

Corriendo hacia lo imposible. Un viaje al mundo del ultrafondo

Trail Running / 5 febrero 2016

La editorial Lectio acaba de publicar un nuevo libro dedicado al ultrafondo, que no te puedes perder.

El entrenamiento, las motivaciones, el material, la alimentación y la fuerza mental necesarios para hacer una ultratrail. Una ultramaratón paso a paso: sensaciones, estado de ánimo y camino hacia el cumplimiento del sueño. Recorrido por las Ultratrail más embelmáticas y más salvajes del mundo.

Título: “CORRIENDO HACIA LO IMPOSIBLE. Un viaje al mundo del ultrafondo”



Autor: **Albert Jorquera**

Editorial: Lectio

Síntesis: Este libro es un apasionante viaje hacia el ultrafondo, uno de los deportes más extremos y exigentes que hay en el mundo. ¿Cómo se entrenan los profesionales como Kilian Jornet? ¿Cómo se alimentan durante la carrera? ¿Cómo pueden soportar tantas horas corriendo y noches enteras sin dormir? ¿Cómo son las grandes carreras del planeta? ¿Y las más duras? El libro quiere responder a estas preguntas desde la perspectiva del corredor amateur y anónimo, aquel que quizás nunca saldrá en revistas o en los libros de historia, pero que es capaz de protagonizar gestas inimaginables. Y es que con motivación, esfuerzo y sacrificio cualquiera de nosotros puede llegar muy lejos, a pesar de que sea corriendo hacia un imposible.

Albert Jorquera, nacido en Vilanova i la Geltrú (1976), es licenciado en periodismo por la Universitat Autònoma de Barcelona. Apasionado del deporte, encaminó su carrera hacia esta especialidad y, justo después de licenciarse, entró a trabajar en el Mundo Deportivo y en el Diari de Vilanova. También ha colaborado en diversos medios, como Onda Cero, la Cadena SER o RAC1, siempre en temas o secciones deportivos. Además, ha jugado en la División de Honor de hockey patines y a fútbol antes de empezar a correr. Lo hizo por asfalto, pero cuando probó la montaña ya no hubo vuelta atrás. Desde entonces, ha hecho algunas de las ultras más importantes y duras del planeta, como la Ultratrail del Mont Blanc.