

# Indice

<i>41,8 km</i>	IX
<i>Premessa</i>	XIII
I. <i>De arte gymnastica</i>	3
II. Perché si corre	13
III. Una guerra di resistenza	33
IV. <i>Kairós, flow</i> , momento presente. Dominare il tempo	57
V. Corsa, sostantivo femminile	73
VI. <i>Born to run</i>	93
VII. <i>In corpore sano</i>	115
VIII. <i>Kalós kagathós</i> . Un'estetica del running	143
IX. Maratona-Atene	167
X. Recupero	187
<i>Ringraziamenti</i>	195