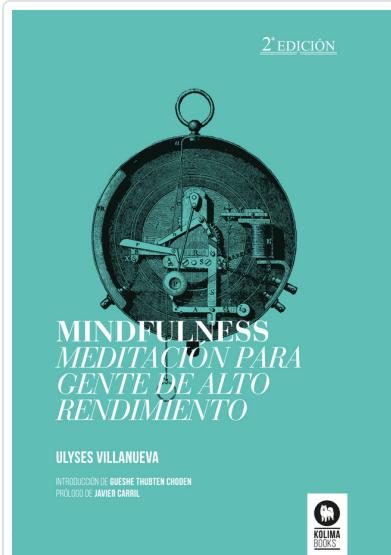


MINDFULNESS MEDITACION PARA GENTE DE ALTO RENDIMIENTO



VILLANUEVA TOMAS, ULYSES

SINOPSIS

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

Materia Mente, cuerpo y espíritu:
meditación y visualización

Colección Crecimiento Personal

EAN 9788494235801

Status Disponible

Páginas 216

Tamaño 22000x14000x0 mm.

Peso 293000

Precio (Imp. inc.) 18,00€

Títulos relacionados



¿QUIÉN HA VISTO
MI EGO?
MARTÍZ, GEMA



TOCAR CON
PALABRAS
LLADO MICHELI,
ENRIC



LUZ AZUL
VILLANUEVA TOMAS,
ULYSES



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