**新 书 推 荐**

**中文书名：《极限时刻：藏于耐力运动核心的勇气、韧性与毅力》**

**英文书名：THE UNFORGIVING HOURS: The Grit, Resilience, and Perseverance at the Heart of Endurance Sports**

**作 者：Shannon Hogan**

**出 版 社：VeloPress**

**代理公司：Biagi/ANA/Conor**

**页 数：272页**

**出版时间：2025年4月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：非小说**

**内容简介：**

你能走多远？你的极限在哪里？在70岁时参加超级马拉松、在没有马达的情况下从华盛顿州航行到阿拉斯加、在15岁时游过英吉利海峡、倒着跑完波士顿马拉松后再按照常规路线折返，这些想法真的很可怕吗？在《极限时刻》一书中，香农·霍根深入探究耐力运动的世界，带领我们踏上那些名不见经传的运动员们以创造性方式完成非凡任务的旅程，证明了什么是可能的，也证明了我们每个人都拥有耐心、干劲、勇气、适应力、激情、幽默和胆识。

通过这些看似不可能完成的运动挑战故事——有一些众所周知，有一些只是流传于聚会现场与篝火晚会的场合——霍根将这些讲述了不屈不挠、默默“远征”的户外运动者的故事娓娓道来，让我们见证突破人类耐力极限达成的惊人壮举。

* 目 录 —

序 言 远征概述

第一章 黄金时刻中最美好的五秒钟——甘希尔德·斯旺森（Gunhild Swanson）

第二章 没有马达的阿拉斯加之旅——凯莉·丹尼尔森（Kelly Danielson）

第三章 荒谬的装置——戈登·沃兹沃斯（Gordon Wadsworth）

第四章 像女孩一样游泳——琳·考克斯（Lynne Cox）

第五章 为薯片奔跑：波士顿马拉松——日高雄一郎（Yuichiro Hidaka ）

第六章 骑行，直到筋疲力尽——西安娜·霍根（Seana Hogan）

第七章 冻原季节的非人竞技——约翰·斯塔姆斯塔德（John Stamstad）

第八章 冰上一英里：靠游泳取暖——梅丽莎·凯格勒（Melissa Kegler）

第九章 珍贵的韧性——克里斯-琼斯（Chris Jones）

第十章 初次登顶的人们——蒂娜·阿蒙特与安妮·蒂尔吉斯（Tina Ament and Anne Thilges）

**作者简介：**

**香农·霍根（Shannon Hogan）**是前职业山地自行车运动员、超级马拉松运动员和开放水域游泳运动员，现居华盛顿州喀斯喀特山区。她是哥斯达黎加 La Ruta de Los Conquistadores（世界上最艰苦的山地自行车赛）的第一位女性完赛者，保持着 Pigtails 100K超级马拉松赛的女子赛道记录，并成功完成了多次长距离超级马拉松赛事。她还参加过各种海陆耐力赛，包括为英吉利海峡游泳比赛提供超过 8 小时的皮划艇支持。霍根曾为《科罗拉多太阳报》（*The Colorado Sun*）撰写关于自行车的文章，为《超级马拉松》杂志（*Ultrarunning*）撰写关于跑步的文章，为《西雅图时报》（*The Seattle Times*）撰写关于开放水域游泳的文章。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**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

