

Tags: Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund bok pdf svenska; Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund e-bok apple; Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund MOBI download; Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund ladda ner pdf e-bok; Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund epub books download; Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund las online bok

Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund PDF E-BOK

Helena Ekholm,Stig Wiklund,Sara Olsson



Författare: Helena Ekholm,Stig Wiklund,Sara Olsson

ISBN-10: 9789187391132

Språk: Svenska

Filstorlek: 4399 KB

BESKRIVNING

"Årets sportbok" enligt Sundsvalls tidning 15 december: Året sportbok 2013 handlar inte enbart om bragdmedaljörens vardag och tävling utan ger hans jämtländska träningsmiljö form och färg. Anna och Johan Olsson plus deras litterära vallateam, medförfattare och grafiska designer, är en klass bättre än allt annat. Den tredje mars 2013 stannade Sverige upp när Johan Olsson vann VM-guld i femmil efter en över tre mil lång solokörning, som redan är en svensk idrottsklassiker. I boken Våga välja eget spår kommer läsaren att få följa Johans historiska lopp. Vägen till toppen har varit kantad av sjukdomar och skador för både Anna och Johan. Hur har de gjort för att inte ge upp när framgångarna låtit vänta på sig? Och hur har de gjort för att nå ända fram till guld i både VM och OS? Det mångåriga samarbetet med mentale tränaren Stig Wiklund har varit viktigt för dem båda. Även läsaren får ta del av hur man gör för att växla mellan lägen. Slå på och våga när det gäller. Slå av i andra lägen och slappna av. I berättelsen om Johan och Anna får man också läsa om hur en mästerskapsfamilj egentligen lever. Hur får de ihop sin vardag med karriär och föräldraskap? Ett pussel som de flesta familjer känner igen sig i. Lars-Eric Uneståhl, legitimerad psykolog och fil.dr. i psykologi skriver bokens förord. Han är pionjär inom mental träning och driver Skandinaviska ledarhögskolan i Örebro.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale ...**

Gör en bra affär på Våga välja eget spår: skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund (Inbunden, 2013) Lägst pris just nu 209 kr bland 7 ...

Olsson, Stig • Uddevalla • Västra Götalands län • - tuugo.se

Pris: 26,10 €. inbunden, 2013. Skickas inom 5-7 vardagar. . Beställ boken Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig ...

Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale ...

Compra Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund.
SPEDIZIONE GRATUITA su ordini idonei

Våga välja eget spår : skidåkarna Anna och Johan Olsson och mentale coachen Stig Wiklund

LÄS MER