

# Run baby run



<b>Auteur:</b>	Nydia van Voorthuizen ; Hans Nijenhuis
<b>Taal:</b>	Nederlands
<b>Verschenen:</b>	07-04-2016
<b>Genre:</b>	Literaire non-fictie
<b>Uitgever:</b>	Xander Uitgevers B.V.
<b>ISBN:</b>	9789401605373

[Run baby run.pdf](#)

[Run baby run.epub](#)

Run Baby Run draait om de weddenschap tussen twee lopers: Nydia (26) en Hans (53). Twee stijlen, twee levens en één wedstrijd: de marathon van Berlijn. Nydia is jonger, leuker en hipster. Dat laatste mag je dan weer niet zeggen van haar, want dat woord is hopeloos ouderwets. Dat heb je de hele tijd met Nydia: constant het gevoel dat je achterloopt. Behalve als het om hardlopen gaat. Want ze traint zoals ze leeft: grillig, good looking, gezellig. Hans is van de generatie lopers die zich - net iets te oud - alsnog in van die mouwloze hemdjes steekt. Waarschijnlijk omdat het een seconde of 30 tijdwinst zou kunnen opleveren en dus een personal record. Snelheid is namelijk een ding bij deze types. Trainen met horloge en hartslagmeter en dan alles achteraf grondig bestuderen. Dit aanstekelijke boek gaat over twee vormen van hardlopen, en vooral over twee levensstijlen. Over hoe het echte leven je trainingsplannen in de war kan gooien. Ga je rennen als je werk meer vraagt dan je lief is? Als je dochter in het ziekenhuis ligt? Als een burnout je trainingsschema dwarsboomt? En wie is de snelste op de marathon van Berlijn?