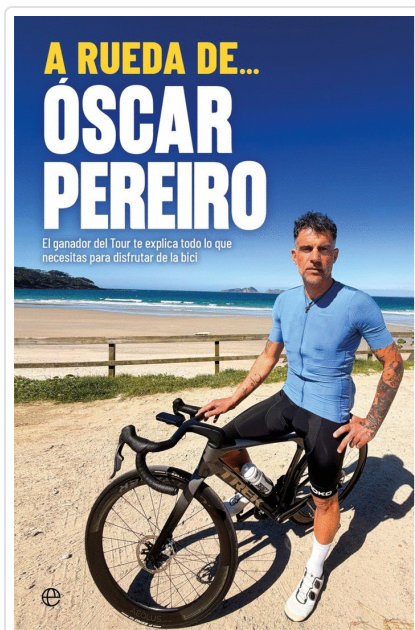


A RUEDA DE... ÓSCAR PEREIRO



Pereiro, Oscar

SINOPSIS

Si tienes este libro entre las manos es que te ha picado el gusanillo de la bicicleta: la sensación de libertad, el placer de sentir el aire en la cara, de afrontar el desafío de la carretera, de superar tus límites y cuidar tu cuerpo. He escrito esto para ti, que quieres iniciarte en este deporte o pretendes perfeccionar tu rendimiento. He volcado aquí gran parte de lo que he aprendido en todos estos años sobre la bicicleta para que te sirva de guía. Vas a encontrar consejos esenciales y trucos muy prácticos para disfrutar pedaleando por el asfalto o la montaña, en grupo o en solitario, como simple divertimento o con la ilusión de competir. Te sugiero qué bicicleta comprar, te hablo del equipamiento imprescindible, te explico las nociones básicas de mecánica, te sugiero ritmos de entrenamiento y recomendaciones para perfeccionar la técnica de pedaleo y rodar con seguridad. Y lo hago recordando además algunos de los momentos más importantes de mi carrera. Pero, por encima de todo, esta es mi declaración de amor por el ciclismo, una pasión que quiero compartir contigo. ¿Me acompañas?...



Editorial	ESFERA DE LOS LIBROS
Materia	[SMQ] CARRERAS DE BICICLETAS
EAN	9788410943254
Status	Disponible
Páginas	176
Tamaño	230x150x1 mm.
Peso	199
Precio (Imp. inc.)	18,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	26/05/2026