



Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen

Tony Schwartz, Jim Loehr

Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen Tony Schwartz, Jim Loehr

 [Download Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern 1...pdf](#)

 [Online lesen Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen Tony Schwartz, Jim Loehr

318 Seiten

Kurzbeschreibung

Von Weltklassesportlern lernen: Pete Sampras, Monica Seles, Jim Courier und viele andere haben mit der »Disziplin des Erfolgs« ihre größten Siege errungen. Energie-Management ist der neue Schlüssel zum Erfolg. Der Verlag über das Buch

Leben - Leisten - Siegen Klappentext

Hochleistungssportler wissen es längst: Erfolg ist harte Arbeit - aber Pausen sind unbedingt nötig. Die Disziplin des Erfolgs verrät, wie wir immer voll in Form sein können: Stress, gezielte Höchstbelastung einerseits, Erholung, bewusste Entspannung andererseits, und das auf allen Energieebenen: der körperlichen, der emotionalen, der mentalen und der spirituellen, die über uns selbst hinausweist. Erst durch den permanenten Wechsel von An- und Entspannung entsteht jene positive Energie, die wir für dauerhafte Bestleistung benötigen. Nicht auf richtiges Zeit-Management, sondern auf diszipliniertes Energie-Management kommt es an. Diese unschlagbare Kombination aus Sportpsychologie und Managementtraining zeigt, wie wir einfache Rituale in den beruflichen Alltag integrieren und unsere Energiereserven kontinuierlich auftanken können - ein einzigartiger Kraftspender!

Download and Read Online Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen Tony Schwartz, Jim Loehr #H9J2PGVBD6A

Lesen Sie Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr für online ebookDie Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr Bücher online zu lesen. Online Die Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr ebook PDF herunterladenDie Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr DocDie Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr MobipocketDie Disziplin des Erfolges: Von Spitzensportlern lernen - Energie richtig managen von Tony Schwartz, Jim Loehr EPub