



En simmares själ : många vändningar till världstoppen

John Leander

 **Descargar**

 **Leer En Linea**

En simmares själ : många vändningar till världstoppen John Leander

Stefan Nystrand är en av världens bästa simmare. Men varför just han? En vanlig kille, uppvuxen i ett villaområde i Haninge, utanför Stockholm. Vad skiljer ut honom från mängden?

Det här är berättelsen om hans väg fram till världseliten. På ytan en rak väg genom vattnet, men i verkligheten fyllt av vågdalar och kallsupar. I den här boken möter du det egensinniga barnet Stefan, som hellre satt i bastun, än stod på prispallen. Du möter också flera karaktärer som funnits runt Stefan genom åren, utan vilkas närvaro det aldrig blivit världsrekord och internationella medaljer. Här finns föräldrarna som gav honom trygghet och fostran. Här finns den stenhårda tränaren som grundlade hans kapacitet i yngre tonåren. Här finns den envise näringsfysiologen som efter många år fick honom att förstå att en elitidrottare inte kan leva på hamburgare och läsk.

Dråpliga anekdoter blandas med träningsanalyser och tävlingsupplevelser från VM och OS, samt en och annan fundering kring livet utanför tävlingsbassängen; av en tankfull världssimmare, som själv gärna läser en god bok mellan träningspassen

 [Download En simmares själ : många vändningar till världstopp ...pdf](#)

 [Read Online En simmares själ : många vändningar till världsto ...pdf](#)

En simmares själ : många vändningar till världstoppen

John Leander

En simmares själ : många vändningar till världstoppen John Leander

Stefan Nystrand är en av världens bästa simmare. Men varför just han? En vanlig kille, uppvuxen i ett villaområde i Haninge, utanför Stockholm. Vad skiljer ut honom från mängden?

Det här är berättelsen om hans väg fram till världseliten. På ytan en rak väg genom vattnet, men i verkligheten fyllt av vågdalar och kallsupar. I den här boken möter du det egensinniga barnet Stefan, som hellre satt i bastun, än stod på prispallen. Du möter också flera karaktärer som funnits runt Stefan genom åren, utan vilkas närvaro det aldrig blivit världsrekord och internationella medaljer. Här finns föräldrarna som gav honom trygghet och fostran. Här finns den stenhårda tränaren som grundlade hans kapacitet i yngre tonåren. Här finns den envise näringsfysiologen som efter många år fick honom att förstå att en elitidrottare inte kan leva på hamburgare och läsk.

Dråpliga anekdoter blandas med träningsanalyser och tävlingsupplevelser från VM och OS, samt en och annan fundering kring livet utanför tävlingsbassängen; av en tankfull världssimmare, som själv gärna läser en god bok mellan träningspassen

Descargar y leer en línea En simmares själ : många vändningar till världstoppen John Leander

160 pages

Download and Read Online En simmares själ : många vändningar till världstoppen John Leander
#YBGO70JDML1

Leer En simmares själ : många vändningar till världstoppen by John Leander para ebook en líneaEn
simmares själ : många vändningar till världstoppen by John Leander Descarga gratuita de PDF, libros de
audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea,
reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer,
PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros En simmares själ : många vändningar till
världstoppen by John Leander para leer en línea. Online En simmares själ : många vändningar till
världstoppen by John Leander ebook PDF descargarEn simmares själ : många vändningar till världstoppen
by John Leander DocEn simmares själ : många vändningar till världstoppen by John Leander MobipocketEn
simmares själ : många vändningar till världstoppen by John Leander EPub

YBGO70JDML1YBGO70JDML1YBGO70JDML1