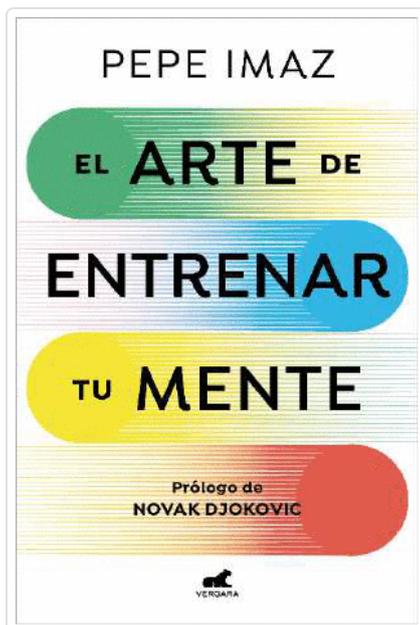


## ARTE DE ENTRENAR TU MENTE, EL



### Imaz, Pepe

#### SINOPSIS

El esperado libro del entrenador mental de Novak Djokovic. Una filosofía única ante los desafíos de la vida. La vida se parece mucho a un partido de tenis. La atención constante, el ir y venir de los golpes, las alegrías, las penas, las frustraciones, el levantarse una y otra vez. Sin embargo, este no es un libro sobre deporte. En estas páginas no vas a encontrar la técnica y el método para ganar a toda costa, porque el rival más importante no está al otro lado de la red, sino que, a menudo y sin darnos cuenta, somos nosotros mismos. Y debemos aprender a vivir con él en paz y armonía: solo así alcanzaremos todo nuestro potencial. En El arte de entrenar tu mente, Pepe Imaz comparte cuanto ha descubierto tras toda una vida dedicada al deporte, a la competición y a la formación de jóvenes talentos. Y nos enseña a aplicar estos conocimientos, sencillos, pero esenciales, en nuestro día a día. "No necesitamos ganar o perder para sentirnos mejor o peor, porque somos más que un halago. El éxito no depende de un resultado. El éxito en la vida es hacer lo que nos gusta y disfrutar con ello."...



<b>Editorial</b>	VERGARA
<b>Materia</b>	DESARROLLO PERSONAL
<b>EAN</b>	9788410467194
<b>Status</b>	Disponible
<b>Páginas</b>	272
<b>Tamaño</b>	140x213x0 mm.
<b>Precio (Imp. inc.)</b>	21,90€
<b>Idioma</b>	Español
<b>Fecha de lanzamiento</b>	26/06/2025