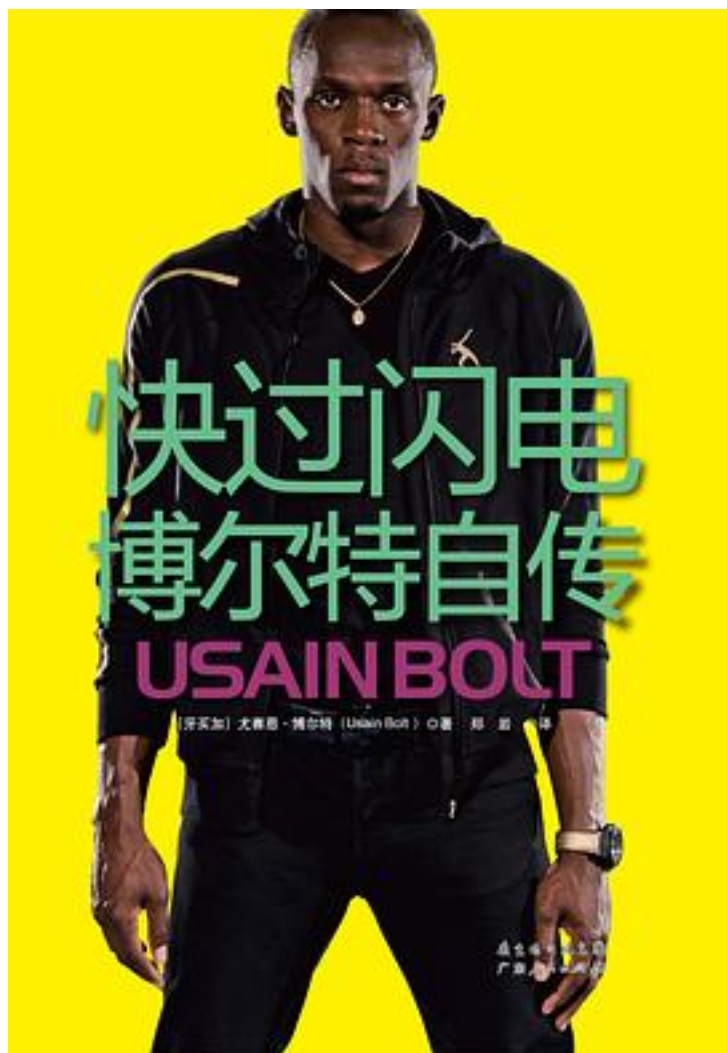


快过闪电



[快过闪电_下载链接1](#)

著者:[牙买加]尤赛恩·博尔特

出版者:广东人民出版社

出版时间:2014-6

装帧:平装

isbn:9787218086989

地球上跑得最快的人

世界级体育偶像

全世界田径运动员和媒体的“头号公敌”

◆他被认为身高太高，不适合练短跑，差点毁于错误的训练；

◆他因为讨厌400米而“尝试了一次”100米；

◆他点燃了一个民族，这个民族却泼了他几盆冷水；

◆他在训练和比赛中都有自己的咒语，立志成为传奇……

尤塞恩·

博尔特注定成为这个星球上的一个现象。他是地球上跑得最快的人，是征服一个时代的体育标志。

从2004打破世界青年短跑纪录到2013

年莫斯科卫冕世界冠军，历经2008年北京奥运的疯狂之夜和2012

年伦敦奥运王者之战，《快过闪电：博尔特自传》以第一视角重现无数经典时刻。

博尔特挥洒自如，独特的能量、狂妄和魅力使他誉满全球。但博尔特要讲的，并不仅仅是一场9.58秒的比赛，而是一段长达20多年的光辉岁月。

作者介绍:

尤塞恩·博尔特

生日：1986.8.21

身高：1.96米

速度：100米：9.58秒；200米：19.19秒

荣誉：6枚奥运金牌得主，8次世锦赛冠军，男子100米、200米短跑和4×100米接力世界纪录保持者

独一无二的奥运现象，连续两届奥运会包揽100米、200米和4×100米接力金牌，横扫所有短跑世界纪录，8次称雄世界冠军，21世纪无可争议的世界第一飞人。博尔特以无与伦比的表现和风靡世界的“To Di World”标志性动作重新点燃整个地球。

目录: 第1章 我，为跑而生 001

车祸// 002 上帝的安排// 005

第2章 像冠军一样前行 007

沃顿西亚小学运动会// 008 考克斯西村// 011

爸爸妈妈// 012 我的“家规”// 017

第3章 我最大的敌人，就是我自己 023

牙买加校园田径选拔制度// 024 “博尔特跑出的成绩太荒唐了”// 028

问题少年// 031 偷师奥运冠军// 034

第4章 颤抖吧，地球人！黑色闪电闪耀世界！ 039

全国中学生冠军赛// 040 欧洲：阴冷的鬼地方！ // 044
牙买加世青赛// 047 我要成为一道耀眼的闪电// 053
第5章 生活中，我也在狂奔 057
世界是一个巨大的怪兽// 058
赤裸裸的诱惑：我的大学// 063 魔鬼教练科尔曼// 068
第6章 冠军之心，磐石之志 073
错误的训练 // 074 “大嘴巴”安德鲁·豪// 078
2004 雅典奥运会// 079 “天使教练”米尔斯// 085
“我看到一个不一样的你” // 089
第7章 退一步万丈深渊 093
为自己而跑，然后才是牙买加// 094 力量秘诀：无路可退的时刻// 097
2007 年大阪世锦赛// 102 挫败：泰森·盖伊// 103
屈辱：“X战警”泽维尔·卡特// 106
第8章 痛苦或荣誉 111
让我跑一次100米，一次就行！ // 112 奥运前夕// 115
污蔑：世界第二好成绩？ // 117 第一次打破世界纪录 // 120
欲擒故纵// 123
第9章 引领时代 129
2008 北京奥运会 // 130 巅峰之战：男子100米决赛// 137
拍着胸脯冲过终点线// 142 我是奥运冠军// 144
第10章 去跑你自己的吧 147
这就是超级巨星的感觉？ // 148 真正的梦想：200米决赛// 154
风靡世界的标志性动作// 158 临阵磨枪：史上最强4×100米队伍// 160
第11章 经营胜利 163
我是田径界的头号公敌// 164 哭笑不得的药检// 165
席卷世界// 169 春心荡漾的女孩们// 172 我是谁？ // 173
第12章 无处不在的讯息 179
我的速度，不只在赛场——车祸// 180 2009 柏林世锦赛：决战泰森·盖伊// 188
9秒58// 190
第13章 迟疑一瞬，遗憾终生 195
疯狂派对// 196 田径猛兽：约翰·布雷克// 201
大邱梦魇// 203 低谷// 208
第14章 这是我的时代 211
备战伦敦奥运会// 212 这头野兽竟然冲我来了！ // 215
伦敦2012：疯狂时刻// 220 最讨厌的对手：贾斯汀·加特林// 225 战书// 227
第15章 我是传奇 229
复仇之战：2012 年伦敦奥运会男子100米决赛// 230
王位之争：2012 年伦敦奥运会男子200米决赛// 235
我是在世传奇// 236
别和我提卡尔·刘易斯，我很干净// 237
第16章 剑指莫斯科及未来 241
坏消息：人们已经习惯我打破世界纪录// 242 “谁让你跑那么快呢？” // 244 未来的打算// 247
附录 博尔特成绩一览表 250
· · · · · (收起)

[快过闪电_下载链接1_](#)

标签

体育

传记

体育明星

励志

成长

人物传记

2014

跑步

评论

壮小伙

博尔特这种天赋也在奥运前玩命苦练，

自律性与纪律性.

下午在书店看了三个多小时，励志倒谈不上，不过挺有趣。了解一点牙买加、短跑，看看他在各国的比赛，还有和其他运动员的恩怨情仇……这货的生活真是幸运又潇洒！

北京奥运吃鸡块那段太搞笑啦

米尔斯成就了博尔特

买过很多人物传记，总是没有看完几张就放到一边去了。因为总是觉得既然能改变世界的人，本身肯定也是有点与众不同的，但后来发现，你我皆凡人，只不过在那么一瞬间做了几个改变世界的决定罢了。比起他的比赛，自传还挺有意思的。

我策划引进的书

一口气读完了

人闹腾 书也有趣 爆料了好多内幕 哈哈

太搞笑了

我的男神

看他跑步比看他的自传有趣得多啊！错不在他，在我。

[快过闪电_下载链接1_](#)

书评

知道博尔特是在2008年北京奥运会，仍旧记得解说员对他的称呼“飞人”。牙买加人天生的跑步能力，狂热的田径爱好成就了这个小岛在世界上各项短跑比赛的辉煌历史和可以预见的更加闪耀的未来。
博尔特在身高不具优势的情况下，14岁开始迈入田径界，16岁开始进...

博尔特除了跑得快，写作也堪称一流手笔，这是我在阅读《快过闪电---博尔特自传》过程中的第一感觉。待用了四个小时的时间一口气读完后，我给本书的评价是：这是一部非常接地气的励志书！
既然谈到励志，就一定要围绕博尔特的成功来说。博尔特是谁？21世纪世界第一飞人，并且10...

《快过闪电：博尔特自传》文/崔朔玮
其实，对博尔特的印象还是停留在2008年，一晃好几年过去了，这个人又来到了我的身边。2008年北京奥运会男子100米决赛，当博尔特最后减速，拍着胸脯冲过终点线，所有人都知道，他来了。从此，田径赛场重新在全世界燃烧，一个名叫博尔...

这本书看得我心情激动不已。原因很简单，它让我感觉不再孤单。这本书说的全是大实话，是短跑孩子的心里话，我想，每一个练短跑的孩子，都会有相同的感触。
练短跑的孩子，只认第一，不是冠军那就什么都不是。
练短跑的孩子，只相信自己，比赛以速度说话，快就是快，避免了团队...

2008年，北京，我们中国人的百年奥运梦圆。100米赛场上，尤塞恩·博尔特创造了人类历史上新的纪录——9.69秒。他举起双手，像是一名弓箭手一样将手指向天空。这个动作名叫To Di Word——面向世界，随着摄像镜头，这个标志性动作瞬间风靡世界，点燃了整个世界。
博尔特，这个人...

[快过闪电 下载链接1](#)