

La Corsa Infinita La Guida Completa Alla New York

E' uno spaccato della storia italiana raccontata anno dopo anno attraverso fatti, aneddoti, storie paesane, storie di persone e di popoli, di misteri mai risolti e di tragedie umane. Dall'Unità d'Italia a oggi. Uno straordinario e insolito almanacco storico che racconta tanti avvenimenti degli ultimi centocinquanta anni, all'interno di un quadro variegato di storie, avvenimenti e cronache mondiali.

Si parte da una domanda: perché si restava estasiati dopo la corsa ciclistica del paese? E, in cerca di risposte, si ripercorre la passione per lo sport, le sensazioni provate pedalando, le sconfitte, le vittorie, le emozioni vissute da tifoso e i retroscena delle gare. La potenza dello sport e la ricerca dell'entusiasmo attraverso il ciclismo, perché in esso, così come in ogni passione, c'è la vita. Momenti alti, come il cielo; pagine crude, come la terra; incontro di tutto, come la strada.

Una storia tutta da vivere. Dolce, simpatica, piacevole, divertente e speciale. Un romanzo rosa basato su fatti realmente accaduti, che li conquisterà per sempre. LEI è in procinto di pronunciare il fatidico "SÌ" all'uomo perfetto, quello che ha sempre sognato. LUI ha bisogno di poter per riflettere prima di prendere una decisione che cambierà per sempre la sua vita. LEI e LUI non si conoscono e neanche sembravano destinati ad incontrarsi. Tuttavia, la speciale e magica isola di Icaria in Grecia sarà testimone della migliore estate della loro vita, quando il mondo del due protagonisti sembrava sul punto di crollare. Alcuni lettori hanno detto: "Lucy Morton è una boccata d'aria fresca per il genere romantico. Un ottovolante di emozioni che ti ruba il cuore". "Era da tempo che una lettura rosa, senza essere stucchevole o scontata, non mi prendeva e non mi emozionava così tanto. L'estate della tua vita è un romanzo che tutti dovrebbero leggere". "I suoi personaggi ti rubano il cuore. Riesci ad immergerti nel più profondo della storia e, alla fine, è impossibile togliertela dalla testa".

Nuova antologia di lettere, scienza ed arti

Le rime di Francesco Petrarca riscontrate co i testi a penna della Libreria Estense, e co i framgenti dell'originale d'esso poeta. S'aggiungono le considerazioni rivedute e ampliate d'Alessandro Tassoni, le annotazioni di Girolamo Muzio, e le osservazioni di Lodovico Antonio Muratori bibliotecario del sereniss. sig. duca di Modena. All'illustrissimo ed eccellentissimo sig. Antonio rambaldo ...

La guida del Sole 24 ORE al Knowledge management

The Never-Ending Run

Il sogno del maratoneta

“Tutta colpa di quella maledetta scritta sul cavalcavia della tangenziale!” Dorian, tutto fare di un piccolo quotidiano gratuito, scivola nel fiume per cercare di leggere la scritta in nero tatuata sul cavalcavia della tangenziale. Viene salvato da un vecchio senzatetto di nome Victor che abita assieme a un cane, un cieco e un insano di mente, in una baracca nascosta dalla vegetazione nei dintorni del corso d'acqua. Il trentenne sogna di diventare un vero giornalista e spera di utilizzare Victor per scrivere un toccante articolo sul senzatetto. Ne nasce un curioso legame che coinvolge anche

Penelope, fidata amica e vicedirettore del giornale. Cosa accomuna la nebbia di Padova e un taxi della Jamaica? Un bacio all'ultimo piano del Rockefeller Center e la maratona di S. Antonio? Al lettore scoprirlo.

Che cosa c'è ancora da scoprire sulla corsa? Come può una persona raggiungere le massime prestazioni podistiche con il suo organismo? Allenamenti, alimentazione, potenziamento muscolare, massaggi, allungamenti, esercizi posturali... Su cos'altro si può agire? Questo libro conduce alla scoperta di un mondo, di un sistema ancora così poco conosciuto, ma che contiene in sé un potenziale enorme per tutti gli atleti. Un mondo nascosto all'interno di noi, che viene in uenzato dalla corsa e che in uenza fortemente il modo di correre e quindi le prestazioni podistiche di ognuno di noi.Un mondo interno che cerca di comunicare con ognuno di noi attraverso i segnali del corpo. Si tratta del sistema composto dagli organi e dai visceri. Il loro movimento, il loro stato energetico in uiscono in modo sbalorditivo sulle prestazioni atletiche. Dopo tanti chilometri percorsi da podista e in seguito a numerosissimi podisti trattati in studio ho deciso di scrivere questo libro. Ho estrapolato le tecniche più semplici, ma più ef caci, per poter dar la possibilità ad ognuno di voi di prendersi cura del proprio mondo interno. Per scatenare così tutta la potenza del motore e raggiungere le vostre massime prestazioni. Un metodo che vi consentirà di ridere fortemente anche quei fastidiosi dolori che af iggono la vita del podista. E allora forza! Entriamo in questo affascinante mondo, impariamo a conoscerlo e a comunicare con lui facendo "un giro" a mille le nostre gambe.

La conoscenza di un'organizzazione o di un'impresa non vale "niente" se non è fonte di valore. Vale "tutto" se non lo diventa. La conoscenza possiede un valore nullo se non è trasformata in prodotti e/o servizi e viceversa possiede un valore "vitale" quando è alla base di un efficace modello di business. La Guida al knowledge management si propone di indagare le modalità attraverso cui la conoscenza assume un reale valore solo quando viene trasformata in prodotti e/o servizi vendibili, cioè quando l'intangibile diventa tangibile. Detenere delle conoscenze è una condizione necessaria, ma non sufficiente per competere ed avere successo nel business. Ciò che è fondamentale è la capacità di trasformarla. È molto più facile trasformare del denaro in buona ricerca che trasformare della buona ricerca in denaro.

Il coraggio di vivere ce l'hai?

Guida dell'Osteopata agli autotrattamenti ed esercizi per prestazioni ottimali e un recupero al 100%

Il Petrarca impugnato dal Petrarca

La palestra atemina

rvista di ingegneria, tecnologia, industria, economia, arte ...

Extreme race, city festival, global phenomenon - the New York Marathon is much more than a never-ending run. On top of the 50,000 plus participants who actually run the race, it's an event that involves millions of people when you include the thousands of volunteers, the hundreds of thousands of supporters lining the streets of the metropolis par excellence, and the global TV audience watching at home. "The Never-Ending Run" aims to give a 360° explanation and tell the story of one of the most famous marathons in the world, starting with a mile-by-mile description of the race, including first-hand experiences.On the back of the story of the race, there follows a guide to New York specially dedicated to runners and all their shopping and tourism needs, along with scores of interesting facts and stats. "The Never-Ending Run" recounts the history of the New York City Marathon, provides intriguing insights and explains how to participate and properly prepare for the race- all without overlooking essential tips and suggestions for enjoying life, and your break, in the Big Apple. Part one, The Race, illustrates the history and route of the most famous race in the world, including race strategies by coach Fulvio Massini, as well as accounts from other famous athletes, such as Peter Ciaccia, Orlando Pizzolato, Franca Fiacconi, George Hirsch, German Silva, and Alex Zanardi. Part two, New York, is given over to the needs of the runner in town for the race: how to get around; where to go shopping for running gear; advice on what to do - and not do - in the days leading up to the race; and the best places to watch the race for spectators.

Keaton inventa e propone un nuovo modo di ridere e sorridere. A più livelli. Sherlock Jr. e i suoi film infantile per i gag a incastro, per il ritmo sul fortissimo e per le fughe-rincorse, sia un pubblico adulto per il metodo con cui è costruita e realizzata l'azione, sia un pubblico di intellettuali e di artisti per le invenzioni architettoniche sia nello spazio sia nel tempo. Il linguaggio di Keaton è a più strati e contemporaneamente universale. Non ha bisogno di traduzioni perché è comprensibile ovunque. Il libro di Francesco Ballo presenta e mette a fuoco proprio il metodo e il linguaggio di Buster Keaton, evidenziandone le peculiarità uniche e fantastiche, contemporanee a quelle degli artisti del suo periodo. Si tratta di uno studio analitico che pone al centro dell'attenzione il film Sherlock Jr. indagandone ogni singola inquadratura e confrontandolo con gli altri suoi film. Lo studio però non si limita al solo film analizzato, ma propone gli esordi del piccolo Buster con i genitori nel Vaudeville, la sua cinefilia precedente il fondamentale incontro con il grande e famoso Roscoe Fatty Arbuckle, che lo fa esordire nel mondo cinematografico, diventandone il maestro. Keaton allo specchio: l'uomo con la macchina da presa. A compendio di questo studio Ballo pubblica una sistematica filmografia Keatoniana dal 1917 al 1966, anno della sua morte. Cinema, TV e spot pubblicitari. Francesco Ballo è ordinario di Storia del cinema e del video all'Accademia di Belle Arti di Brera. Tra le sue pubblicazioni ricordiamo Buster Keaton (Mazzotta, 1982). Tutti i film di Clint Eastwood (Varese, 1987, con Riccardo Bianchi). Omgaggio a un censurato permanente: Roscoe Fatty Arbuckle (Pordenone, 1987). Numere sequenze (Naviglio 1988, con Paola Baroncini). John Ford. Sfida infernale (Lindau, 1991). Traccia comica (Uipigia, 1991, con Paola Baroncini). Il cinema noir di Anthony Mann (Q art, 1994). Buster Keaton. One Week (Lindau, 2000). Introduzione a The General di Buster Keaton, (L'Eubage, 2001). Note su Hard Luck di Buster Keaton (Pordenone, 2004). Jacques Tournear. La trilogia del fantastico, (Falsopiano, 2007). Premio Internazionale Maurizio Grande VI edizione. Dal 1999 ha ideato e realizzato Videozero, rassegna video degli studenti dell'Accademia di Belle Arti di Brera. Come regista ha diretto il lungometraggio a 16mm Quando le ombre si allungano (1996) e ha girato numerosi cortometraggi video. Su Buster Keaton ha realizzato i seguenti video: Variazioni Keaton 1: Hard Luck (2002, con Luca Mosso), Variazioni Keaton 2: DayDreams (2002, con Luca Mosso), Buster Keaton di corsa (2003) e ultimamente Note su Sherlock Jr. di Buster Keaton (2009, con Paolo Darra). Dal 2008 dirige la collana Falsopiano Light per le Edizioni Falsopiano.

Chiedete a qualsiasi corridore serio e vi dirà che essere mentalmente forti è di vitale importanza per il successo in questo sport. Mihaly Csikszentmihalyi ha dedicato tutta la propria carriera alla comprensione del flow e della via regia per entrare nel cosiddetto stato “di flusso”. In Running Flow, Csikszentmihalyi si avvale del contributo dalla collega psicologa Christine Weinkauff Duranso e del giornalista sportivo e coach Philip Latter. Questo lavoro rappresenta il primo libro interamente dedicato ai runner per aiutarli a raggiungere lo stato di flow sia nel contesto della competizione che dell'allenamento. Oltre a offrire una trattazione completa del fenomeno, propone esercizi pratici che stimolano il suo emergere e numerose storie di atleti di elite che riportano le proprie esperienze di flow. Le barriere psicologiche associate all'allenamento e alla competizione possono essere tanto pressanti quanto quelle fisiche. Destinato a diventare un classico, Running Flow ti aprirà la mente, non solo permettendoti di ottenere prestazioni migliori nella corsa ma anche per perseguire esperienze più sane e godibili nella vita.

La corsa infinita

1877.[1]

La Corsa dentro di te

Necropolis

Gregorio di Nissa

Il pensiero contemporaneo appare attualmente segnato da un'ineluttabile crisi strutturale del tempo moderno che pervade tanto l'atteggiamento verso la vita politica quanto la ricerca scientifica, ed è dovuta ad uno spirito privo di profondità e unità che annuncia il declino della filosofia. L'aspetto positivo del terzo millennio ricade essenzialmente nella sfera pratica, dove il progresso empirico della tecnologia, scavalcando l'impasse giuridica del mercato novecentesco così come la paralisi del giudizio analitico del Settecento, produce risultati tanto immediati e potenti quanto alternati e sconnessi dalla sfera del concetto. Il trait d'union tra questi due arti come parti di un stesso corpo fermo all'esperienza della sostanza, tale spirito irrequieto dimentico di sé stesso e irretito nella follia del proprio processo materiale, riconduce questo organismo assoluto alla determinazione infinita di una logica dialettica e al respiro autentico di una vita universale che si riconosca come compiuta secondo il proprio sistema, ciò che è possibile solo nell'ottica di un sapere reale. La "Fenomenologia dello Spirito" di Hegel nel 1807 segna il principio del mondo moderno, che conclude il lungo calvario della coscienza nella sua mediazione infinita. L'idealità, dopo essersi alienata nella natura in tutte le figure della storia oggettiva, torna presso di sé, diviene cosciente di sé stessa, elevandosi all'essenza virtuale che nella riconciliazione interna dei propri momenti genera la ragione concreta. La contraddizione di questo processo vivente colto per sé, dal lato del concetto, dà avvio al progetto di un'enciclopedia della storia, che si espande in tutte le manifestazioni della realtà, per ridurle alla sintesi assoluta che rappresenta l'immutabile divenire dello Spirito come il totale sistema della Scienza. "La Follia dello Spirito. Il sistema della Scienza" è l'immane opera dello spirito che, alle soglie di una nuova era imperniata sulla virtualità logica della forma come cognizione e informazione pura, riconquista la metafisica classica a partire dall'idealità dell'Ottocento e determina l'eterno schema originario in cui tramonta la crisi universale, riconciliando il principio e lo sviluppo del pensiero nel seno stesso della storia assoluta del mondo.

Pedine spinte da un ferce Destino scivolano sempre più rapide verso l'Abisso. Adesso la battaglia si concentra nell'ostile terra barbarica di Algot, dove le più antiche leggende colano nella realtà, corrompendola e travolgendo chiunque la calchi. Sotto una pioggia di cenere, anche il più valoroso dei guerrieri pagherà pegno. Intanto il tempo scorre e i cardini di un Cancello Proibito cigolano, pronti a piegarsi e rovesciare sui mortali la notte più lunga. Danza delle Ceneri è un fantasy dai toni adulti e cupi, secondo romanzo della saga Eleonora di Atheris, iniziata con Mappa per l'Abisso. "Leggendo Atheris si dimentica ciò che si conosce, e si entra in un immaginario tanto poderoso da divenire reale, quasi magia, mostri, elfi e demoni facessero parte della nostra vita di tutti i giorni" (Saint Martin Post - wordpress.com)

Eleonora Duse è stata una delle più grandi attrici del teatro moderno, un'artista capace di combinare la profondità con l'enfasi interpretativa e di scatenare nel pubblico violente passioni. Nata da una famiglia di attori, Eleonora trascorse un'infanzia nomade, recitando fin da bambina. Furono soprattutto le sue coraggiose scelte di repertorio a renderla famosa, le pièces contemporanee di autori come Dumas, Ibsen, Go'k'ij, che portavano sulla ribalta vizi e valori borghesi, ritraendo un mondo nel quale era sempre più difficile esternare emozioni sincere. Lo scrittore Emil Alphonse Reinhardt, senza sottrarsi al fascino della diva, orchestra con cura la grande mole delle testimonianze e racconta con vivida esattezza l'adorazione del pubblico e il successo critico. Scritta tra Roma e Livorno, ma pubblicata originariamente in Germania nel 1928, questa biografia è anche uno squarcio incomparabile sulla burrascosa vita privata di Eleonora: il matrimonio, la relazione segreta con Arrigo Boito e quella con Gabriele d'Annunzio, la rivalità con Sarah Bernhardt, la controversa amicizia con Isadora Duncan, le glorie e gli affanni di una donna sofferta in vita.

The Girl who Reached for the Stars

Senza veli

Il Politecnico

L'estate della tua vita

Giornale illustrato dei viaggi e delle avventure di terra e di mare

Una volta pensavamo che una società segreta che domina il mondo con la sua ricchezza infinita. È il Circolo; non ha scrupoli ed è disposta a uccidere pur di mantenere il potere sulle nostre vite. Ma qualcuno sfugge al suo controllo, un uomo che è capace di vivere più di una vita e che ha una dote che pochi comprendono... Thomas Hunter è sospeso tra due dimensioni: ogni volta che si addormenta, i suoi sogni lo portano a vivere un'altra esistenza. Se in una Hunter è un giovane autore fallito che vende caffè alla Java Hut di Denver, nell'altra è un valoroso capo militare con accesso a informazioni altamente riservate. Il nostro mondo si trova sull'orlo della distruzione: il gruppo terroristico della Nuova Alleanza ha diffuso un virus letale allo scopo di generare il caos globale e indebolire le potenze mondiali. Anche il Circolo ne è minacciato e non sa come agire. Grazie ai suoi risvegli in uno o entrambi i mondi, Thomas può recuperare informazioni in una realtà e impiegarle nell'altra; questo fa di lui un uomo chiave nel trovare una via d'uscita, ma ciò che lui conosce potrebbe piegare per sempre il corso del Circolo... Un thriller adrenalinico e avvincente, un mix perfettamente riuscito di suspense e soluzioni al limite del possibile. Una lettura che non dimenticherete.

Dopo più di due ore di corsa il traguardo si avvicina, mancano solo pochi metri ma il maratoneta che sta vincendo la corsa è sfinito, inesplicata, cade. Due giudici lo incitano, lo sorreggono. Anche se arriva primo, verrà squalificato, con un verdetto che suscita l'indignazione generale. Quasi nessuno ricorda chi vinse la medaglia d'oro della maratona alle Olimpiadi di Londra del 1908, ma cent'anni dopo tutti ricordano il nome di quell'eroe sfortunato, premiato con una coppa dalla regina d'Inghilterra, commossa dal suo destino e sollecitata da Conan Doyle, il giornalista-scrittore «padre» di Sherlock Holmes. Ma la vita avventurosa di Dorando Pietri non è tutta racchiusa in quell'episodio, anzi. Il piccolo garzone di pasticceria, che faceva le consegne sempre di corsa, è infatti il protagonista di una vita ricca di episodi romanzeschi, di glorie e sconfitte, di determinazione e passione, di piccole follie e grande buon senso. Nel Sogno del maratoneta Giuseppe Federiall racconta in forma di romanzo l'epopea di questo straordinario campione, generoso e ingenuo, ostinato e sentimentale, indimenticabile protagonista di uno sport fin troppo simile a quello attuale, con star mondiali ed enormi guadagni, tentativi di doping e tournée oltreoceano, sfide memorabili e pause di solitudine. Soprattutto, il sogno del maratoneta è l'affettuoso omaggio a un piccolo grande italiano conosciuto in tutto il mondo, celebrato campione dell'atletica che per gli emigrati nelle Americhe divenne il simbolo di un'Italia che sapeva farsi valere.

Includes book-reviews and abstracts of articles from other periodicals.

Campagna militare dell'arti, et astutele diaboliche divisa in dieci esserciti (etc.)

Genesis di Atheris - La Danza delle Ceneri

Terral

La guida completa alla New York City Marathon: la storia, la gara, le info, i consigli e le curiosità sulla maratona più famosa del mondo.

La vendetta di Siviglia

Boris Pahor spent the last fourteen months of World War II as a prisoner and medic in the Nazi camps at Bergen-Belsen, Harzungen, Dachau and Natzwelver-Struthof. Twenty years later, as he visited the preserved remains of a camp, his experiences came back to him: the emaciated prisoners; the ragged, zebra-striped uniforms; the infirmiry reeking of dysentery and death. Necropolis is Pahor's stirring account of providing medical aid to prisoners in the face of the utter brutality of the camps – and coming to terms with the guilt of surviving when millions did not. It is a classic account of the Holocaust and a powerful act of remembrance.

Come sempre, Chuk mescola sapientemente satira, sovversione, sorprese per raccontarci una storia senza tempo e senza speranza sul nostro mondo sempre più assetato di star e di personaggi pubblici pieni di glamour e sempre più desideroso di distruggerli.

1606. Catalina Solis, da poco rimasta vedova, ha lasciato l'isola caraibica di Margarita e sta facendo rotta verso Siviglia per soccorrere il padre, rinchiuso nelle carceri reali. Quando lo giuramento: scatenare una terribile vendetta contro la potente famiglia del Curvo, responsabile della sua rovina. Catalina si prepara a mettere in atto il suo piano e, aiutata da un'anziana curanderera e da una fasciosa prostituta, si introduce nei bordelli e nei salotti più influenti per portare a compimento il suo dovere di sangue, ricorrendo all'arma più potente: la seduzione. Matilde Asensi continua l'epopea di Terra Ferma e della sua eroina Catalina, sullo sfondo di una capitale andalusa dominata dall'apparenza e dal vizio.

Manuale delle macchine utensili

Il cinema di Buster Keaton

Sherlock Jr.

La Follia dello Spirito. Il sistema della scienza

Strade

Competizione estrema, festa cittadina, fenomeno globale. La Maratona di New York è molto più di una corsa infinita. È un evento che coinvolge milioni di persone perché, agli oltre 50000 runner che concretamente affrontano la sfida, si aggiungono decine di migliaia di volontari e centinaia di migliaia di sostenitori per le strade della metropoli per eccellenza, e ancora milioni di spettatori in tutto il mondo. “La corsa infinita” vuole raccontare e spiegare a tutti i livelli una delle maratone più famose del mondo, a partire dalla descrizione miglio per miglio della gara, con il supporto delle testimonianze di atleti famosi come Alex Zanardi, Linus, Franca Fiacconi e Orlando Pizzolato, e della strategia di gara di Fulvio Massini. Sull'onda della corsa, completano il racconto una guida a New York, dedicata ai runner ed alle loro esigenze in fatto di shopping e turismo, e la descrizione dettagliata di 36 itinerari di running nella Grande Mela, per rifinarsi prima della grande impresa o semplicemente per godersi la città correndo. ---- “La corsa infinita” racconta la storia e le curiosità della New York City Marathon, spiega come partecipare e come prepararsi per correrla al meglio, senza tralasciare indicazioni e consigli per godersi la vita (e le vacanze) nella Grande Mela. La prima parte, La Gara, illustra la storia e il percorso della competizione più famosa al mondo ed include la strategia di gara dei coach Fulvio Massini oltre ai racconti di tanti atleti noti tra i quali Orlando Pizzolato, Franca Fiacconi, George Hirsch, German Silva, Alex Zanardi e Linus. La seconda parte, New York, racconta la città a partire dalle esigenze dei runner che vi si recano per la competizione (ma vale anche per chi ci va in vacanza): come muoversi, dove mangiare, dove fare shopping, dove trovare i migliori panorami, cosa fare nei giorni che precedono maratona, dove assistere alla competizione per fare il tifo. La terza, ed ultima, parte Run and the City, è dedicata al running a New York, in vista della maratona o anche solo per allenamenti finalizzati ad altre sfide: trentasei i percorsi individuati e spiegati passo dopo passo, con cartine e mappe interattive. -- Lorenzo Maria dell'Uva Nato a Napoli, vive tra Bologna e Brooklyn. Nel 2008 ha scoperto la corsa e la maratona totalmente per caso ma da allora non l'ha mai più mollata. Lavora da sempre nel campo delle tecnologie digitali. Lorenzo è giornalista, runner, fotografo, imprenditore, startupper e viaggiatore (non necessariamente in quest'ordine). Non potendo sognare di vincere una maratona, per un ritardo rispetto ai top runner di “appena” un'ora e trenta minuti circa, spera almeno, di qualificarsi per Boston. Ha corso al momento la TCS NYC Marathon sei volte ed, ovviamente, sogna di entrare a far parte dei "15+ Marathoners".

Ci fu un tempo in cui i cieli erano divisi a metà da uno spesso e invalicabile confine di vetro. Poi però, per la prima volta dopo millenni di perfezione, lo sguardo di madama Luna si posò su quello di Sole, il principe del giorno, e nell'inesperto cuore di lei, l'equilibrio e la pace si spezzarono. Così iniziò la sua più grande avventura qui, giù sulla Terra. Alla ricerca della perduta perfezione e nella speranza di estirpare il seme di caos piantato nel suo cuore dal principe del giorno. Se è una ricerca avventurosa che volete – fatta di torri alte quanto una montagna, pietre maleducate, specchi scheggiati e infusi che sanno scaldare cuori feriti – allora è attraverso i suoi occhi che vi consiglio di scoprire come il cielo cambiò per sempre. Perché leggerete di questo e di molto altro ancora!

THE GIRL WHO REACHED FOR THE STARS is a breathtaking tale of daring dreams and a love that surmounts all barriers. Set against the evocative background of Medieval Venice, this riveting story is told from the perspectives of several people whose destinies are tightly intertwinved: a young pickpocket, a savvy Jewish survival artist, and a teenage girl with a remarkable talent. All of them are torn apart by violence, intrigue, revenge, and greed but also united by friendship, dreams of justice, and the courage to reach for the stars. Echoing his international bestseller THE BOY WHO GRANTED DREAMS, Luca Di Fulvio's novel tells the unforgettable love story between a Christian boy and a Jewish girl against the backdrop of the first Jewish ghetto in sixteenth-century Venice.

L'esperienza mistica, il simbolismo, il progresso spirituale

L'arte di esercitarsi. Guida per fare musica dal cuore

Eleonora Duse

La dea nelle pietre. Viaggi in India

Banana Fish

Competizione estrema, festa cittadina, fenomeno globale.La Maratona di New York è molto pi ù di una corsa infinita. È un evento che coinvolge milioni di persone perch é, agli oltre 50000 runner che concretamente affrontano la sfida, si aggiungono decine di migliaia di volontari e centinaia di migliaia di sostenitori per le strade della metropoli per eccellenza, e ancora milioni di spettatori in tutto il mondo.“La corsa infinita” vuole raccontare e spiegare a tutti i livelli una delle maratone pi ù famose del mondo, a partire dalla descrizione miglio per miglio della gara, con il supporto delle testimonianze di atleti famosi come Alex Zanardi, Linus, Franca Fiacconi e Orlando Pizzolato, e della strategia di gara di Fulvio Massini.Sull'onda della corsa, completano il racconto una guida a New York, dedicata ai runner ed alle loro esigenze in fatto di shopping e turismo, e la descrizione dettagliata di 36 itinerari di running nella Grande Mela, per rifinarsi prima della grande impresa o semplicemente per godersi la città à correndo.----“La corsa infinita” racconta la storia e le curiosi à della New York City Marathon, spiega come partecipare e come prepararsi per correrla al meglio, senza tralasciare indicazioni e consigli per godersi la vita (e le vacanze) nella Grande Mela. La prima parte, La Gara, illustra la storia e il percorso della competizione pi ù famosa al mondo ed include la strategia di gara dei coach Fulvio Massini oltre ai racconti di tanti atleti noti tra i quali Orlando Pizzolato, Franca Fiacconi, George Hirsch, German Silva, Alex Zanardi e Linus. La seconda parte, New York, racconta la città a partire dalle esigenze dei runner che vi si recano per la competizione (ma vale anche per chi ci va in vacanza): come muoversi, dove mangiare, dove fare shopping, dove trovare i migliori panorami, cosa fare nei giorni che precedono maratona, dove assistere alla competizione per fare il tifo. La terza, ed ultima, parte Run and the City, è dedicata al running a New York, in vista della maratona o anche solo per allenamenti finalizzati ad altre sfide: trentasei i percorsi individuati e spiegati passo dopo passo, con cartine e mappe interattive. -- Lorenzo Maria dell'Uva Nato a Napoli, vive tra Bologna e Brooklyn. Nel 2008 ha scoperto la corsa e la maratona totalmente per caso ma da allora non l'ha mai pi ù mollata. Lavora da sempre nel campo delle tecnologie digitali. Lorenzo è giornalista, runner, fotografo, imprenditore, startupper e viaggiatore (non necessariamente in quest'ordine). Non potendo sognare di vincere una maratona, per un ritardo rispetto ai top runner di “appena” un'ora e trenta minuti circa, spera almeno, di qualificarsi per Boston. Ha corso al momento la TCS NYC Marathon sei volte ed, ovviamente, sogna di entrare a far parte dei “15+ Marathoners”.Co-autori: Andrea Buisi, Lucia Francesca Carbone, Martina

Da Marco Argenti, Francesca Martin, Fulvio Massini, Martino Petropoulos – Acharanand Finn, author of Running With the Kenyans The Lost Art of Running is an opportunity to join running technique analyst coach and movement guru Shane Benzie on his journey across five continents as he trains with and analyses the running style of some of the most gifted athletes on the planet. ‘Excellent’ Trail Running magazine ‘Shane is the Indiana Jones of the running world’ Damian Hall, ultra marathon runner & journalist ‘Running technique has to be one of the most subjective issues out there: 10 minutes’ investigation on the internet will generally confuse rather than confirm what you should or should not be doing. Mother Nature gave us some amazing gifts as runners – if we rediscover them and use them, we can transform our dynamic and everyday movement.’ Shane Benzie Part narrative, part practical, this adventure takes you to the foothills of Ethiopia and the ‘town of runners’, to the training grounds of world record holding marathon runners in Kenya; racing across the Arctic Circle and the mountains of Europe, through the sweltering sands of the Sahara and the hostility of a winter traverse of the Pennine Way, to witness the incredible natural movement of runners in these environments. Along the way, you will learn how to incorporate natural movement techniques into your own running and hear

from some of the top athletes that Shane has coached over the years. Whether experienced or just tackling your first few miles, this ground-breaking book will help you discover the lost art of running.

Night-time. A country lane. Two men training run into their past and into their future. A beautifully simple exploration of what it means to be alive.

Il circolo segreto

A Journey to Rediscover the Forgotten Essence of Human Movement

À il mondo illustrato giornale universale

Marathon

Una storia infinita

VICE CITY: NEW YORK IN THE 80s... When Dito arranges Ash's frame-up for the murder of a man he had motive to kill twenty times over, an "accident" behind bars is on the agenda. But in the same prison is Max Labo, a journalist himself on the trail of the enigma code-named Banana Fish... - VIZ Media

L'industria rivista tecnica ed economica illustrata

Il Racconto del Cielo - Romanza della Notte

The complete guide to the New York City Marathon: the history, the race, the info, the tips and the wonders of the most famous marathon in the world.

Il politecnico - Giornale dell'ingegnere architetto civile ed industriale

Tecniche mentali per correre più velocemente