias entrenando y compitiendo, sino que además habla de su infancia y de su largo camino hasta convertirse en el corredor que es hoy. Como extra, y ya que su camino hacia el veganismo es un tema clave en ese desarrollo personal y como corredor, incluye recetas pensadas especialmente para corredores. Si nunca has corrido un ultra, tras leer este libro estarás deseando empezar a entrenar para uno, y si ya eres un ultrero experimentado, arderás de ganas por ir a la Western States 100 y vivir en persona todo aquello que narra el libro.

