

MINDFULNESS MEDITACION PARA GENTE DE ALTO RENDIMIENTO



VILLANUEVA TOMAS, ULYSES

SYNOPSIS

A través de la meditación, uno es capaz de administrar sus recursos de una manera más sabia, concentrar la atención en aquello que lo necesita, aislar el esfuerzo. Todo mediante un estado corporal de profunda tranquilidad y sosiego. Las empresas más innovadoras del mundo se han dado cuenta de que, si somos capaces de gestionar mejor nuestros recursos, el resultado de nuestras acciones se incrementará progresivamente. Muchos deportistas han encontrado así también la manera de afrontar retos personales que van más allá de lo posible....



| | |
|------------------|---|
| Editorial | KOLIMA BOOKS |
| Subject | Mente, cuerpo y espíritu: meditación y visualización |
| Collection | Crecimiento Personal |
| EAN | 9788494235801 |
| Status | Disponible |
| Pages | 216 |
| Size | 22000x14000x0 mm. |
| Weight | 293000 |
| Price (Tax inc.) | 18,00€ |

Related Titles



¿QUIÉN HA VISTO
MI EGO?
MARTÍZ, GEMA



TOCAR CON
PALABRAS
LLADÓ MICHELÍ,
ENRIC



LUZ AZUL
VILLANUEVA TOMAS,
ULYSES



DEJA DE
INTENTAR
CAMBIAR
MARTÍNEZ DE
UBAGO,
RODRIGO; AZNAR
BRIONES, MARA