

Jan Fossen

## Fietsen tegen de grens

Drieduizend kilometer in dertig etappes langs de grens van Nederland, soms met wind mee en soms op zijn tandvlees. Want dat is niet alleen goed voor het lichaam, maar ook voor de geest. De eenvoud van het fietsen relativeert én verrijkt. Terwijl Jan Fossen zich onderweg verwondert over de soms grillige grens, het weidse landschap en de geschiedenis ervan, fietst hij tegen zijn eigen grenzen aan. Maar hij heeft ook voldoende tijd om zich te laten inspireren door filosofen als Nietzsche, die zegt: 'Maar als de spieren niet feestvieren, raakt ook het denken bloedeloos.' Of door hedonist Epicurus, die zijn verlangens onder controle heeft en daardoor optimaal van kleine dingen kan genieten: 'Niets is genoeg voor degene voor wie genoeg te weinig is.'

Filosofische uitstapjes, onverwachte ontmoetingen, de helende cadans van de trappers, in contact met de natuur. Jan Fossen laat je inzien waarom fietsen zo leuk is.

**Jan Fossen** (1963) is gezondheidswetenschapper en theaterregisseur. Daarnaast is hij een fervent fietser en heeft hij lange tochten gemaakt naar de bron van de Rijn, de Elbe en de Donau. Hij is verslaafd aan het ritme van de pedalen, het trotseren van de elementen en het volop gebruiken van alle zintuigen.

### Verkrijgbaar bij

[www.noordboek.nl](http://www.noordboek.nl), uw boekhandel of scan de QR-code:



ISBN: 9789056159467

Formaat: 14 x 21,5 cm

Pagina's: 144

Bindwijze: Paperback

Prijs: € 14,90