

Til anmeldelse:

Guy Andrews og Simon Doughty
Bogen om cykling
Praktisk træningshåndbog til alle cykelmotionister

Udkommer fredag den 28. juni 2013

Pris 149,95 kroner
192 sider, illustreret
Strandberg Publishing



Strandberg Publishing

Åbenrå 29
1124 København K

mail@strandbergpublishing.dk
+45 40 74 87 80

strandbergpublishing.dk

Ny komplet træningshåndbog til alle danske cykelentusiaster

Årets Tour de France nærmer sig og til alle dem, der gerne vil ud at opleve cykelsporten på egen krop, udkommer nu *Bogen om cykling*, som er en praktisk guide til både nybegyndere og øvede cykelmotionister.

I bogen finder man grundig vejledning og gode råd til alle aspekter af cykelsporten lige fra cykelfærdigheder til udstyr, kost og træningsprogrammer.

Bogen er skrevet af cykelrytteren Guy Andrews, der selv har deltaget i utallige cykelløb samt den tidligere professionelle træner Simon Doughty, der har ført talrige cykelryttere til sejre i hele verden.

I indledningen skriver de bl.a.:

”Denne bog er en reaktion på, at der findes meget lidt information, som kan hjælpe nye og erfarne cyklister til at forbedre sig på både det tekniske og fysiske plan. Frem til nu har elitetrænere vogtet over den form for information (...) *Bogen om cykling* er den første informationskilde, som er rettet mod alle cyklister – uanset deres erfaringer og mål – og som desuden samler alt det nødvendige for at skabe store forbedringer i både færdigheder og form.”

For yderligere information kontakt presseansvarlig Kirstine Østerby Ejlertsen, telefon 31 44 45 70,
mail: kirstine.ejlertsen@gmail.com