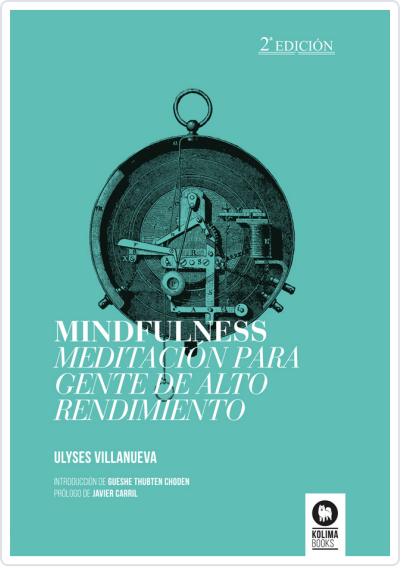
MINDFULNESS MEDITACION PARA GENTE DE ALTO RENDIMIENTO



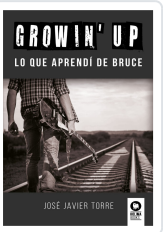
VILLANUEVA TOMAS, ULYSES

SINOPSIS

A través de a 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	Normal
Páginas	216
Tamaño	22000x14000x0 mm.
Peso	293000
Precio (Imp. inc.)	18,00€

Títulos relacionados



GROWIN' UP
TORRE RUÍZ, JOSÉ JAVIER



¿QUIÉN HA VISTO MI EGO?
MARTÍZ, GEMA



TOCAR CON PALABRAS
LLADÓ MICHELI, ENRIC



LUZ AZUL
VILLANUEVA TOMAS, ULYSES