

image not found or type unknown



# Correr, comer, vivir

Scott Jurek, Steve Friedman

**Fecha de publicación:**

19/02/2013

La inspiradora historia de uno de los mejores corredores de todos los tiempos

**Sello Editorial:**

Ediciones Martínez Roca

**La inspiradora historia de uno de los mejores corredores de todos los tiempos**

## Contacto de prensa

**Nombre:** Laura Fernández

**Teléfono:** 91 423 03 28

**Email:** lfernandez@planeta.es

**Nombre:** INTERNACIONAL  
Eduardo Martin

**Teléfono:** 93 492 89 06

**Email:** emartines@planeta.es

**Nombre:** Desirée Rubio

**Teléfono:** 91 423 03 54

**Email:** drubio@planeta.es

**Nombre:** INTERNACIONAL  
Patricia Jiménez

**Teléfono:** 93 492 82 76

**Email:** pjimenezl@planeta.es

**Nombre:** Luisa Paunero

**Teléfono:** 91 423 03 78

**Email:** lpaunero@planeta.es

Durante casi dos décadas, Scott Jurek ha sido una de las figuras dominantes y más queridas en el extenuante y cada vez más popular deporte de la ultracarrera. Desde que en 1999, siendo un completo desconocido, liderara la carrera de resistencia de los estados del oeste de Estados Unidos, sus logros le han situado en la élite de los corredores: ganó esa carrera durante siete años consecutivos y consiguió marcar el mejor tiempo, logró en dos ocasiones la victoria en el ultramaratón de Badwater (un «paseo» de casi 220 km por el valle de la Muerte) y recientemente ha establecido un nuevo récord americano al recorrer 270 km en 24 horas (seis maratones y medio en un solo día).

En *Correr, comer, vivir*, Scott Jurek habla sobre su vida y su carrera y sirve de inspiración a corredores de todos los niveles. Desde su infancia en el Medio Oeste americano, sus comienzos en el deporte (lo odiaba) hasta la lenta transición hacia el veganismo, pasando por sus carreras, que han roto todos los récords, la historia de Scott es la de una persona con una voluntad de hierro y que pone en entredicho muchos de los estereotipos sobre los atletas.

**Repleto de increíbles historias de resistencia y competición, fascinantes datos científicos y consejos prácticos y accesibles, incluyendo sus recetas favoritas, Correr, comer, vivir te motivará a ir «más allá», te descubrirá cómo preparar tu primera carrera, ampliará los horizontes de tu alimentación y te animará a explorar los límites de tu propio potencial.**

## Scott Jurek

SCOTT JUREK es un campeón de ultramaratón reconocido mundialmente que entrena y compite siguiendo una alimentación vegana. Ha aparecido en dos *bestsellers* del *New York Times*, *Nacidos para correr* y *El cuerpo perfecto en 4 horas*, además de en la CNN, en los periódicos *New York Times*, *USA Today*, *The Wall Street Journal* y en otros muchos medios de comunicación. Es conocido y admirado por su estilo de vida respetuoso con el planeta y es además un solicitado orador motivacional, fisioterapeuta, entrenador y cocinero. Ha dado charlas a numerosas organizaciones, como Microsoft, Starbucks o Entertainment Gathering. Vive en Boulder, en el estado de Colorado (Estados Unidos).

Para más información, visite la página web [www.scottjurek.com](http://www.scottjurek.com).

## Steve Friedman

STEVE FRIEDMAN es el autor de *Perdido en la isla del tesoro*, *Lecciones de conducción* y *La agonía de la victoria*. Además es coautor del *bestseller* del *New York Times* *Loose Balls*. Su trabajo ha aparecido en numerosas ocasiones en la publicación anual sobre los mejores autores americanos de escritura deportiva.

Su página web es [www.stevfriedman.net](http://www.stevfriedman.net).