

## 『マラソン 挑戦』



|    | タイトル                                            | 著者                           | 出版社            | 出版年  |
|----|-------------------------------------------------|------------------------------|----------------|------|
| 1  | 世にも奇妙なマラソン大会                                    | 高野秀行／著                       | 本の雑誌社          | 2011 |
| 2  | 襷を、君に。                                          | 蓮見恭子／著                       | 光文社            | 2016 |
| 3  | マラソントレーニング<br>-世界を制した日本の名ランナーが明かすマラソン練習法-       | ランニングマガジン・クリール／編             | ベースボール・マガジン社   | 2006 |
| 4  | 義足ランナー<br>-義肢装具士の奇跡の挑戦-                         | 佐藤次郎／著                       | 東京書籍           | 2013 |
| 5  | 頭のいいマラソン超入門                                     | 内山 雅博／著                      | 青春出版社          | 2009 |
| 6  | マラソン中毒者(ジャンキー)<br>-北極、南極、砂漠マラソン世界一のビジネスマン-      | 小野裕史／著                       | 文藝春秋           | 2013 |
| 7  | その1秒をけずりだせ<br>-駅伝・東洋大スピリッツ-                     | 酒井俊幸／著                       | ベースボール・マガジン社   | 2014 |
| 8  | Run!Run!Run!                                    | 桂望実／著                        | 文藝春秋           | 2006 |
| 9  | 30代から始める男ランニング<br>-三日坊主で終わらせない コストゼロ、根性ゼロでも続く-  | 牧野仁／監修                       | スタジオタッククリエイティブ | 2010 |
| 10 | 練習ゼロで完走できる非常識フルマラソン術<br>-準備は3日間だけ-              | 中村博行／著                       | 光文社            | 2009 |
| 11 | 20代の自分をとり戻す理想のカラダのつくり方                          | 阿部貴弘／著                       | 中経出版           | 2011 |
| 12 | 「走る女」のランニングメニュー<br>-フルマラソン完走!食べて痩せる!            | 金哲彦／著                        | 講談社            | 2010 |
| 13 | 海外トレイルランニング<br>-UTMBほか世界の絶景を走るRUN+TOURISM体験ブック- | 錦木毅／監修<br>チーム100マイル&その仲間たち／著 | 誠文堂新光社         | 2014 |
| 14 | 「姿勢の体操」で80歳まで走れる体になる                            | 松田千枝／著                       | 講談社            | 2012 |
| 15 | トライアスロンはまりました。<br>-海外にも挑戦!レベルアップ編-              | 野中秋世／著<br>白戸太朗／アドバイザー        | 誠文堂新光社         | 2013 |

