

# ATLETA VINCENTE Strategie e tecniche per diventare campioni nello sport e nella vita

Prezzo: **Regular Price** 24,90 € **Special Price** 23,66 €



Codice	9788820380243
Tipologia	Libri
Data pubblicazione	6 lug 2017
Reparto	Economia, LIBRI
Autore	Binelli Massimo
Editore	Hoepli

## Descrizione

---

Vuoi diventare un Vincente? Vuoi scoprire le formule per esprimere tutte le tue potenzialità e dare il meglio di te in ogni circostanza, nella vita, prima ancora che nello sport? Atleta Vincente, frutto di oltre 35 anni di esperienza dell'autore, spiega con stile semplice ed efficace come applicare giorno dopo giorno le stesse strategie che adottano i campioni per raggiungere i loro traguardi. La prima parte del volume, arricchita da esercizi, schede di lavoro e file audio disponibili online, è dedicata alle tecniche fondamentali dell'allenamento mentale. La seconda è una raccolta di casi reali di eccellenza che ne testimoniano l'efficacia in ogni situazione, dalla preparazione quotidiana alla finale dei Giochi Olimpici. La terza parte, infine, è un invito a metterti in gioco, affrontando un percorso di crescita personale che ti spinga a definire obiettivi e ad agire per ottenere in breve tempo risultati di grande successo.

### Indice testuale

Nota personale del Coach - Istruzioni per l'uso - Pillole di crescita sportiva - Pillole di eccellenza - Pillole di crescita personale - Appendice. Le 48 Regole Vincenti - Allegati.

Rimaniamo a disposizione per qualsiasi ulteriore chiarimento allo 0461.232337 o 0461.980546 oppure via mail a : [servizioclienti@libriprofessionali.it](mailto:servizioclienti@libriprofessionali.it)

www.LibriProfessionali.it è un sito di Scala snc Via Solteri, 74 38121 Trento (Tn) P.Iva 01534230220

