

Correr es vivir a tope de power

Cristina Mitre

Tras el éxito de *Mujeres que corren*, Cristina Mitre comparte con sus lectoras las claves de su filosofía runner y su impulso motivador, aplicable a cualquier aspecto de nuestra experiencia vital

Tras el éxito de *Mujeres que corren*, Cristina Mitre comparte con sus lectoras las claves de su filosofía runner y su impulso motivador, aplicable a cualquier aspecto de nuestra experiencia vital

Tras el éxito de su libro anterior, *Mujeres que corren*, Cristina Mitre ofrece a sus lectores una nueva entrega de consejos y recomendaciones para convertir esta actividad, el running, en la base para una vida saludable y plena.

«Correr te ayuda a conocerte, te enseña mucho sobre ti. Te hace comprender que puedes más de lo que crees. Es una enseñanza para la vida. Una pasión que me encanta compartir».

Fecha de publicación:
20/10/2015

Sello Editorial:
Ediciones Martínez Roca

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Telefóno: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Telefóno: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Telefóno: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es



Cristina Mitre

Cristina Mitre, licenciada en Periodismo por la Universidad de Navarra, es directora de la revista *Women's Health* para España y Portugal. Especializada en comunicación de moda y belleza, ha sido editora de belleza de la revista *InStyle* y directora de belleza de *Elle* España. *Runner* y bloguera, con gran actividad en las redes sociales, lidera el primer movimiento social 2.0 de *running* femenino, Mujeres que Corren, con el que pretende promocionar el deporte entre las mujeres, al tiempo que recauda fondos para la investigación de la leucemia infantil.

@cristinamitre