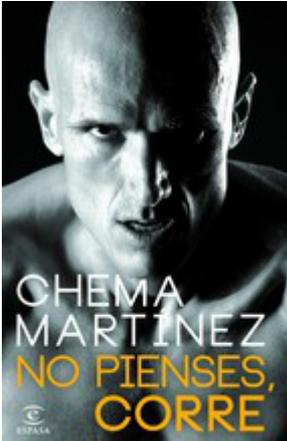


NO PIENSES, CORRE

CHEMA MARTINEZ , S.L.U. ESPASA LIBROS, 2013



No pienses, corre es un manual práctico sobre correr y los temas habituales que los corredores quieren saber y los corredores no encuentran en ningún libro; desde temas como el atuendo necesario para correr, la motivación, hasta los consejos para correr cualquier tipo de carrera, pasando por las posibles lesiones o cómo correr en familia. toda la información necesaria de mano de Chema Martínez, corredor de maratones y uno de los mejores atletas españoles de todos los tiempos.