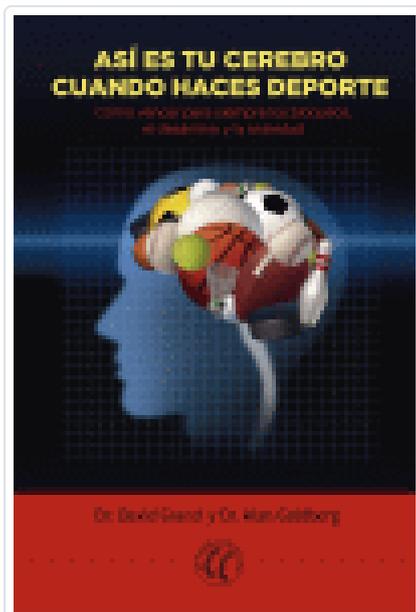


ASI ES TU CEREBRO CUANDO HACES DEPORTE



GRAND, DAVID / GOLDBERG, ALAN

SINOPSIS

Así es tu cerebro cuando haces deporte. Cómo vencer para siempre los bloqueos, el desánimo y la ansiedad es un libro imprescindible para la psicología deportiva y la mejora del rendimiento. El enfoque del trabajo con brainspotting deportivo es eficaz y potente en el tratamiento de atletas de todos los deportes y niveles, desde los profesionales y olímpicos hasta los amateurs. La técnica de Grand y Goldberg va más allá del deporte, y puede aplicarse a un amplio abanico de disciplinas, como la empresa, las artes escénicas, la oratoria y el mundo académico. El trabajo con brainspotting deportivo ayuda a los individuos, en todos los contextos, a sentirse mejor en su piel y a encontrarse serenos, equilibrados y mejor coordinados. ...



Editorial	EDITORIAL ELEFThERIA
Materia	FORMA FISICA Y DEPORTES
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788494408434
Status	Disponible
Páginas	227
Tamaño	145xx mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	16,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	12/02/2016

Títulos relacionados



A DORMIR CON MIS ANGELITOS
PODIO, REBECA / MARTA SOFIA



REINOS DE LOS ANGELES DE LA TIERRA
VIRTUE, DOREEN



COMO ESCUCHAR A TUS ANGELES
VIRTUE, DOREEN



DESPERTAR AL SONADOR
BRATNICK, RAEHEL