
Il n'est pas trop tard!....

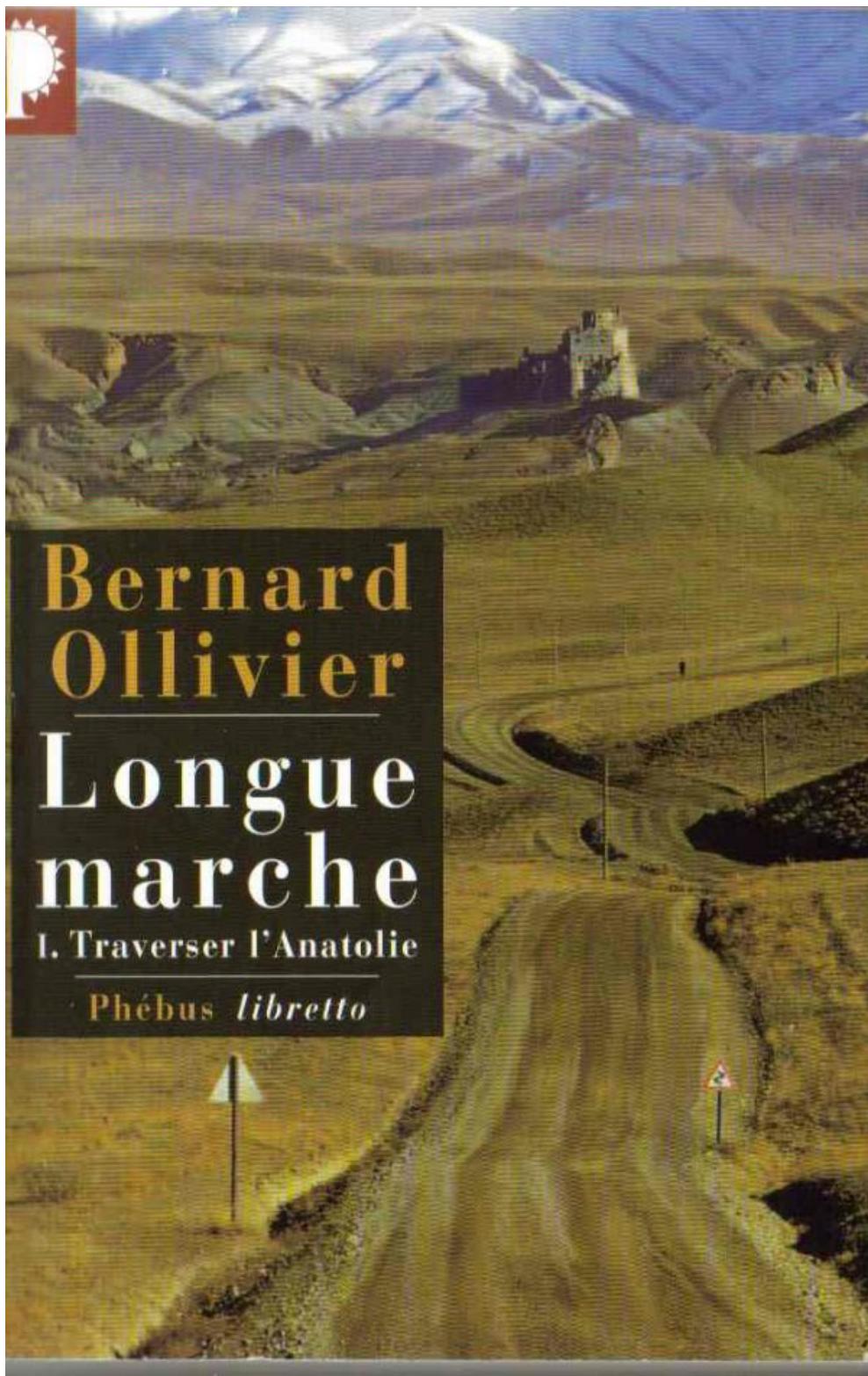
Posté par:
sur 06 Jan, 2026
Catégorie : Divers

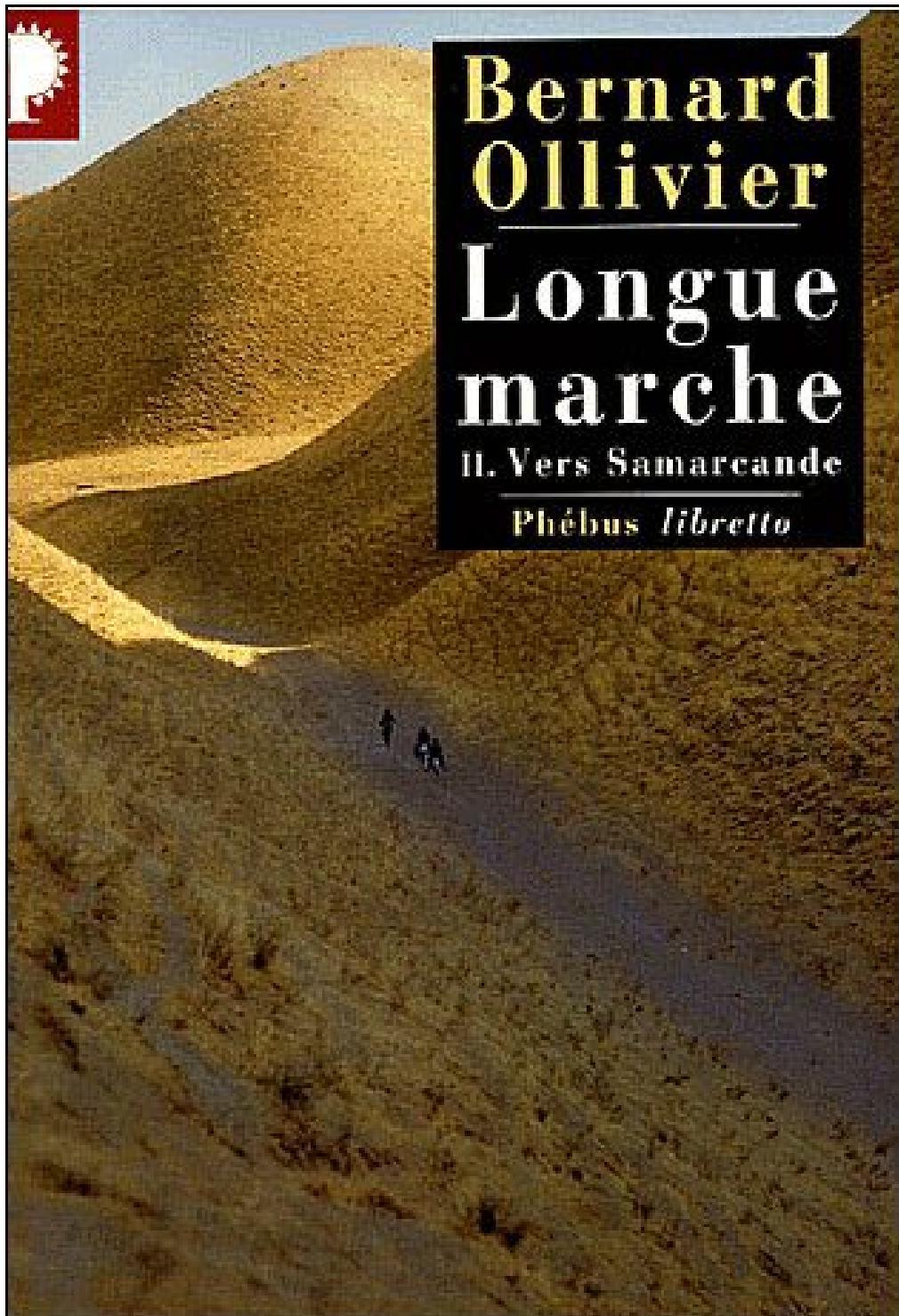
Noël approche!

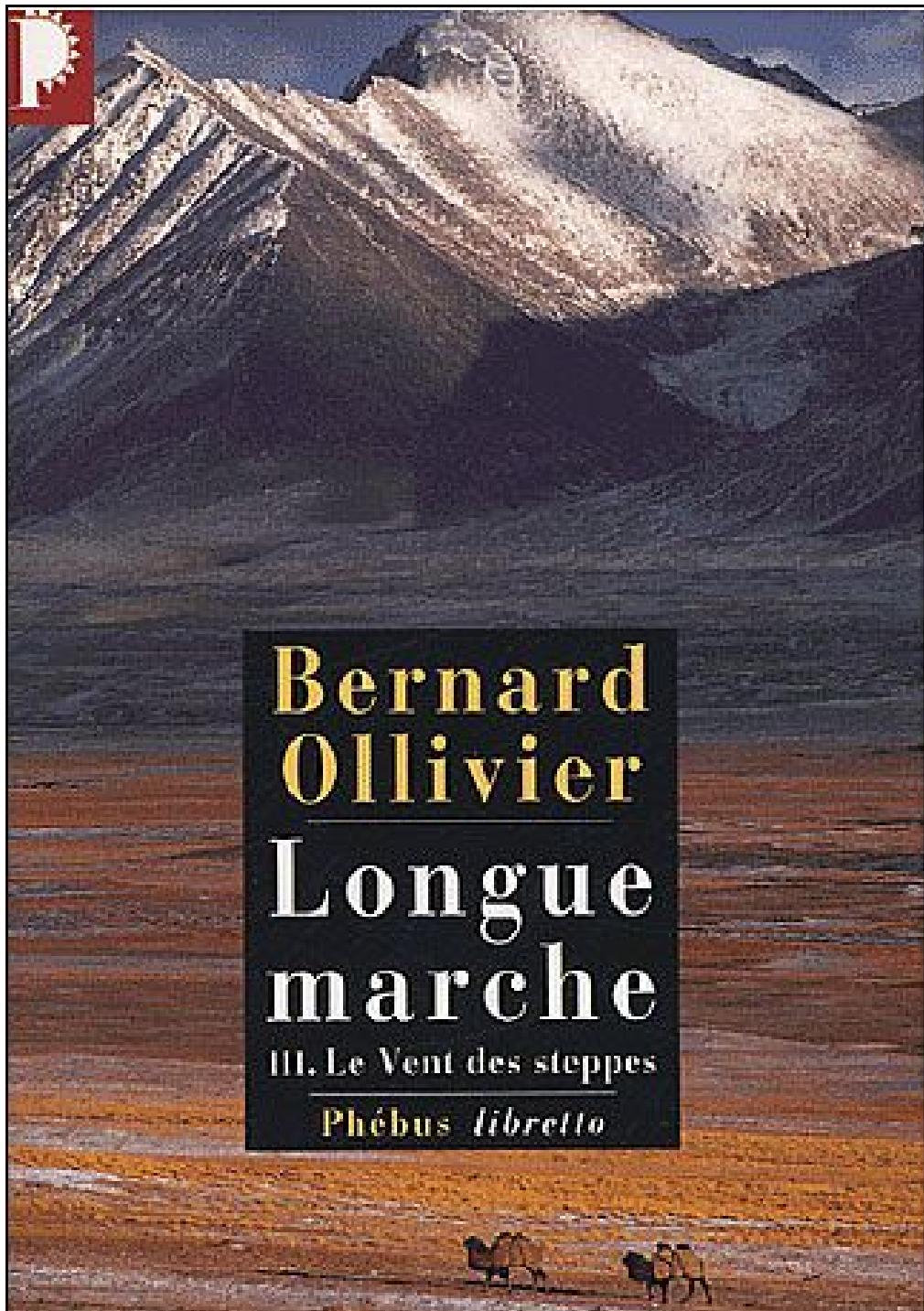
Vite, vous n'allez plus avoir le temps!

Quelques beaux livres pour rêver!

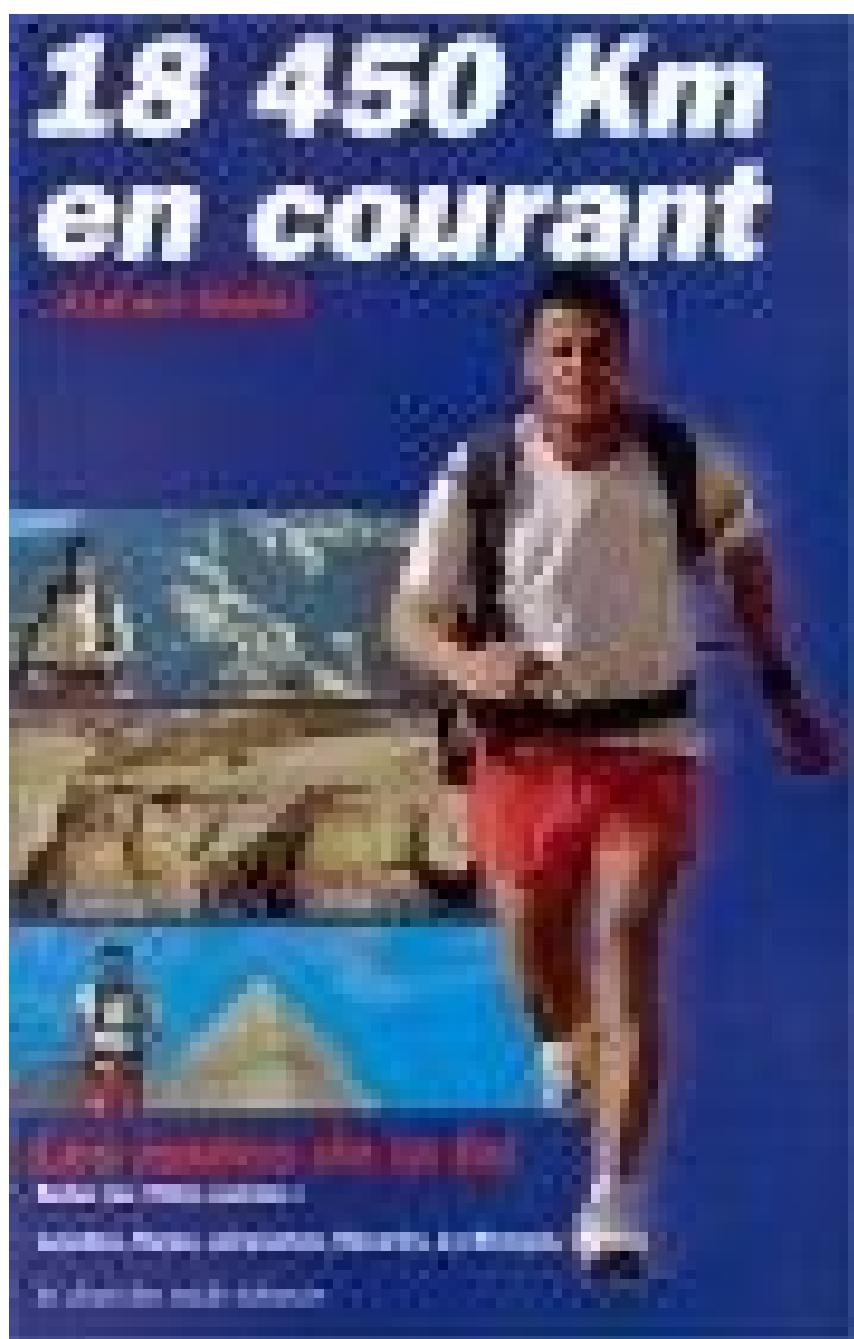
Où on apprend, aux côtés de Bernard Ollivier, à se passer d'une masse de choses superflues et totalement dispensables, et beaucoup plus encore....

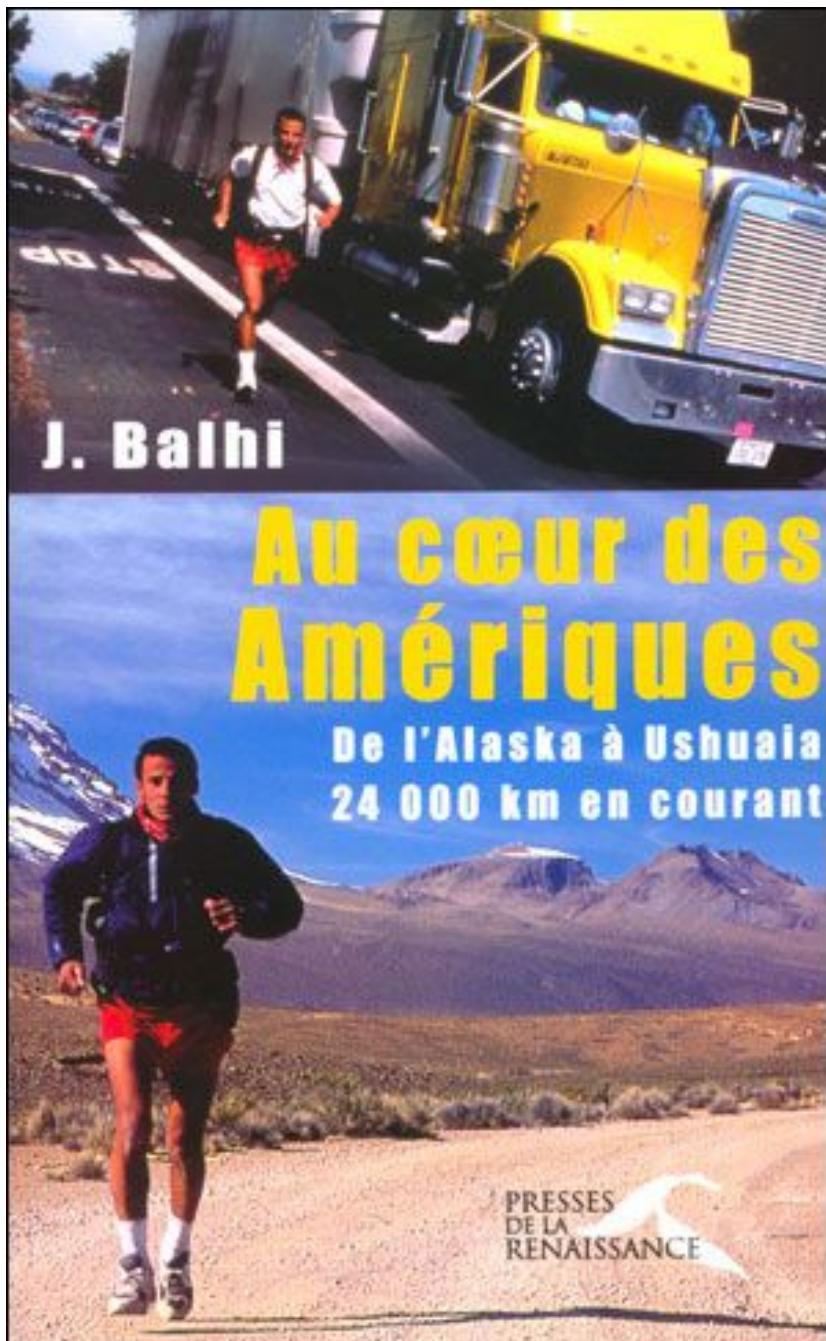






Dans la même veine que les livres de Bernard Ollivier... Un autre conteur talentueux.

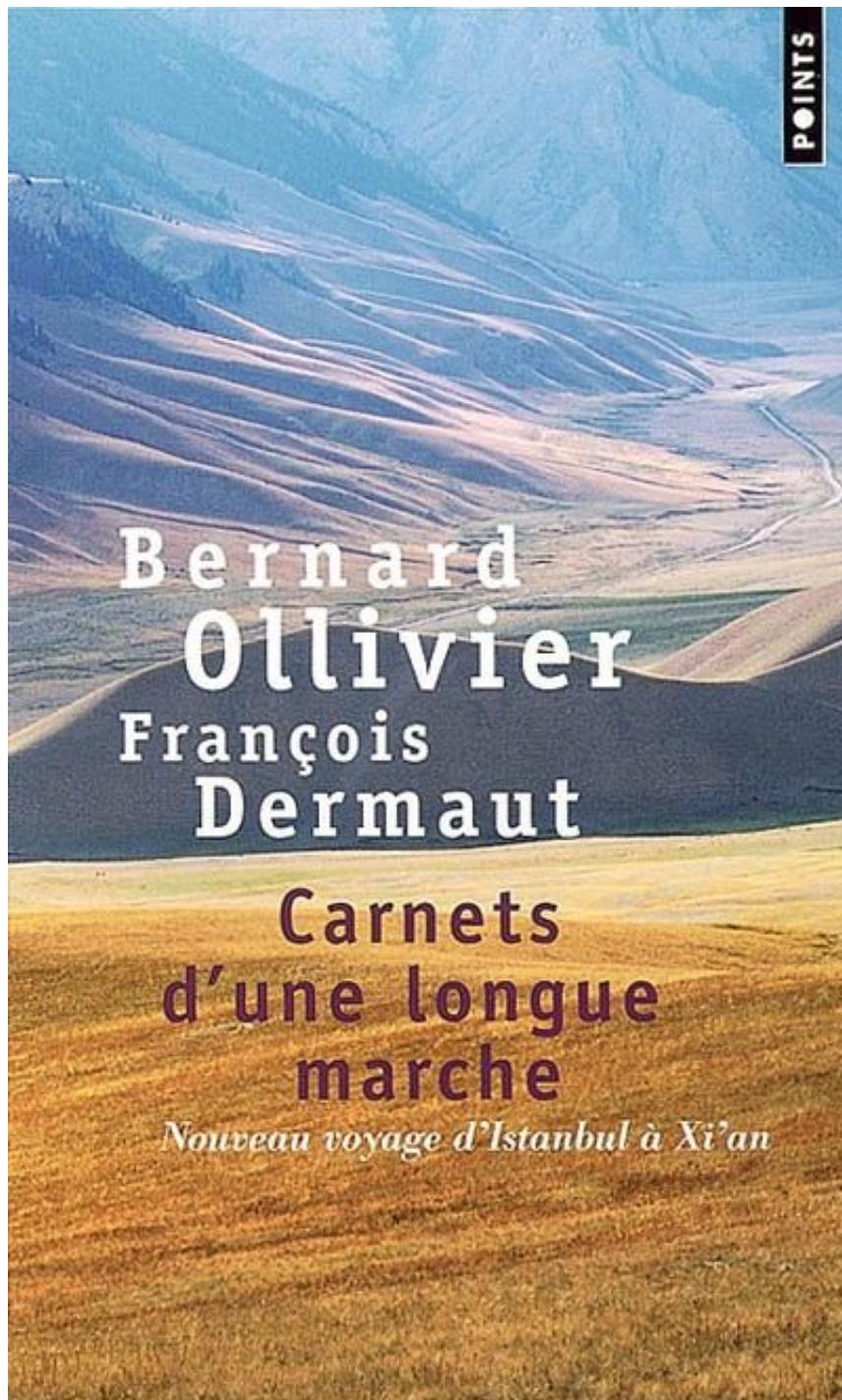




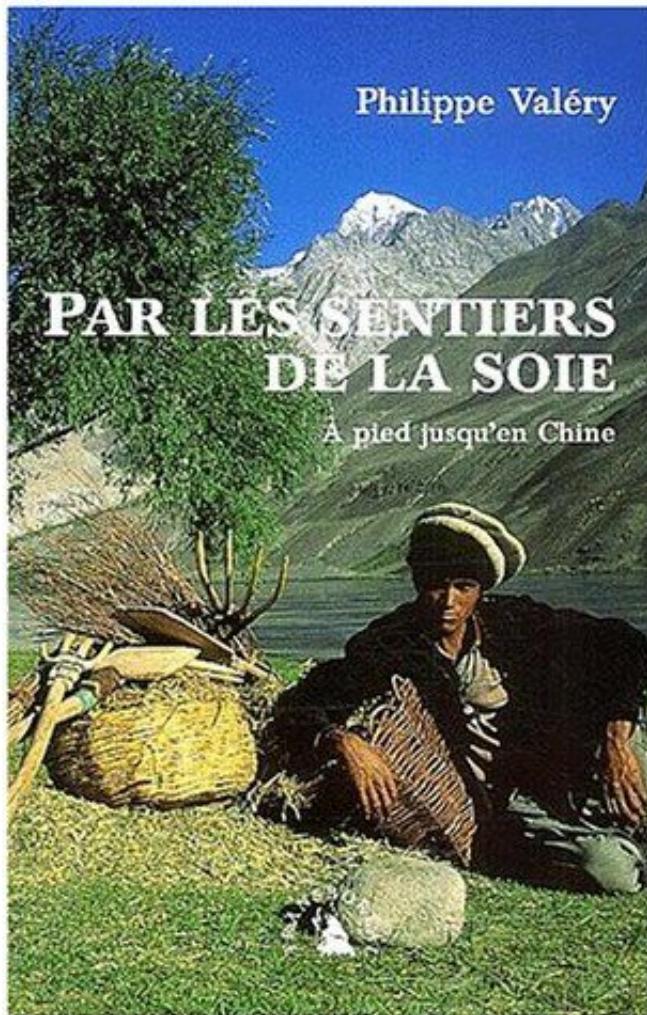
Jamel Balhi

Un thé à Shanghai

PRESSES
DE LA
RENAISSANCE

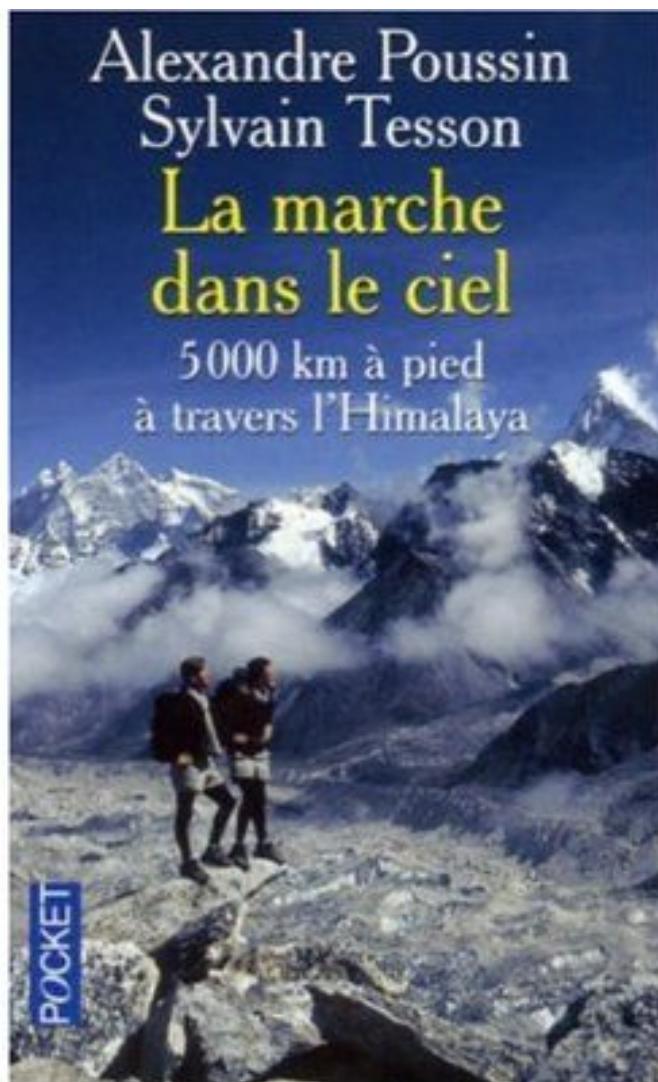


A rapprocher de Bernard Ollivier.... Une autre beau récit...



Sylvain Tesson... Etonnant!...





Pour les sportifs, les curieux, et les autres,... bref pour tous!!!

trail endurance

#76 LE MAGAZINE DU TRAIL ET DU SPORT NATURE



LES LECTEURS ÉLISENT
LA SUPERNOVA

SPÉCIAL UTMB

● LE PROGRAMME
COMPLET

● 3 SUJETS EN QUESTION :
BÂTONS, ASSISTANCE ET RÈGLEMENT

● SANTÉ :
COMMENT SOIGNER SES PIEDS EN COURSE

● PLANS D'ENTRAÎNEMENT :
DERNIÈRE LIGNE DROITE

--- TRAIL
MARATHON DU MONT-BLANC
ULTRA VERDON
AUBRAC
SENTES DE LÉGENDES
MERRELL OXYGEN CHALLENGE
BESANÇON
LYON URBAN TRAIL
GUERLÉDAN

--- CONSEILS

COUREZ, C'EST L'ÉTÉ !
Adapter son entraînement à la saison

VITESSE

Comment trouver la bonne allure

MAG ...
LA MULTIPLICATION
DES ULTRAS

LA QUÊTE DE LA DÉMESURE ?

RENCONTRES ...
LUDO POMMERET
PHILIPPE DELACHENAL

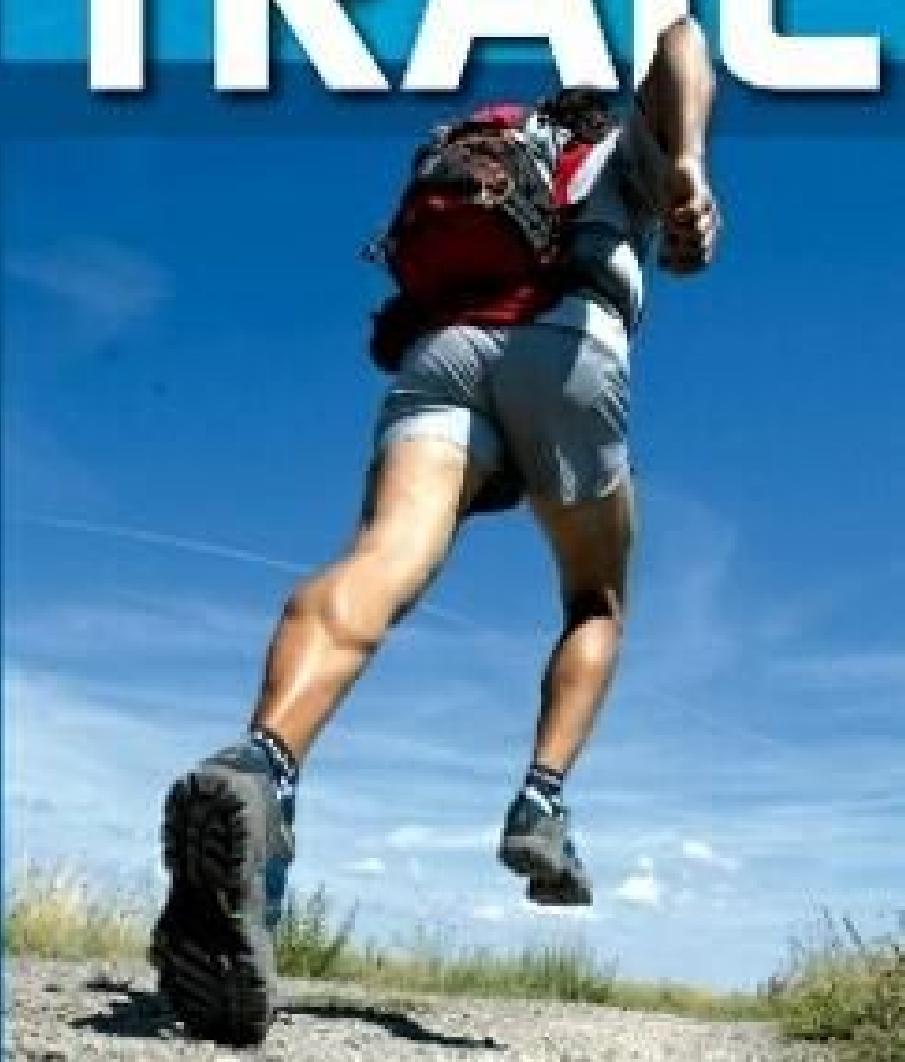
RAID ...
RAID IN FRANCE
AVENTURE CHABLAISSIENNE
RAID DE JOUQUES

KILIAN QUEST
LES IMAGES
DU RECORD
DU GR20



GUIDE PRATIQUE DU TRAIL

ÉDITIONS
Véritation



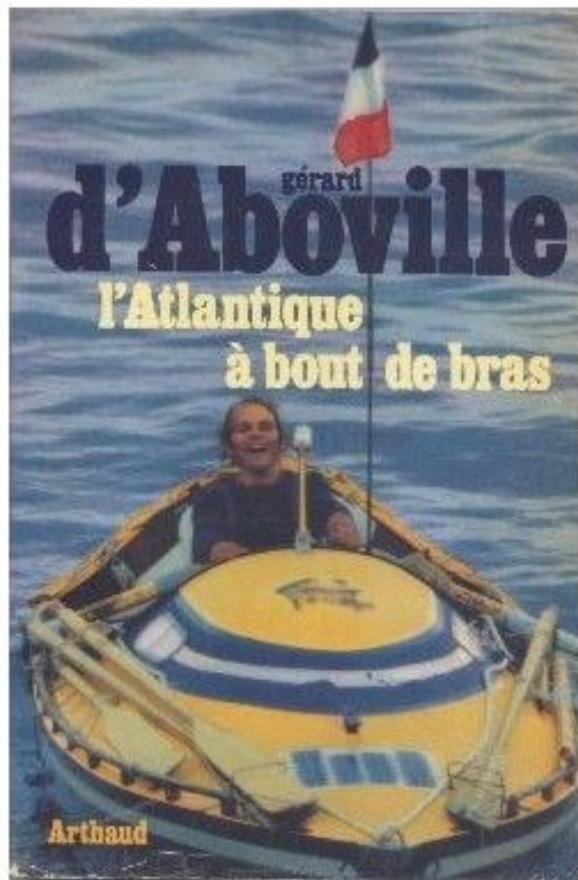
ultrafondus

LE MAGAZINE QUI VOUS FAIT DÉPASSER LES BORNES

HORS-SÉRIE



Et dans le désordre, on pioche, on lit,

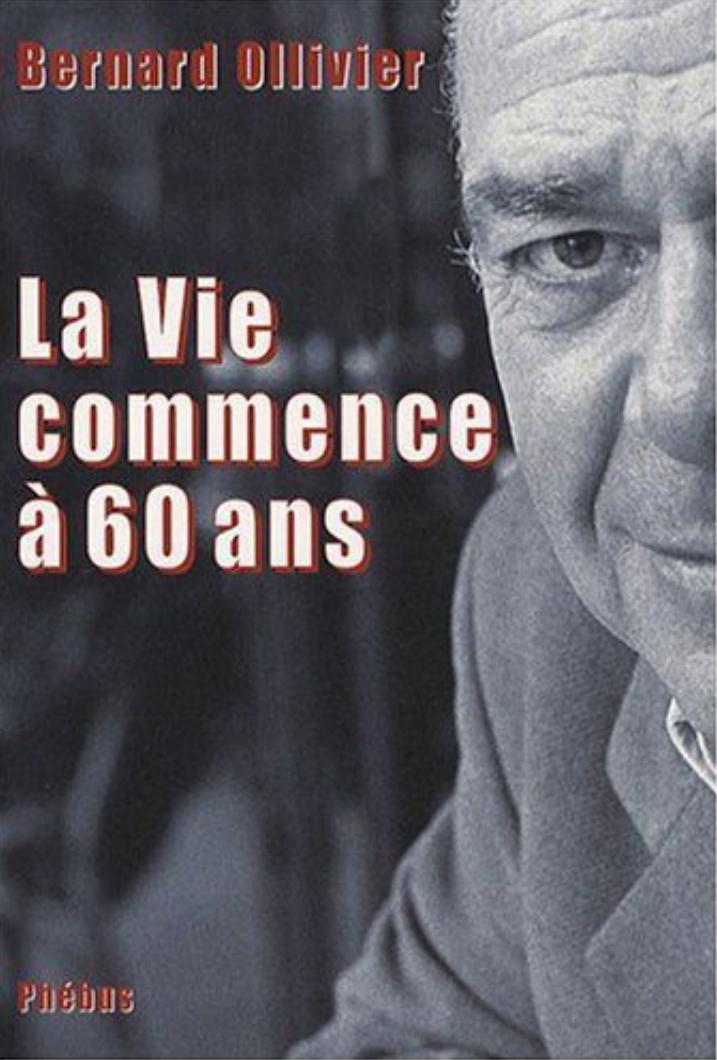


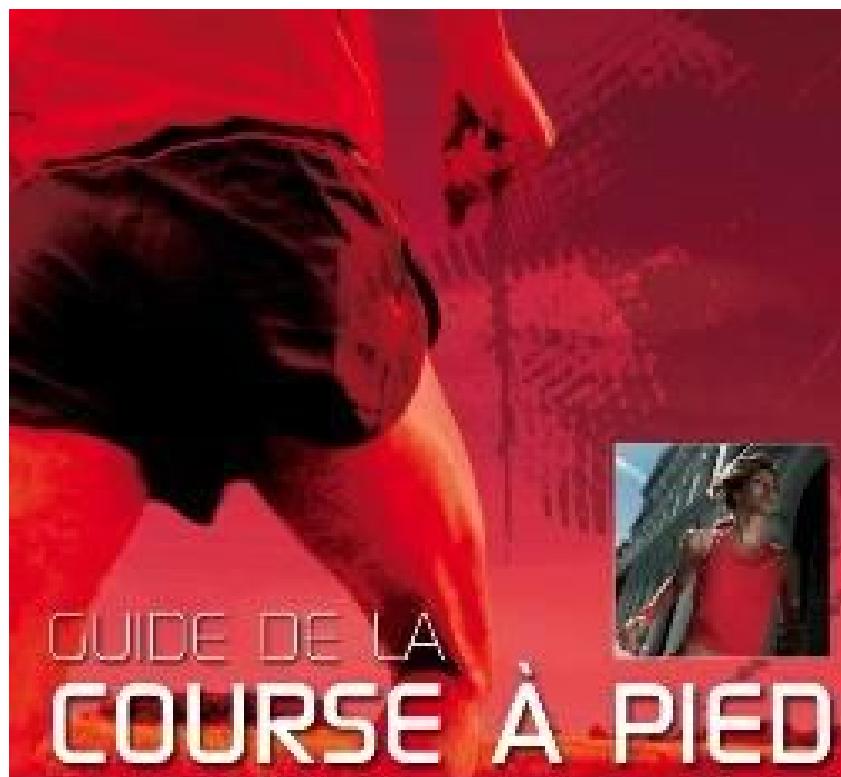
Il se pourrait même qu'elle commence bien avant,... à condition de ne pas la laisser filer....

Bernard Ollivier

La Vie commence à 60 ans

Phébus





Ce livre est déjà un classique! Incontournable, concerne aussi bien les coureurs que les marcheurs.



On bouscule quelques idées reçues...

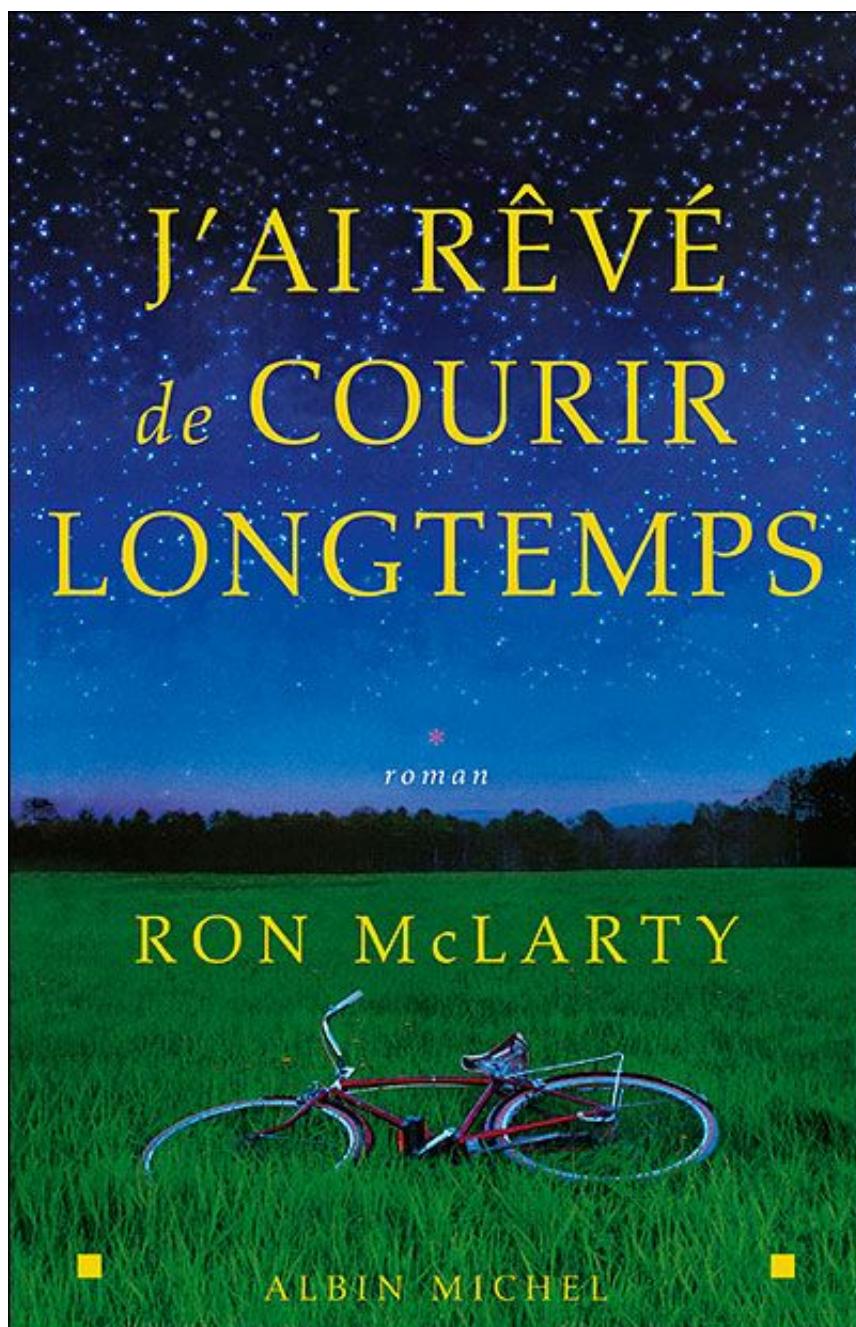
l'entraînement n'est pas une science

Denis Riché

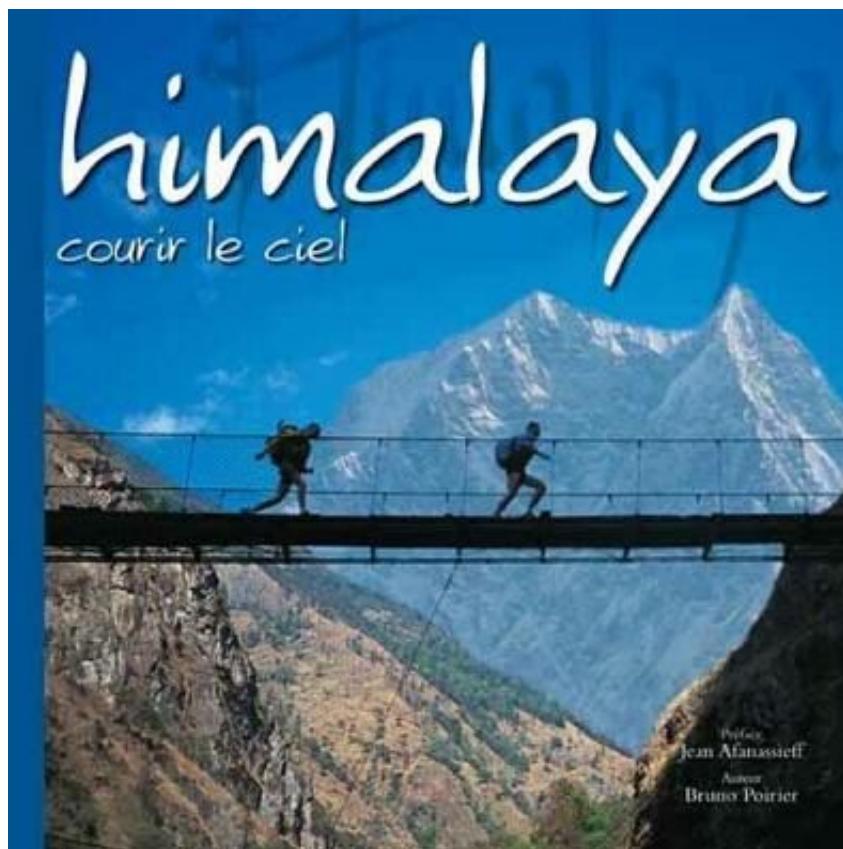


VO2 diffusion

De la différence...



Haut de gamme...



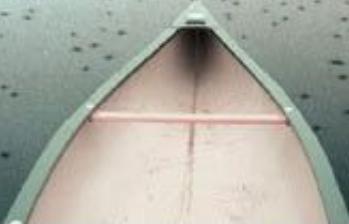
Beau récit, et belle aventure humaine accessible à tous...

BERNARD
OLLIVIER

Aventures
en Loire

1000 km à pied et en canoë

récit



PHÉBUS

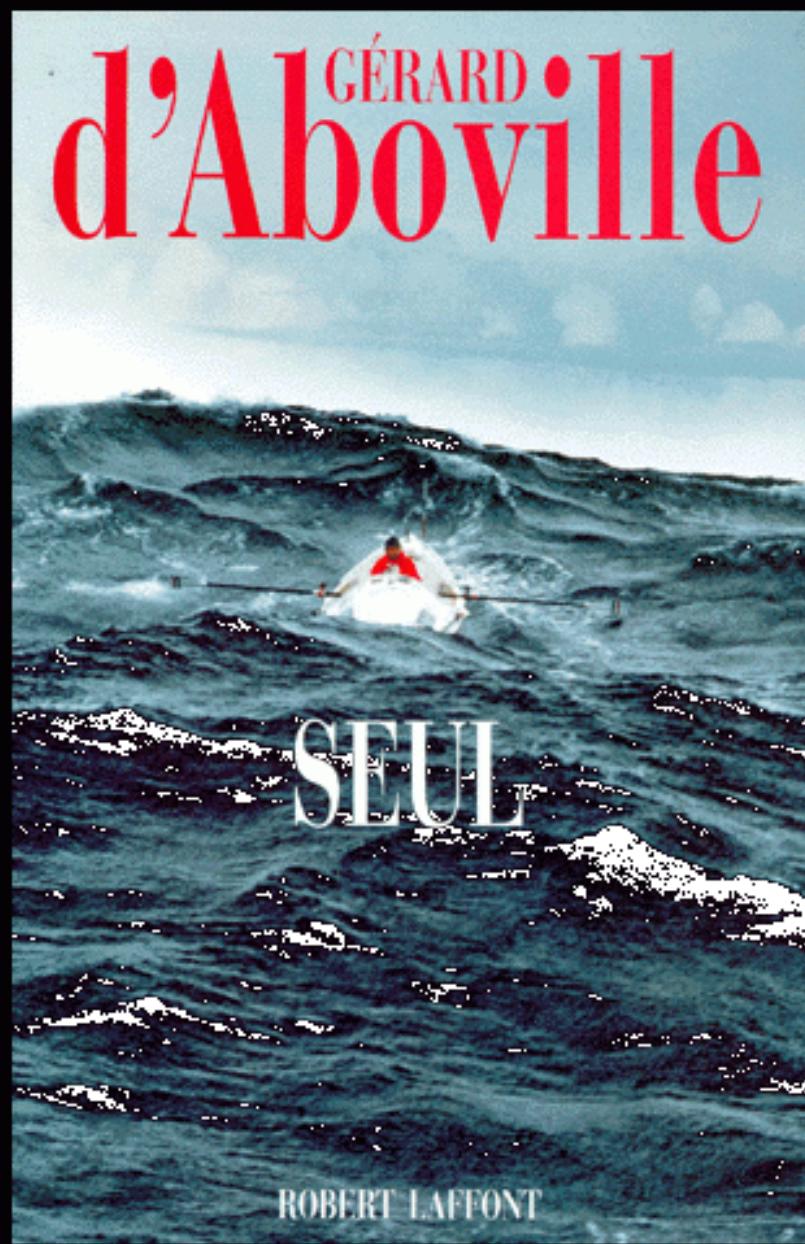
Un terrible, celui-là!

Richard
BACHMAN
STEPHEN KING

MARCHE OU CRÈVE



Chapeau bas!...



Tout est indiqué dans le titre...

