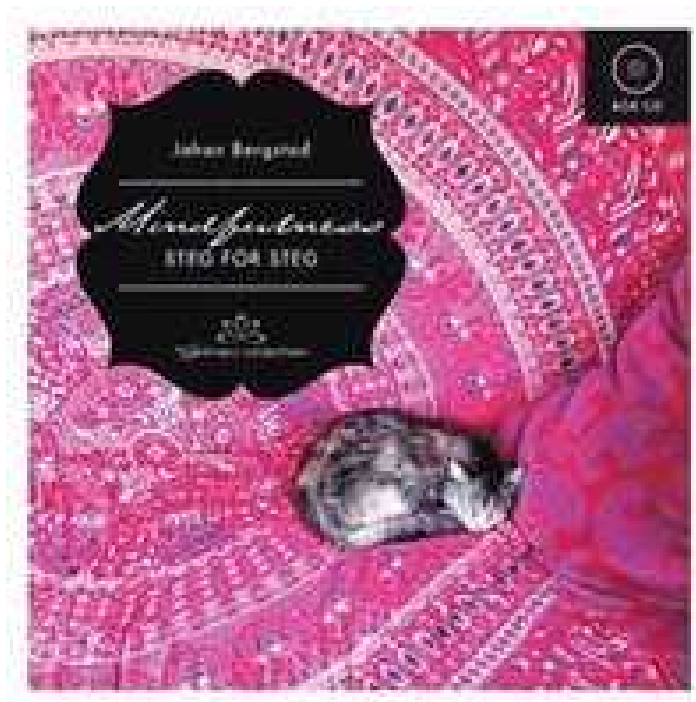


Tags: Mindfulness steg för steg ladda ner pdf e-bok; Mindfulness steg för steg epub books download; Mindfulness steg för steg las online bok; Mindfulness steg för steg bok pdf svenska; Mindfulness steg för steg MOBI download; Mindfulness steg för steg e-bok apple

Mindfulness steg för steg PDF E-BOK

Johan Bergstad



Författare: Johan Bergstad

ISBN-10: 9788791029448

Språk: Svenska

Filstorlek: 1574 KB

BESKRIVNING

Denna ljudbok med booklet i PDF-format ger dig en personlig introduktion till mindfulness - medveten närvaro. Du får effektiva verktyg för att skapa ett liv i uppmärksamhet fritt från värderande och dömande. Med Mindfulness kan du, var du än är, få större fokus och ökad avslappning. Steg för steg introduceras du i ett nytt sätt att vara i världen. Verktygen kan du sedan bära med dig överallt. Bookleten är rikt illustrerad med inspirerande texter och citat.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Mindfulness steg 1. Grundkurs - Mindfulnessgruppen

Product Description. Denna populära bok ger dig en personlig introduktion till mindfulness. Du får effektiva verktyg för att skapa ett mer uppmärksamt liv.

Påbygggnadsutbildningar - För dig som är Steg 1 instruktör ...

Mindfulness steg för stegDenna bok och cd-skiva ger dig en personlig introduktion tillmindfulness medveten närvaro. Du får viktiga verktyg för att skapa ett liv i ...

Mindfulness steg för steg - JohanBergstad | Föreläsare och författare

Denna ljudbok med booklet i PDF-format ger dig en personlig introduktion till mindfulness - medveten närvaro. Du får effektiva verktyg för att skapa ett liv i ...

LÄS MER