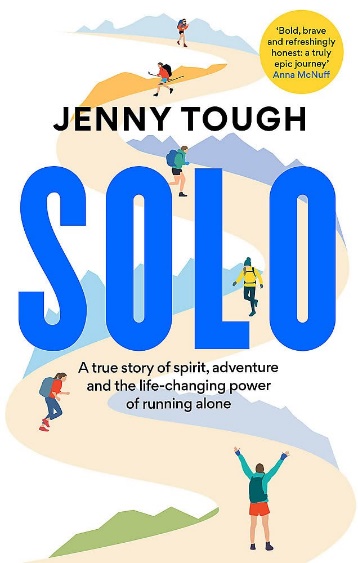
**新 书 推 荐**

**中文书名：《独行：一个关于精神、冒险和改变人生的独行力量的真实故事》**

**英文书名：SOLO: A true story of spirit, adventure & the life-changing power of running alone**

**作 者：Jenny Tough**

**出 版 社：Aster**

**代理公司：Union Square/ANA/Jessica**

**页 数：384页**

**出版时间：2023年1月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：自助**

**亚马逊畅销书排名：**

**#42 in Mountaineering History & Biography**

**#69 in Athletics**

**#105 in Running & Jogging (Books)**

**内容简介：**

**“我可以肯定的是，你比你自己想象的要坚强。”**

珍妮·斯特朗（Jenny Tough）是一名耐力运动员，她以参加世界上最具挑战性的一些赛事而闻名，她获得的荣誉激励着世界各地的户外冒险家。但《独行》讲述了一个更加个人化的故事：珍妮试图接受那些阻碍她前进的感觉和情绪。像任何级别的跑步者一样，她已经知道跑步会让她感觉更好，而且像我们许多人一样，她知道独立完成目标也是一种力量。因此，她给自己设定了一个大胆的目标：独自一人，在没有支援的情况下，独自奔跑，穿越六大洲的山脉，从地球上最偏远的地方之一吉尔吉斯斯坦开始。

《独行》记录了珍妮在天山（亚洲）、高阿特拉斯山脉（非洲）、玻利维亚安第斯山脉（南美洲）、南阿尔卑斯山（大洋洲）、加拿大落基山脉（北美）和特兰西瓦尼亚阿尔卑斯山（欧洲）的每一步旅程，在此过程中，她学会了自尊、坚韧、勇敢等等。珍妮的故事告诉我们最重要的是，独自做事——无论是雄心勃勃的事还是平凡的事——都可以令人振奋、欢欣和鼓舞。她呼吁采取行动，在我们所做的每一件事中找到力量、信心和自信，这将激励和鼓舞我们。

**·**一个女人

**·**六大洲

**·**人生的六堂课

**·**难忘的自我发现之旅

《独行》记录了一个女人如何面对自己的脆弱。当珍妮·斯特朗（Jenny Tough）独自穿越世界上最具挑战性的六座山脉时，她的韧性、足智多谋、力量和自信都发生了变化。她关于个人成长的有力故事告诉我们，独自一人完成生活中的挑战可以让人精神振奋、充满力量和快乐。

**作者简介：**

**珍妮·斯特朗（Jenny Tough）**是一位来自加拿大的冒险旅行者。她喜欢写她独自的山地探险和作为单身女性环游世界的故事。珍妮 曾被《国家地理》（*National Geographic*）杂志、《BBC苏格兰》（*BBC Scotland*）、《女子跑步》（*Women's Running*）、《伟大的户外运动》（*The Great Outdoors*）等杂志报道。2020年，她编辑了由 Summersdale 出版的《女强人冒险故事》（*Tough Women Adventure Stories*）。当她不探索世界的山脉时，她住在苏格兰，偶尔也会住在她停放冒险车的地方。

珍妮·斯特朗热衷于各种耐力挑战，尤其是在山区。无论是比赛还是单人冒险，她挑战极限的愿望将她带到了世界的许多角落。2021 年，在没有支援的情况下，独自跑过每个大陆的山脉，其中包括三次世界第一的穿越。她还参加了长距离自行车比赛，包括两次成为丝绸之路山地赛的第一位女性和首届阿特拉斯山地赛的第一位女性——这被认为是最艰难的两场越野自行车比赛。在她的个人追求之外，她的使命是让更多的人走出去，挑战自己的舒适区，尤其是女性和女孩，她通过推出一本名为《坚强的女人：冒险故事》（*Tough Women: Adventure Stories*）的书来支持这一观点。

**媒体评价：**

“珍妮·斯特朗（Jenny Tough）用她在体育运动中所表现出的天赋、想象力和十足的勇气写作。这本书将开阔所有读者的视野。”

——艾米丽·查佩尔（Emily Chappell），《凡有意愿》（*WHERE THERE'S A WILL*）的作者

“我喜欢《独行》是一个半自助半冒险的故事。珍妮告诉我们，自信的旅程就像她穿越的山脉一样充满了起伏，只要对自己有一点信任(再喝几杯好咖啡)，下一个看似不可逾越的关口就永远不会遥不可及。”

——安娜·麦克纳夫（Anna McNuff），《成人睡前冒险故事》（*BEDTIME ADVENTURE STORIES FOR GROWN UPS*）的作者

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：[**Rights@nurnberg.com.cn**](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

