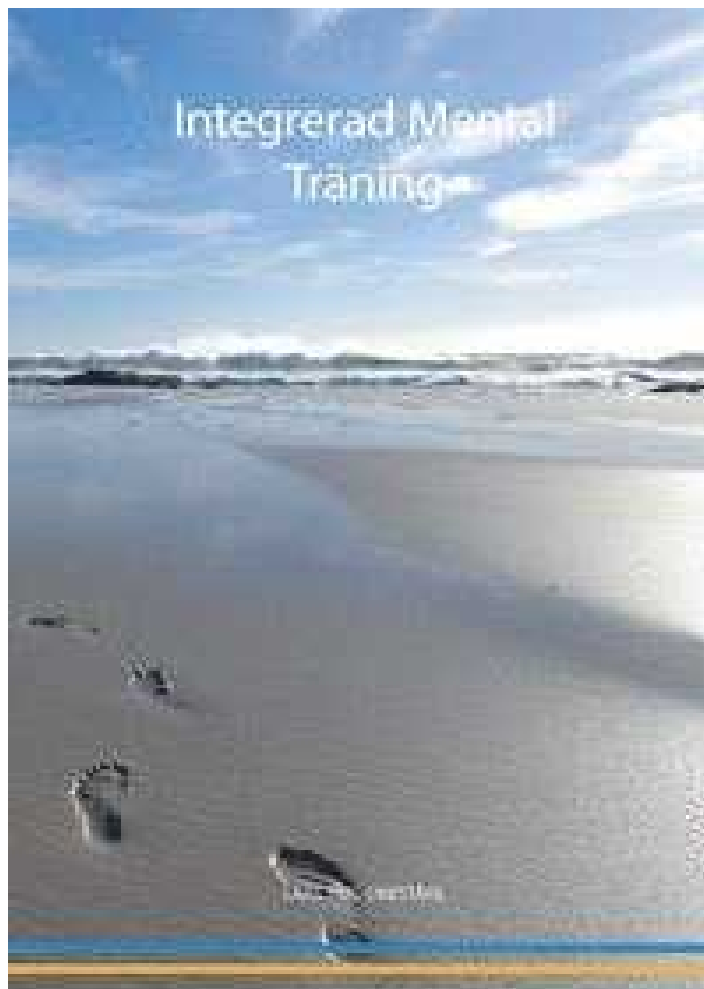


Integrerad mental träning PDF E-BOK

Lars-Eric Uneståhl



Författare: Lars-Eric Uneståhl

ISBN-10: 9789186389703

Språk: Svenska

Filstorlek: 1127 KB

BESKRIVNING

Integrerad mental träning bygger inte på dina tidigare prestationer. Prestationen blir istället ett resultat av dina framtidsbilder. Kropp och sinne, självbilder och målbilder, inläring och utveckling och framtid - allt hör ihop. Nyckeln till framgång blir att integrera den fysiska och mentala träningen. Med denna bok hoppas vi kunna ge dig ett verktyg som hjälper dig att nå denna framgång.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

mental träning för barn och ungdomar | SISU ... - SISU Idrottsböcker

Här söker du efter böcker och andra medier. Du kan också söka efter bibliotek, evenemang och övrig information om Stockholms stadsbibliotek.

Förändras personligheten av Integrerad Mental Träning? En kritisk ...

Förändras personligheten av Integrerad Mental Träning? En kritisk granskning av Uneståhls metod. Jessica Karlsson Annelie Sepa Mikael Sköld

PDF Svensk Idrottsforskning nr 1 * 1999 Integrerad mental tränin g

Integrerad mental träning bygger inte på dina tidigare prestationer. Prestationen blir istället ett resultat av dina framtidsbilder. Kropp och sinne, självbilder ...

LÄS MER