



TOUS DES HÉROS

L'auteur de *Born to run* revient avec un livre qui raconte comment une équipe d'hommes ordinaires s'inspira des antiques techniques d'entraînement pour réussir une mission incroyable pendant la Seconde Guerre mondiale. Après les canyons du Mexique, Christopher McDougall met le cap sur la Méditerranée et nous emmène en Crète, berceau de la mythologie grecque. Son enquête le mène également au cœur de Londres, sur les plages brésiliennes, dans les montagnes du Colorado et même en banlieue parisienne, où quelques athlètes avant-gardistes perpétuent encore aujourd'hui les secrets des héros de l'antiquité.

REF : *Tous des héros*
Christopher McDougall
Ed. Guérin, Chamonix, 2016.