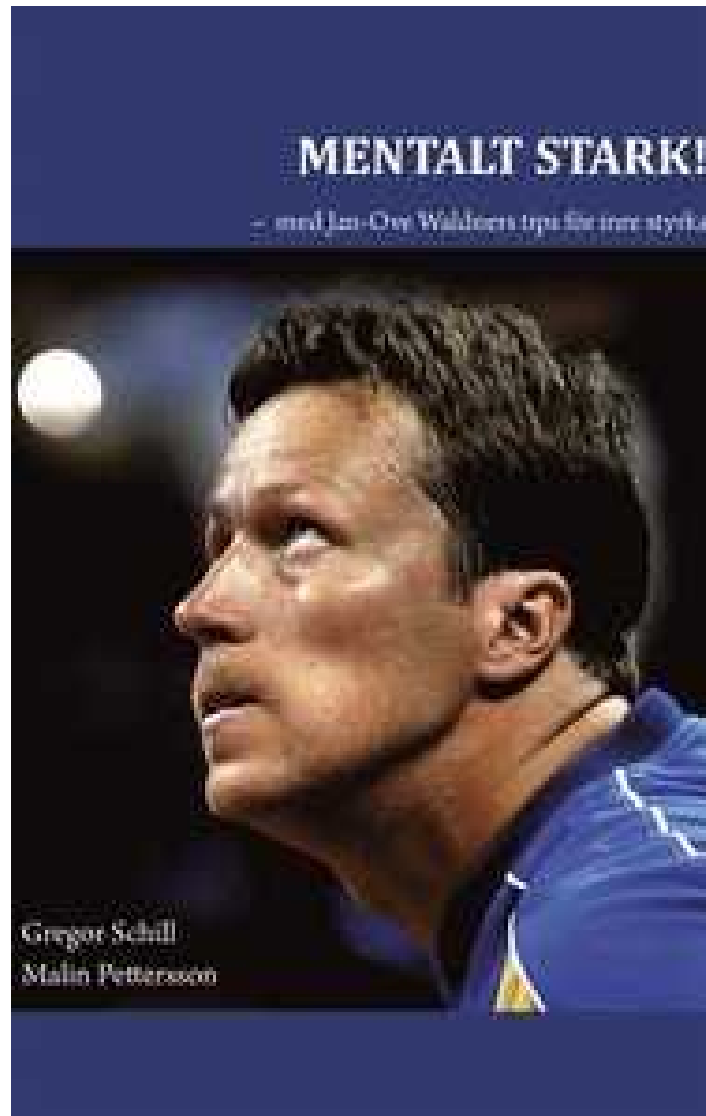


Tags: MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka las online bok; MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka ladda ner pdf e-bok; MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka bok pdf svenska; MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka MOBI download; MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka epub books download; MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka e-bok apple

MENTALT STARK! ? med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka PDF E-BOK

Lars-Eric Uneståhl, Gregor Schill



Författare: Lars-Eric Uneståhl, Gregor Schill

ISBN-10: 9789187481659

Språk: Svenska

Filstorlek: 1625 KB

BESKRIVNING

BORDTENNIS ÄR EN MENTAL SPORT. Alla som spelat en pingismatch vet det. Syftet med denna bok är att ge läsaren teoretiska kunskaper och konkreta verktyg för att bli en vinnare i det mentala spelet. Exempelen är i första hand hämtade från bordtennis, men den mentala träningen är givetvis applicerbar på all idrott och all typ av prestation. Författarna har valt att utgå från en mästares idéer och tankar. Du får här ta del av Jan-Ove Waldners bästa råd när det gäller mental styrka, vilka nyckelfaktorer du bör träna och förslag på hur de kan tränas och användas. Bli bäst när det gäller som mest! Malin Pettersson har efter många års proffsliv tagit en time-out och bosatt sig i Australien. Hon har utbildat sig inom Coaching och Mental Träning och arbetar som pingistränare. Detta ger henne möjlighet att smygträna lite inför en eventuell comeback... Det här är Malins första bok. Hemsida: www.malinpettersson.nu Mail: info@malinpettersson.nu Gregor Schill arbetar som Coach, Mental Tränare och utbildare sedan 2001. Främst mot näringslivet men även mycket inom idrotten. Han har själv varit aktiv i många sporter, däribland bordtennis. Gregor har tidigare skrivit boken "Coaching med Mental Träning - den ideala kombinationen" tillsammans med Lars-Eric Uneståhl. (B4Press 2012) Hemsida: www.schillcoaching.se Mail: gregor@schillcoaching.se

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Hepp! Nu kan du beställa boken om mental... - TTEX table tennis expert ...

Kelkoo hjälper dig hitta de bästa erbjudandena för Blad 4. Jämför pris på Böcker och blad från tusentals webbutiker och se till att du gör en bra affär!

Mentalt stark! med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka | Stockholms ...

Köp MENTALT STARK! - med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka. BORDTENNIS ÄR EN MENTA SPORT. Alla som spelat en pingismatch vet det. Syftet med denna bok är ...

Mentalt stark : med Jan-Ove Waldners tips för inre styrka - Gregor ...

Ny bok - "MENTALT STARK! med Jan-Ove Waldners bästa tips för inre styrka" av Gregor Schill och Malin Pettersson. Finns även på engelska.

MENTALT STARK! ? MED JAN-OVE WALDNER'S TIPS FÖR INRE STYRKA

LÄS MER