

Tags: Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue libro pdf download, Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue scaricare gratis, Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue epub italiano, Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue torrent, Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue leggere online gratis PDF

Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue PDF

Jim Afremow



Questo è solo un estratto dal libro di Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Jim Afremow
ISBN-10: 9788867631711
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2495 KB

DESCRIZIONE

Lo psicologo dello sport Jim Afremow sa ciò che rende grandi gli atleti. Specialmente quando ritornano a vincere dopo avere affrontato infortuni, ostacoli o difficoltà apparentemente insormontabili. Ora in "Il ritorno del campione" propone delle strategie vincenti per atleti di ogni livello ed età, per aiutarli ad essere mentalmente preparati per la competizione, per riprendersi rapidamente da una sconfitta e superare gli infortuni (e la paura di infortunarsi nuovamente). Con un linguaggio chiaro e coinvolgente, Afremow esplora la psicologia dell'impegno e mostra al lettore come sviluppare la fiducia in sè. Ricco di consigli e tecniche, quali la visualizzazione guidata, semplici esercizi di mental training e storie motivazionali di atleti che ce l'hanno fatta, "Il ritorno del campione" è un libro per ogni atleta, poiché lo incoraggia non solo a rimanere in gioco ma anche a raggiungere grandi risultati, qualunque essi siano.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono è un eBook di Afremow, Jim pubblicato da FerrariSinibaldi a 8.99. Il file è in formato ...

Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue. ... dello sport Jim Afremow sa ciò che rende grandi gli atleti.

Mente da campione. Come i grandi atleti pensano, ... Il ritorno del campione. Come i grandi atleti recuperano, riflettono e ripartono. Ediz. bilingue

**IL RITORNO DEL CAMPIONE. COME I GRANDI ATLETI RECUPERANO, RIFLETTONO E
RIPARTONO. EDIZ. BILINGUE**

[Leggi di più ...](#)