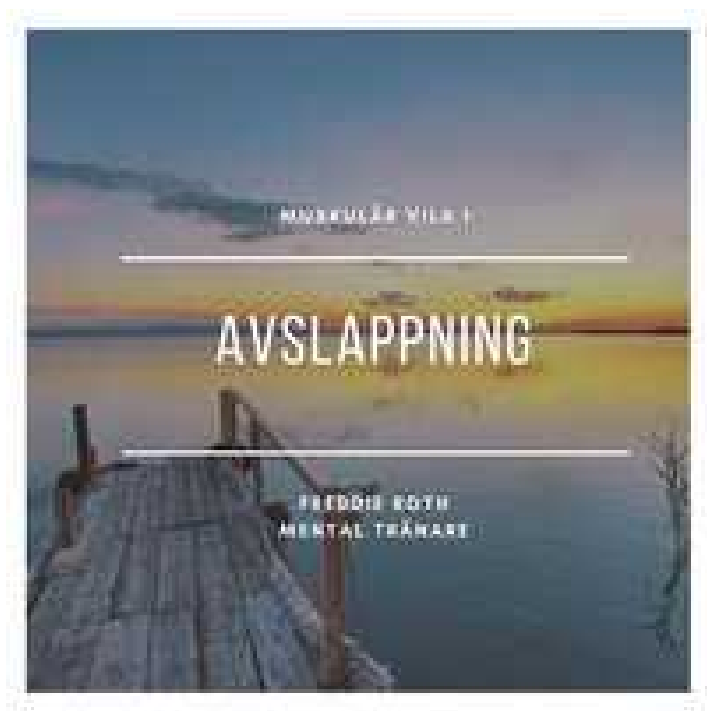


Tags: Muskulär vila 1 avslappning las online bok; Muskulär vila 1 avslappning epub books download; Muskulär vila 1 avslappning bok pdf svenska; Muskulär vila 1 avslappning MOBI download; Muskulär vila 1 avslappning e-bok apple; Muskulär vila 1 avslappning ladda ner pdf e-bok

Muskulär vila 1 avslappning PDF E-BOK

Freddie Roth



Författare: Freddie Roth
ISBN-10: 9789188739308
Språk: Svenska
Filstorlek: 3179 KB

BESKRIVNING

Detta är starten och första träningsprogrammet i den mentala träningens fantastiska värld! Att bli medveten om sina spänningar och få veta exakt hur skillnaden känns att vara spänd och hur det känns att vara totalt avslappnad. Kroppslig avslappning är inkörsporten till en större kontroll av den omedvetna delen av dig själv. Spänningarna är inte mindre för att de är omedvetna - snarare tvärtom. Det är de omedvetna spänningarna i som är svårast att komma åt och håller i sig längst - de som tömmer vårt energiförråd. Detta program är det första i serien och kan med fördel användas under 14 dagar innan du går vidare med nästa program Muskulär vila 2. Freddie Roth är Internationellt certifierad NLP Practitioner och arbetar med Mental träning och coaching dagligen. Han är fd elit idrottsman som valt att utbilda sig inom personlig utveckling. Hans intresse för mental träning grundar sig i hans egen fotbollskarriär.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

avslappning | Adlibris

Köp Muskulär vila 1 avslappning. Detta är starten och första träningsprogrammet i den mentala träningens fantastiska värld! Att bli medveten om sina ...

Vi testar appar för avslappning - Kommunalarbetaren

Muskulär vila 1 avslappning. ... program är det första i serien och kan med fördel användas under 14 dagar innan du går vidare med nästa program Muskulär vila 2.

Muskulär vila 1 avslappning - Freddie Roth - Äänikirja - Elisa Kirja

Ladda ner Muskulär vila 1 avslappning som Ljudbok till din mobil 100% gratis i 14 dagar!

Muskulär vila 1 avslappning

LÄS MER