

DRAUZIO VARELLA

**CORRIER**

O EXERCÍCIO, A CIDADE E O DESAFIO DA MARATONA

  
COMPANHIA DAS LETRAS

## Resumo de Correr

Drauzio Varella é oncologista, autor de best-sellers, voluntário numa prisão, pesquisador do uso medicinal de espécies amazônicas e ainda celebridade na TV. Mas consegue há mais de vinte anos conciliar esse atribulado dia a dia com a prática regular de exercício físico.

Para ele, correr não é só um hobby: é o que lhe dá o equilíbrio para enfrentar os desafios da vida. Em seu novo livro, Drauzio conta como e por que decidiu espantar o sedentarismo; relata o desafio da primeira maratona; nos dá um panorama da história das corridas desde sua suposta origem na Grécia antiga; oferece informações médicas sobre a prática; e, de quebra, nos leva de “carona” num passeio sensível pela alma humana.

Leitura indispensável para corredores e futuros corredores.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)