

Buchtip: „#Fatboysrun“

Läufer, Lebenskünstler, Monsterbezwinger

Philipp Jordan ist Läufer. Er hat das Laufen spät wiederentdeckt. Nun rettet es jeden Tags aufs Neue sein Leben. Denn Philipp Jordan ist ein Getriebener, er wandelt immer an der Grenze. Er ist süchtig nach „mehr“. Und im Laufen hat er sein perfektes „Mehr“ gefunden

Im Laufen kann er den Drang, immer mehr zu wollen, in positive Energie umwandeln. Laufen erfüllt ihn, hier kann er sich finden, entfalten und loslassen. Spät kam er wieder zum Laufen, doch schnell will er auch vom Laufen viel mehr und findet sich auf Marathon- und Ultradistanzen wieder. Schon in jungen Jahren machte der Podcaster und Künstler alles, was er machte, extrem: Malen, Graffiti-Sprühen, Comics zeichnen, Skateboard fahren, Kiffen – bei allem konnte und wollte er den Hals nicht voll kriegen. Er fühlte sich getrieben, getrieben von einem „Mehr-Monster“. Dieses Monster, das ihn im Buch durch alle Kapitel begleitet, wurde zu Jordans ständigem Begleiter. Es kann Gutes und Schlechtes bewirken, Höchstleistung oder Selbstzerstörung. Der Schulterschluss mit dem „Mehr-Monster“ gelingt Jordan schließlich beim Laufen.

Mit viel Witz und Ehrlichkeit erzählt der gebürtige Bonner und Wahl-Utrechter in seiner Läuferbiografie „#Fatboysrun“ von seiner Persönlichkeitsentwicklung und seinen ersten Abenteuern in Laufschuhen – und gibt Tipps für alle Menschen, die sich vom „Mehr-Monster“ getrieben fühlen.

Das Buch ist durchgehend vom Künstler gestaltet, das „Mehr-Monster“ taucht als Illustration in jedem Kapitel auf und begleitet den Protagonisten. Philipp Jordans Laufpodcast FatBoysRun ist im Jahr 2018 übrigens zum „Sportpodcast des Jahres“ gewählt worden.

Philipp Jordan
„#Fatboysrun“

Wie mich das Laufen jeden Tag aufs Neue rettet

206 Seiten, 75 farbige Fotos und Abb., Format 15,5 x 23,2 cm, flexibel gebunden,
Euro (D) 19,90 / Euro (A) 20,50 • (ISBN 978-3-667-11828-8)

Delius Klasing Verlag, Bielefeld

Erhältlich im Buchhandel oder unter der Hotline (0521) 559 955