

SPORTIVA- MENTE



Stefano Alfonsi, *Pallacanestro da manuale*, Colognola ai Colli, Demetra, 1999
 Massimiliano Angeli, Stefano Martignoni, Mario Trimeri, *Trekking. La storia, la tecnica, gli ambienti*, Milano, Fabbri, 1999
 Pierluigi Aschieri, *Karate*, Milano, Sperling & Kupfer, 2000
 Giancarlo Bagnulo, *Ju jitsu*, Milano, Sperling &

Kupfer, c1999

Cesare Barioli, *L'avventura del Judo*, Milano, Vallardi, 2004

Giuseppe Basso, Maria Grazia Pugliese, *La pallavolo: allenare educando*, Molfetta, La Meridiana, 2004

Nino Benvenuti, *Il mondo in pugno*, Milano, Sperling & Kupfer, 2001

Nicoletta Bertante, Giampiero Fantoni, *Pallavolo da manuale*, [Colognola ai Colli], Demetra, 2001

Gianni Clerici, *500 anni di tennis*, Milano, Mondadori Electa, 2004

Pierluigi Collina, *Le mie regole del gioco: quello che il calcio mi ha insegnato della vita*, Milano, Mondadori, 2003

Alessandro Conra, *Lezioni di sci*, Milano, De Vecchi, 1999

Luca Delli Carri, *Matti dalle gare, storia del motociclismo da corsa in sessanta interviste*, Milano, Fucina, 2003

Raffaella Ferrero Camoletto, *Oltre il limite: il corpo tra sport e fitness*, Bologna, Il Mulino, 2005

Ugo Forti, *Corso di tennis*, Milano, De Vecchi, 1993

Silvia Ghirlanda, *Sport per tutti...spazio ai disabili*, Tirrenia, Del Cerro, 2003

Fabio Gulinelli, *Volley stile libero*, Milano, Sperling & Kupfer, 2001

Salvatore Lo Presti, *I 100 gol più belli del calcio: gli albi d'oro di Mondiali, Europei, Campionato e Coppe Internazionali*, Milano, Mondadori, 2002

Ettore Messina, *Basket*, Milano, Sperling & Kupfer, c1996

Marco Pastonesi, Enrico Pessina, *Il Sei Nazioni*, Milano, Zelig, 2005

Chiara Porciatti, Gianluca Paoli, *Il piacere della corsa*, Colognola ai Colli, 2002

Maria Luisa Quinci, Roberto Carminucci, *Sport e movimento per la terza età*, Roma, Edup, 2004

Daniele Resini, *Fratelli per forza*, Milano, Mondadori, 2005

Storia della formula uno: macchine, piloti, scuderie, schieramenti, ordini di arrivo, classifiche e statistiche di tutte le monoposto campioni del mondo, a cura di Guido Staderini, Milano, Mondadori, 2001

Margherita Tassinari, *Arti marziali: come orientarsi nella scelta*, Firenze, Demetra, 2002

Tricia Yu, *Tai chi: per il corpo e per la mente*, Milano, Tecniche Nuove, 2005

Alex Zanardi, Gianluca Gasparini, *...però Zanardi da Castel Maggiore!*, Milano, Baldini & Castoldi, 2003



PREMIO BANCARELLA IN BIBLIOTECA

Il "Premio Bancarella Sport", a cui la Biblioteca di Empoli ha aderito, è stato ideato dalla Fondazione Città del Libro di Pontremoli per promuovere la lettura tramite i temi dello sport e sollecitare soprattutto nei giovani una riflessione sulla dimensione culturale dell'attività sportiva.

Cosimo Argentina, *Cuore di cuoio*, Milano, Sironi, 2004

Andrea Bacci, *Cuore di Pollicino*. Storia di Vincenzo Maenza, Arezzo, Limina, 2004

Mariella Caporale, *Il volo del portiere*, Arezzo, Limina, 2004

Francesco Caremani, *Il calcio sopra le barricate. 1968 e dintorni: l'Italia campione d'Europa*, Arezzo, Limina, 2004

Beppe Conti, *Marco Pantani*, Milano, Sperling & Kupfer, 2004

Marco Evangelisti-Fulvio Solms, *Senna e il diluvio. Ricordando Ayrton 10 anni dopo*, Roma, La campanella, 2004

Luigi Garlando, *Cielo manca*, Milano, Sonzogno, 2004

Alberto Garlini, *Futbol bailado*, Milano, Sironi, 2004

Luca Goldoni-Mauro Della Porta Raffo, *La prima squadra non si scorda mai*, Barzago, Marna, 2004

Menis Kumandreas, *La maglia numero 9*, Milano, Crocetti, 2003

Massimo Neriotti, *Guadami negli occhi. Storie d'amore di moto e di fungo*, La Spezia, Rebus, 2004

Carlo Pallavicino, *Tenetevi il miliardo*, Milano, Baldini Castoldi Dalai, 2004

Marco Pastonesi, *Il diario del gregario, ovvero. Scarponi, Brusghin e Noè al Giro d'Italia*, Portogruaro, Ediciclo, 2004

Gaia Piccardi, *Olimpia*, Roma, Gallucci, 2004

Manuela Ronchi-Gianfranco Josti, *Un uomo in fuga. La vera storia di Marco Pantani*, Milano, Rizzoli, 2004

Maurizio Ruggeri, *Racconti brevi di fughe straordinarie*, Arezzo, Limina, 2004

Corrado Sannucci, *La notte del calcio. Dalla Corea al Portogallo, diario della vergogna e del fallimento*, Civitella in Val di Chiana, Zona, 2004

Siegfried Stohr, *Dove soffia sempre il vento. Come diventare piloti di Formula 1*, Milano, Fucina, 2004

Leo Turini, Bartali. *L'uomo che salvò l'Italia pedalando*, Milano, Mondadori, 2004

Ezio Vendrame, *Una vita in fuorigioco*, Milano, Rizzoli, 2004

Biblioteca comunale "Renato Fucini"

Via Cavour, 36 - 50053 Empoli (FI)

Tel. 0571/757840 Fax 0571/757832

E-mail: biblioteca@comune.empoli.fi.it

<http://www.comune.empoli.fi.it/biblioteca/biblioteca.htm>

Orario di apertura:

dal lunedì al venerdì ore 9.00-19.00

sabato ore 9.00-13.00

cura di Francesca Pepi

Biblioteca comunale "Renato Fucini"

LIBRI ALLA FINESTRA



Sport &
Benessere



© 2005 Comune di Empoli

BENESSERE A TUTTO CAMPO



Nina Barough, *Camminare per tenersi in forma: l'attività fisica più semplice che tonifica e modella il corpo*, Milano, Tecniche Nuove, 2005
 Irma D'Aria, *L'isola del benessere: guida pratica per una casa sana, ecologica e sicura*, Milano, Zelig, 1999
 Alan Heat e Nicki Bainbridge, *Baby massaggio*, Milano, Fabbri, 2003
 Antonietta Marchi, Francesco Borghi, Andrea Bollini, *Sport per un corpo che cresce: [corso di pediatria per gli studenti di scienze motorie]*, Pavia, La Goliardica Pavese, 2005

Maria Teresa Merenda, *Il benessere comincia dalla mente*, Milano, Angeli, Le comete, 2003
 Didi A'nanda Paramitā, *Lo yoga dei bambini: educare e crescere nella conoscenza di sé*, Molfetta, La Meridiana, 2005



Johanna Paunger, *La luna e l'arte della ginnastica: come mantenersi in forma in modo naturale*, Milano, Corbaccio, 2003

Alberto Pellai e Paola, *Tenersi in forma: salute, movimento e sport nel ciclo di vita*, Milano, McGraw-Hill, 2003

Matt Roberts, *Donne in forma*, Milano, Mondadori, 2004

Matt Roberts, *In forma: fitness, alimentazione, stile di vita: il più efficace programma per un fisico perfetto in 3 mesi*, Milano, Mondadori, 2002

Matt Roberts, *Manuale completo di fitness*, Milano, Mondadori, 2003

Adami Rodriguez, Mimi, *Aqua fitness: ritrovare energia e mantenersi in forma*, Milano, Tecniche Nuove, 2004

Giulio Sergio Roi, Rachele Groppi, *99 esercizi addominali: fisiologia e biomeccanica di tutti gli esercizi per gli addominali: ipertrofia, estetica, riabilitazione*, Milano, Alea, 2002

Roy J. Sheppard, *Attività fisica, invecchiamento e salute*, Milano, McGraw-Hill, 1998

Alicea Ungaro, *Pilates: corpo in movimento*, Milano, Fabbri, 2004

Stella Weller, *Gravidanza serena con lo yoga*, Milano, Tecniche Nuove, c1992

Nanciee Wydra, *Feng Shui: lo zen e l'arte di arredare la casa*, Milano, Zelig, 1999



BUON RISO...

Rodolfo Cadelo, *Seduti si fa sport*, Lissone, Calamo, 1996

Cristiano Militello, *Giulietta è 'na zoccola: gli striscioni più esilaranti delle curve italiane*, Milano, Kowalski, 2004

Marco Pastonesi, Enrico Pessina, *In mezzo ai pali*, Milano, Libreria dello sport, 2001

Marco Pastonesi, Giorgio Terruzzi, *Se l'ammazzgi fai pari: 966 battute, aforismi, citazioni ed eccitazioni sul mondo dello sport*, Milano, Zelig, 2004



CURARSI IN MODO NATURALE

Jean-Marie Abgrall, *I ciarlatani della salute*, Roma, Editori Riuniti, 1999

Paolo Belaiche, *Manuale pratico di fitoterapia*, Novara, Red, 2003

Anna Maria Botticelli, Clementina Cagnola, *La salute foglia per foglia*, Milano, Mondadori, 2002

Patrice Bouchardon, *Le energie positive degli alberi*, Milano, Mondadori, 1999
 Steven Bratman, *Guida critica alle medicine alternative: manuale pratico per curarsi senza smarrirsi*, Milano, Zelig, 1999

Stefano Cagliano, *Guarire dall'omeopatia*, Venezia, Marsilio, 1997

Maria Elisa Campanini, *Curare i bambini con i fiori di Bach*, Milano, Fabbri, 2003

Don Campbell, *L'effetto Mozart*, Milano, Baldini & Castoldi, 1999

Curarsi in casa: i rimedi più semplici e sicuri, consigliati da centinaia di specialisti, per guarire i disturbi più comuni e diffusi, a cura di Prevention, Milano, Mondadori, 2000

Aldo Ercoli, *Omeotest: autovalutazione omeopatica con casistica clinica*, Milano, Tecniche Nuove, 2004

Patrick Holford e Hyla Cass, *Rimedi naturali per riacquistare energia: 25 modi per vincere la stanchezza e ritrovare forza e vitalità*, Milano, Armenia, 2004

Patrick Holford e Hyla Cass, *Rimedi per rilassarsi: 25 modi per vincere l'ansia e ritrovare la tranquillità*, Milano, Armenia, 2004

Susanne Horfeneck, Nelly Ma, *Antichi rimedi cinesi per rimanere in buona salute e in perfetta forma fisica in ogni stagione dell'anno e della vita*, Isola del Liri, Pisani, 2003

Anne McIntyre, *Guida completa ai fiori della salute: il potere curativo dei fiori attraverso l'erboristeria, l'aromaterapia, l'omeopatia, i fiori di Bach*, Milano, Corbaccio, 1997

Eleanor McKenzie, *Guida illustrata ai reiki: l'energia vitale per guarire nel corpo e nello spirito*, Milano, Tecniche Nuove, 1999

Marc Muret, *Arte terapia*, Milano, Red, 2005

David Peters e Anne Woodham, *Medicina integrata*, Milano, Mondadori, 2001



Nadia Tarantini, Maria Teresa Pinardi, *Il risveglio del corpo, dai sintomi alle emozioni: l'arte della salute*, Milano, La Tartaruga, 2002

Gianfranco Trapani, *Nozioni essenziali di materia medica omeopatica: rimedi di origine vegetale, minerale, animale e principi nosodi*, Milano, Tecniche Nuove, 2004

Laurel Vucovic, *1001 rimedi naturali*, Milano, Tecniche Nuove, 2004

Anne Woodham e David Peters, *Il grande libro delle terapie dolci*, Milano, Mondadori, 1998



ALLENARSI ALLA SAGGEZZA

Emanuela Audisio, *Bambini infiniti: storie di campioni che hanno giocato con la vita*, Milano, Mondadori, 2003

Renzo Bardelli, *Generazione EPO: chi e come ha distrutto il ciclismo*, Firenze, Edifir, 2004

Mauro Barletta, *Il calcio in farmacia*, Torino, Lindau, 2005

Giovanni Boni, *Tutti in bici: itinerario medico e tecnico-scientifico per educatori sportivi, Molfetta, La Meridiana, 2005*

Fabrizio Calzia, Massimiliano Castellani, *Palla avvelenata: morti misteriose, doping, e sospetti nel mondo del calcio*, Torino, Bradipolibri, 2003

Stéphane Cascua, *Lo sport fa davvero bene alla salute?*, Milano, Red, 2004

Erwann Menthéour, *Il mio doping: il libro che ha sconvolto il ciclismo*, Milano, Baldini & Castoldi, c1999

Sabina Morandi, *La filosofia morale della bicicletta, ovvero come sopravvivere (e diventare saggi) pedalando in città*, Milano, Zelig, 1997

Marco Pierfederici, *Bicicletta e salute: i consigli del medico sportivo*, Portogruaro, Ediciclo, 2001

Enzo Pretolani, *Patologie cardiovascolari e polmonari acute in corso di esercizio fisico*, Bologna, Clueb, 2003



BELLI DA SOLI

Grazia Barcelli, Maria Grazia Longhi, *La più bella sei tu: guida illustrata ai segreti del fascino femminile*, Milano, Mondadori, 1998

Antonino Di Pietro, *La bellezza autentica*, Milano, Sperling & Kupfer, 2005

Elisa Lecci, *Combattere la cellulite*, Firenze, Milano, Giunti, Demetra, 2005

Fabio Pancrazi, *Belli da soli*, Nuovi Equilibri, Viterbo, 2005

Gianni Proserpio, Elena Passerini, *Le altre cosmesi: cosmeceutica, fitocosmesi, zoccosmesi, cosmesi minerale e termale*, Milano, Tecniche Nuove, 2002

Gianni Proserpio, *Manuale di cosmetologia: guida professionale*, Milano, BCM, 1992

Donatella Ricci, *Dieci anni di meno*, Milano, Baldini & Castoldi, 2003

Roberto Tarullo, *Allenamento estetico: tecniche, consigli e suggerimenti, per migliorare l'aspetto*, Milano, Alea, 2001

Roberto Tarullo, *Allenamento estetico: tecniche, consigli e suggerimenti, per migliorare l'aspetto*, Milano, Alea, 2001

Roberto Tarullo, *Allenamento estetico: tecniche, consigli e suggerimenti, per migliorare l'aspetto*, Milano, Alea, 2001

Roberto Tarullo, *Allenamento estetico: tecniche, consigli e suggerimenti, per migliorare l'aspetto*, Milano, Alea, 2001

Roberto Tarullo, *Allenamento estetico: tecniche, consigli e suggerimenti, per migliorare l'aspetto*, Milano, Alea, 2001

