

LETTURE



VITE DA RUNNER

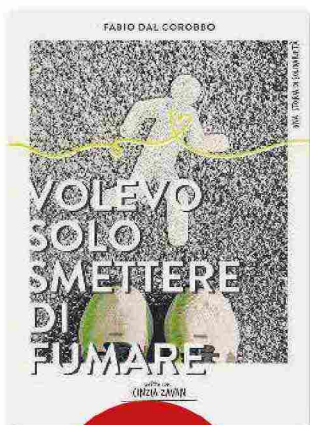
Tante facce diverse dello stesso sport per una passione che non conosce limiti

di ALBERTO ROSA

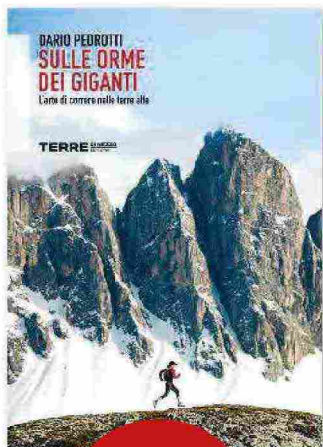
VOLEVO SOLO SMETTERE DI FUMARE

di Fabio Dal Corobbo e Cinzia Zavan
148 pagine
2024 - Antilia
14 euro

Da una parte abbiamo adolescenza, gioventù e maturità. Dall'altra sport, solidarietà e inclusione. In mezzo, ad unire, l'esperienza di un runner amatoriale che prima è corso via da qualcosa e poi, col tempo, ha indirizzato la sua corsa verso obiettivi diversi da un certo tempo sul display dell'orologio o dal partecipare a tante gare, e che qui invece racconta come la corsa possa concretamente aiutare gli altri. Questo libro è stato scritto per sensibilizzare l'approccio allo sport, con l'obiettivo di includere persone di qualsiasi età, abili e diversamente abili.



L'altra faccia del running



Montagne a passo di corsa

SULLE ORME DEI GIGANTI

di Dario Pedrotti
248 pagine
2025 - Terre di Mezzo
15 euro

Il sottotitolo è "l'arte di correre nelle terre alte". Pensiamo sia la sintesi perfetta di quanto propone questo catalogo, meglio, questo atlante sentimentale degli eventi competitivi del trail running italiano. Una fotografia, lucida e consapevole, delle corse ospitate dal territorio montano, ma lo vediamo anche come un invito a ragionare sull'esplosione della disciplina in Italia dopo il periodo della pandemia e a cercare di comprendere le reali radici del movimento, a perdersi tra cenge, foreste e ghiaioni, tra mattine gelate e notti illuminate da frontali, stelle e lumicini dei rifugi. Pedrotti, trail runner per caso che vive la montagna a 140 battiti al minuto, racconta, passo dopo passo, il Tor des Géants, la LUT, l'UTMB e altri eventi noti, oltre i luoghi comuni.

ESSERE UN RUNNER IN QUALCHE MODO

di Alberto Rossetti e Matteo Girardi
160 pagine
2024 - Città Nuova
16,90 euro

Forse il vocabolo che riassume questa riflessione è "consapevolezza". Rossetti e Girardi partono dalla domanda: cosa significa essere un runner? Potrebbero seguire un elenco senza fine di ragioni, caratteristiche, esperienze tecniche e motivazioni personali. Per fortuna non è così. Le pagine provano a sondare le ragioni che mettono in strada tanti runner amatoriali, soffermandosi su riti, abitudini, aspirazioni, senza tralasciare ossessioni e ansie, piccole o grandi. E c'è un punto di approdo che sfata un mito della corsa e ci riporta alla consapevolezza iniziale: la corsa aiuta molto, ma è soltanto una parte del ben-essere. Per "essere liberi", non basta correre, bisogna esserlo dentro.



Verità e inganni sugli amatori

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.