

1. Record Nr.	UNINA9910164906103321
Autore	Higdon Hal
Titolo	Run fast : how to beat your best time every time // Hal Higdon
Pubbl/distr/stampa	[Cork, Ireland] : , : Rodale, , 2016 ©2016
ISBN	1-62336-689-5
Edizione	[Completely revised & updated third edition.]
Descrizione fisica	1 online resource (188 pages)
Disciplina	796.42
Soggetti	Running Running - Training
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia