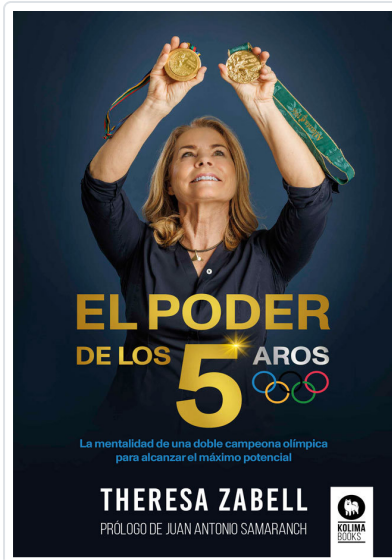


# EL PODER DE LOS 5 AROS



**THERESA ZABELL**

## SINOPSIS

El poder de los 5 aros es una inspiradora obra de la dos veces campeona olímpica Theresa Zabell, que invita a una poderosa reflexión sobre el equilibrio personal y el desarrollo integral, a partir de los logros personales y profesionales de esta deportista de élite, que rompió todos los techos de cristal de su deporte y época.

Theresa habla de una visión holística del éxito, entendido no solo desde su dimensión profesional, sino como la armonía entre distintas áreas esenciales como el crecimiento personal, la salud, las relaciones humanas, el propósito de vida y el compromiso social. Cada uno de estos aspectos se simboliza con uno de los cinco anillos olímpicos, que funcionan de manera interconectada y representan los pilares fundamentales de la vida.

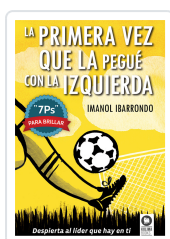
Además, este maravilloso manual ofrece al lector herramientas de autoevaluación y motivación, promoviendo valores como la constancia, la disciplina y la toma de decisiones conscientes. Todo ello pone de relieve el hecho de que el verdadero bienestar se alcanza cuando ninguna de estas áreas se descuida.

Con esta publicación, Theresa Zabell busca inspirar a los lectores a revisar su propio equilibrio vital y trabajar de manera consciente cada uno de los 5 aros, para sostener una vida plena y significativa....

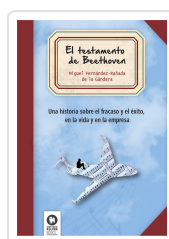


Editorial	KOLIMA BOOKS
Materia	Gestión: liderazgo y motivación
Colección	Directivos y Líderes
EAN	9791388155123
Status	Disponible
Páginas	232
Tamaño	220x140x12 mm.
Peso	350
Precio (Imp. inc.)	22,00€
Fecha de lanzamiento	09/04/2026

## Títulos relacionados



**LA PRIMERA VEZ QUE LA PEGUÉ CON LA IZQUIERDA**  
CON LA IZQUIERDA  
IMANOL IBARRONDO  
7Ps  
Despierta al líder que hay en ti!



**EL TESTAMENTO DE BEETHOVEN**  
FERNÁNDEZ-RAÑADA DE LA GÁNDARA, MIGUEL



**VALENTINA LUNACRISTAL**  
MOLTO, CRIS



**LA PALANCA DEL ÉXITO**  
SÁNCHEZ MARTÍNEZ, JUAN PEDRO