

1. Record Nr.	UNINA9910160289803321
Autore	Csikszentmihalyi Mihaly
Titolo	Running flow // Mihaly Csikszentmihalyi, PhD; Philip Latter, Christine Weinkauff Duranso
Pubbl/distr/stampa	Champaign, IL : , : Human Kinetics, , [2017] ©2017
ISBN	1-4925-4900-2 1-4925-4902-9 1-4925-4905-3
Descrizione fisica	1 online resource (200 pages) : illustrations
Disciplina	796.4201/9
Soggetti	Running - Psychological aspects Runners (Sports) - Psychology Happiness
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references and index.
Nota di contenuto	Essence of flow -- Experiencing flow running -- Components of flow -- Flow personality -- Why flow matters -- Finding flow -- Antecedents to flow -- Flow in everyday running -- Flow racing -- Flows limitations -- Flow beyond running.