

Esport

Caràcter per a tot

Les dones sempre han corregut de cap més que els homes; i a les curses aviat faran paritat. **Correr en femenino** (Urano, 13 euros), d'Alexandra Heminsley, ho explica tot per a les que pensen que no ho poden fer; i Cristina Mitre fa una passa més i recomana dietes i equipaments a **Mujeres que corren** (Planeta, 17,90 euros). Potser és més fàcil seguir models, com Kilian Jornet, que a **La frontera invisible** (Ara Llibres / Now Books, 18,90 euros) empeny a encarar tot límit vital. O fixar-se en la fe de Domingo Catalán, per Ignasi Gaya a **De o a 100** (Cossetània, 16 euros).

Per córrer cal caràcter. Els sobra a Simeone i Valdés, que, a **El efecto Simeone** (Plataforma, 16 euros) i **Mètode V** (Columna, 14,90), expliquen mètodes motivacionals. Caràcter més agre el de Mourinho al Madrid. Ho desvela Diego Torres a **Prepárense para perder** (B, 16,50 / @ 9,99). I rar el del boxador Pedro Roca, que deixà memòries que a Comanegra (24 euros) s'ajunten amb un llibre de boxa a Catalunya de Julià Guillamon: **Jamás me verá nadie en un ring**. Caràcter, lema dels 42 periodistes de **Relats solidaris de l'esport** (10 euros).