



**Sportwelt
Verlag**

TRIATHLON TOTAL

Dein Weg zur neuen Bestzeit

von Roy Hinnen

ET: 12.7.15

Ein praktisches Arbeitsbuch: mit ganzheitlichem Training zur neuen Bestzeit

In TRIATHLON TOTAL fasst Roy Hinnen seine Erfahrungen aus 30 Jahren Triathlonsport in 30 Kapiteln zusammen und bietet jedem Athleten das Know-how, das er braucht, um schneller zu werden.

Sein Buch richtet sich vor allem an Sportler, die bereits Trainings- und Wettkampferfahrungen gesammelt haben und nun ihre persönliche Bestzeit verbessern möchten. Er liefert neue und äußerst effiziente Praxistipps sowie Links zu den Videos auf seinem YouTube-Kanal.

**Fit sein ist gut,
aber schneller werden etwas ganz anderes!**



Mit vielen QR-Codes und individuellem Passwort
für persönlichen 14-Wochen-Gratis-Trainingsplan

Leserstimmen

- *Endlich mal kein 0815-Triathlonbuch, sondern fundiertes Fachwissen kombiniert mit Praxistipps.*
(Michael Göhner, Langdistanz-Sieger in Roth mit neuer Weltrekordzeit von 7:55 Stunden)
- *Die Swim-, Bike- und Run-Formel zeichnet sich aus durch eine verständliche Sprache und klare Vorgaben für modernes Triathlontraining.*
(Martin Kasten, Ironman 70.3-Finisher in 4:51 Stunden)

Bibliografie

416 Seiten (Hardcover, 4/4-farbig)
ISBN: 978-3-941297-32-6, 28,95 EUR (D)

Zu beziehen über KNV, Libri und Umbreit.

Ihr
Blick ins Buch:
[www.sportwelt-
verlag.de/shop/
rezensionen/
triathlon-total/](http://www.sportwelt-verlag.de/shop/rezensionen/triathlon-total/)