

Read. Train. Sleep. Repeat.

S
Sportwelt
Verlag

ROY HINNEN

100%
TRIATHLON

Programm Herbst/Winter 2020

SPITZENTITEL 2020: 100% TRIATHLON

Mit „100% Triathlon“ beantwortet Roy Hinnen die 100 spannendsten Fragen rund ums Triathlon-Training – entwaffnend ehrlich und schonungslos offen. Hier geht es nicht nur um Swim, Bike, Run, sondern auch um Tabuthemen wie Doping, Magersucht oder Sexualität.

Authentisch, direkt und ungefiltert.

Die Ironman-Bestzeit von Roy Hinnen liegt bei 8:35 Stunden, aufgestellt 1991. Als 18-Jähriger zog er in die USA und trainierte dort mit Dave Scott und Mark Allen. 1987 brachte er als erster den berühmten Scott Aerolenker nach Europa und wurde damit gleich Schweizer Meister. Nach Beendigung seiner aktiven Laufbahn gründete er die tridome und die FlussPool GmbH, über die er seine eigene Neoprenmarke und TriBikes verkaufte.

Er ist Inhaber des ersten Schwimmkanals der Schweiz und produziert FlussPools für den privaten Bereich. Seit 2002 coacht er Athleten aller Leistungsklassen. Roy Hinnen ist Autor des Bestsellers TRIATHLON TOTAL.

ÜBER
7.300
YOUTUBE-
ABONNENTEN

Roy Hinnen

„Wenn du zurück zur Quelle willst, dann musst du gegen den Strom schwimmen.“

Erscheinungstermin vorauss. 1. Dezember 2020

Roy Hinnen: 100 % Triathlon

ca. 180 Seiten

Softcover: 15 x 23 cm

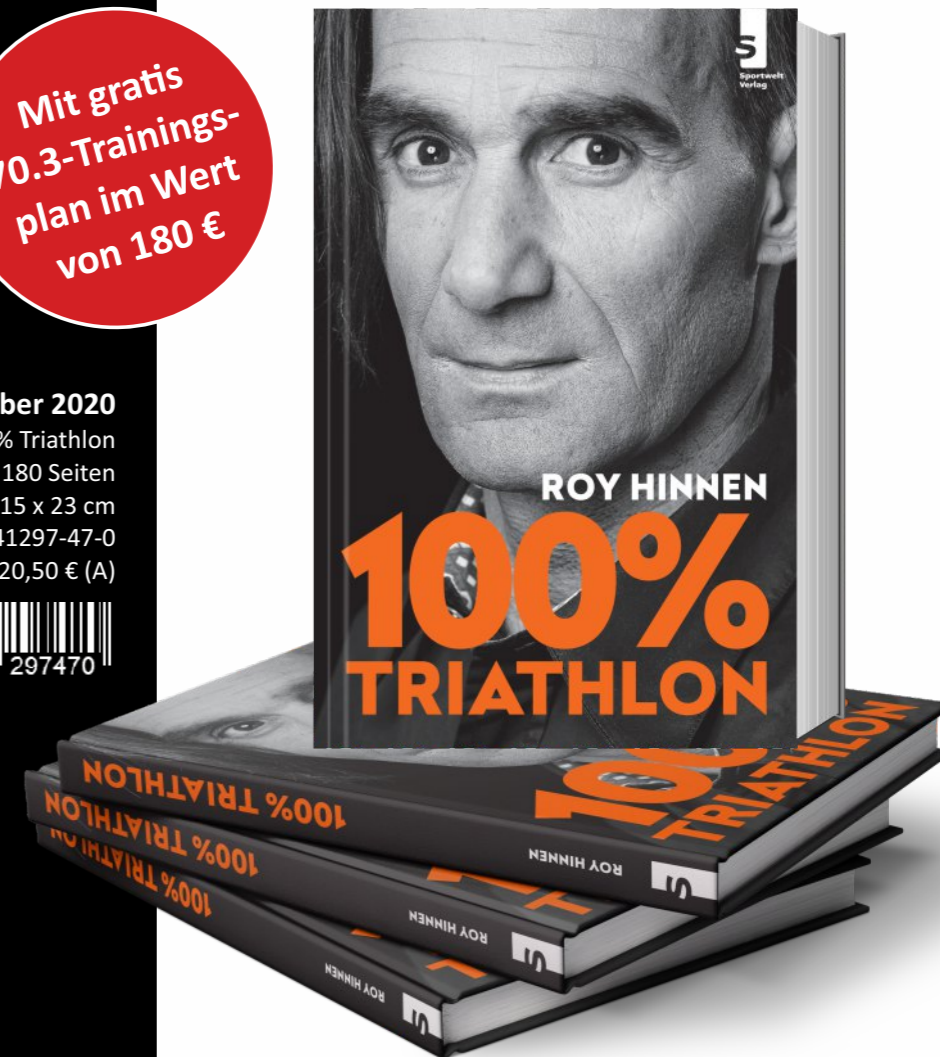
ISBN 978-3-941297-47-0

19,90 € (D) / 20,50 € (A)



9 783941 297470

Mit gratis
70.3-Trainings-
plan im Wert
von 180 €



FAKTEN:

- Triathlon liegt im deutschsprachigen Raum voll im Trend.
- Der Mythos Ironman Hawaii fasziniert Jung und Alt.
- Triathlon ist naturnah, jung, modern, gesund & für jedermann.
- Jeder Triathlet gibt pro Jahr ca. 2.500 € für seinen Sport aus.
- Die Anzahl der Mitglieder in Triathlonvereinen stieg von 2007-2017 um 113%*.
- Allein in Deutschland gibt es mehr als 2.000 Wettkämpfe mit mehr als 270.000 Teilnehmern.

*lt. Zahlen der DTU

Laufen *lieben* lernen

Liebst du das Laufen?

Wie oft hast du bereits mit dem Laufen begonnen, jedoch nie den richtigen Spaß daran gefunden? Wieso sieht das Laufen bei anderen so locker aus, während du dich bei jedem Schritt quälst? Und wer sagt überhaupt, dass Laufen immer anstrengend sein muss?

Laufen *lieben* lernen unterstützt dich bei deinem individuellen Laufeinstieg und liefert dir die nötigen Impulse, um deinen Körper besser zu verstehen. Mit vielen Tipps lernst du leichter und mit weniger Kraftanstrengung zu laufen, damit du dich vor Verletzungen schützt und dir dauerhaft die Freude an der schönsten Sportart der Welt erhältst.

Ein Buch für Laufanfänger, Wiedereinsteiger und alle Läufer, die auf der Suche nach neuen Inspirationen sind.

Laufen *lieben* lernen – wenn dir das gelingt, hast du eine echte Liebe fürs Leben gefunden.



Iris Hadbawnik (Jg. 1973) lebt als Lauftrainerin, Autorin und Verlagsinhaberin in Frankfurt am Main. Sie läuft seit über 20 Jahren, nahm an mehr als 30 Marathon- und über 40 Ultraläufen teil, bewältigte zweimal den Ironman in Frankfurt und 2015 den Triple Ultratriathlon in Lensahn.

Im Personal Training und Seminaren vermittelt sie ihr Wissen, damit auch andere die "Leidenschaft Laufen" für sich entdecken können.

Erscheinungstermin vorauss. 16. November 2020

Iris Hadbawnik: Laufen lieben lernen

ca. 200 Seiten

Softcover: 16,8 x 24 cm

ISBN 978-3-941297-45-6

19,90 € (D) / 20,50 € (A)



9 783941 297456



Wie du den richtigen Einstieg findest,
um die „Leidenschaft Laufen“ für dich zu entdecken.

FAKTEN:

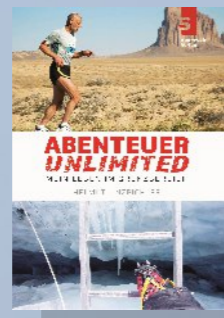
- **Laufbuch für Anfänger & Wiedereinsteiger.**
- **Laufen gehört zu den beliebtesten Sportarten im deutschsprachigen Raum.**
- **Allein in Deutschland gibt es über 22 Mio. Läufer.**
- **Der DLV verzeichnet rund 4.000 Lauf- und Walkingtreffs.**
- **Es gibt etwa 5.000 Laufveranstaltungen in D-A-CH.**
- **Gerade in der Corona-Pandemie erwies sich das Laufen als beste Sportart zur Stärkung des Immunsystems & der mentalen Gesundheit.**

*Always keep
on running!*

WEITERE BÜCHER AUS UNSEREM PROGRAMM



Roy Hinzen
TRIATHLON TOTAL:
 Dein Weg zur neuen Bestzeit
 476 S., Hardcover
 ISBN 978-3-941297-32-6
 € 28,95



Helmut Linzbichler
Abenteuer Unlimited:
 Mein Leben im Grenzbereich
 240 S., Softcover
 ISBN 978-3-941297-42-5
 € 19,90



Daniel Meier
Go hard or go home:
 Faszination Ultratriathlon
 224 S., Softcover
 ISBN 978-3-941297-41-8
 € 19,90



Robert G. Price
Krafttraining für Triathleten
 202 S., Softcover
 ISBN 978-3-9811428-9-1
 € 18,95



Werner Sonntag
Mehr als Marathon:
 Wege zum Ultralauf
 282 S., Softcover
 ISBN 978-3-941297-28-9
 € 17,95



Dr. Loren Cordain und Joe Friel
Das Paläo-Prinzip der gesunden Ernährung im Ausdauersport
 256 S., Softcover
 ISBN 978-3-941297-10-4
 € 18,95



Jim Taylor und Terri Schneider
Mentales Training für Triathleten und alle Ausdauersportler
 346 S., Softcover
 ISBN 978-3-9811428-0-8
 € 19,95



Ken Mierke
Lauftraining für Triathleten und Marathonläufer
 384 S., Hardcover
 ISBN 978-3-9811428-2-2
 € 19,95



Thomas Chapple
Grundlagentraining für Radsportler
 382 S., Hardcover
 ISBN 978-3-941297-14-2
 € 18,95



Steve Tarpinian
Schwimmtraining für Triathleten
 220 S., Softcover
 ISBN 978-3-941297-23-4
 € 16,95



Gale Bernhardt und Nick Hansen
Schwimmpraxis für Triathleten
 92 S., wasserfest
 ISBN 978-3-9811428-5-3
 € 16,95



Lynda Wallenfels
Radtraining im Triathlon
 250 S., Softcover
 ISBN 978-3-941297-11-1
 € 16,95





**Sportwelt
Verlag**

Sportwelt Verlag
Luthmerstraße 14
65934 Frankfurt am Main
Telefon: 069 38 99 51 59
Email: mail@sportwelt-verlag.de
Internet: www.sportwelt-verlag.de

Unsere VertreterInnen

Berlin / Brandenburg / Mecklenburg-Vorpommern:

Ulf Thomas, Verlagsvertretungen, Geisterschlucht 43,
15913 Schwielochsee, Tel. 0175/2336796, Fax 032223/728918
E-Mail: ulf.thomas@t-online.de

Sachsen / Sachsen-Anhalt / Thüringen:

Verlagsvertretung Jörg Baldauf, An der Pockau 16, 09509 Pockau,
Tel. 037367/773060, Fax 773061
E-Mail: info@verlagsvertretung-baldauf.de

Niedersachsen / Schleswig-Holstein / Hamburg / Bremen:

Günther Pölkling-Henkel, Leher Heerstraße 231,
28357 Bremen, Tel. 0421/4170819, Fax 4170804
E-Mail: poelking-henkel@t-online.de

Nordrhein-Westfalen:

Jürgen Foltz, Wacholderweg 14,
53127 Bonn, Tel. 0228/9287655, Fax 0228/9287656
E-Mail: juerfo@t-online.de

Hessen / Rheinland-Pfalz / Saarland / Luxemburg:

Thomas Bredereck, Verlagsvertretungen, Altlußheimer Straße 36,
68809 Neulußheim, Tel. 06205/204431, Fax 204432
E-Mail: info@verlagsvertretung-bredereck.de

Baden-Württemberg:

Michael Jacob, Lettenacker 7,
72160 Horb, Tel. 07482/91156, Fax 91157
E-Mail: verlagsvertretung@michael-jacob.com

Bayern:

Bernhard Daumüller, Eichendorffstraße 51, 88450 Berkheim
Tel. 08395/7225, Fax 7544, E-Mail: bdaumueller@t-online.de

Schweiz:

Markus Vonarburg, AVA Verlagsvertretungen
Tel. 044/7624209, mobil 079/2901830, E-Mail: m.vonarburg@ava.ch

Österreich:

Verlagsagentur E. Neuhold OG, Erich Neuhold & Wilhelm Platzer
An der Kanzel 52, 8046 Graz, Tel. 0664/9165392, Fax 0810/9554/464886
E-Mail: buero@va-neuhold.at



Auslieferungen

DEUTSCHLAND UND ÖSTERREICH:

Die Werkstatt Verlagsauslieferung GmbH
Königstraße 43, 26180 Rastede
Tel. 04402/92630, Fax 926350
E-Mail: info@werkstatt-auslieferung.de

SCHWEIZ:

AVA Verlagsauslieferung AG + Barsortiment
Centralweg 16, CH-8910 Affoltern am Albis
Tel. 044/7624200, Fax 7624210
E-Mail: avainfo@ava.ch

LIEFERWEGE IN DER BUNDESREPUBLIK:

KNV, BOOXpress, Hera, Umbreit, Post, Paketdienst