

# JUEGOS Y RETOS EXPRESS



**JIMÉNEZ GARCÍA, ALBERTO**

## SINOPSIS

Nuestra capacidad de atención es un recurso limitado. Está demostrado que para realizar o aprender algo de forma eficaz es necesario hacer breves descansos.

Estos retos de resolución rápida son perfectos para ello, ya que te permitirán reponer energías, relajar la mente y mejorar tu rendimiento a largo plazo. Estos juegos te ayudarán a centrarte en el aquí y ahora y disfrutar un rato cada día de una actividad estimulante y alejada de dispositivos tecnológicos....



<b>Editorial</b>	ALMA
<b>Materia</b>	[WDH] AFICIONES/PASATIEMPOS
<b>EAN</b>	9788410206915
<b>Status</b>	Disponible
<b>Páginas</b>	320
<b>Tamaño</b>	140x140x20 mm.
<b>Peso</b>	360
<b>Precio (Imp. inc.)</b>	9,95€
<b>Idioma</b>	Español
<b>Fecha de lanzamiento</b>	09/07/2025