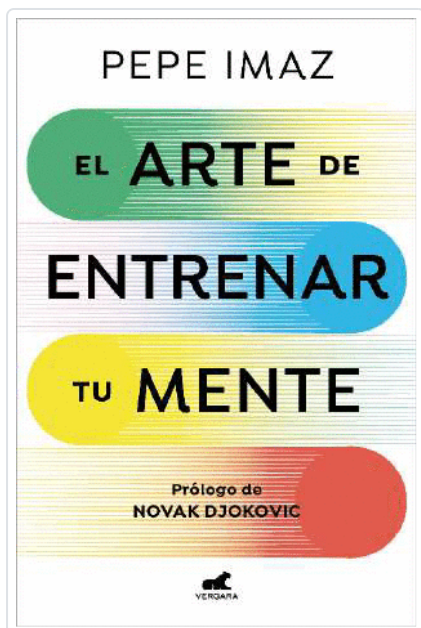


ARTE DE ENTRENAR TU MENTE, EL



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."...



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