

Keywords: La vita è come andare in bicicletta... libro pdf download, La vita è come andare in bicicletta... scaricare gratis, La vita è come andare in bicicletta... epub italiano, La vita è come andare in bicicletta... torrent, La vita è come andare in bicicletta... leggere online gratis PDF

---

## La vita è come andare in bicicletta... PDF

Antonella Bellutti



*Questo è solo un estratto dal libro di La vita è come andare in bicicletta.... Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Antonella Bellutti  
ISBN-10: 9788871068626  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 1525 KB

## DESCRIZIONE

Nel mondo sportivo, non solo a livello agonistico, l'alimentazione può diventare una vera ossessione, fatta di controlli quotidiani di parametri, di cibi o di rinunce obbligate. Perché il corpo di un atleta è uno «strumento di lavoro» che va mantenuto nella massima efficienza. Lo sa bene Antonella Bellutti, due volte campionessa olimpionica, che fin da giovanissima si è trovata catapultata in un ambiente dove ogni decisione era finalizzata alla performance sul campo. Finché non ha deciso di dire basta, trasformandosi, da giovane agonista forzatamente onnivora e concentrata unicamente sulle calorie, in una matura donna vegana, rispettosa del proprio corpo e di tutte le forme di vita. Questa è la sua autobiografia alimentare: pensieri, ricordi e riflessioni come tappe di un lungo percorso, tante tessere del mosaico della storia di un'atleta eccezionale, che ha trovato il coraggio di sfidare lo status quo di un ambiente fin troppo rigido per seguire la propria vera natura, e che ha deciso di condividere con tutti i lettori.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

La vita è come andare in bicicletta. Per restare in equilibrio devi muoverti. Albert Einstein. Contrariamente a quello che succede quando sono in macchina, ...

La vita è come andare in bicicletta. Per mantenere l'equilibrio devi muoverti (Albert Einstein) Se i pedoni si ignorano, se gli automobilisti si insultano ...

La bicicletta è un modo di accordare la vita con il tempo e lo spazio, ... Andare in bicicletta è la migliore approssimazione che conosca al volo degli uccelli.

## **LA VITA È COME ANDARE IN BICICLETTA...**

[Leggi di più ...](#)