

Tags: Elogio della fatica. Vincere, senza segreti libro pdf download, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti scaricare gratis, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti epub italiano, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti torrent, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti leggere online gratis PDF

Elogio della fatica. Vincere, senza segreti PDF

Matteo Rampin



Questo è solo un estratto dal libro di Elogio della fatica. Vincere, senza segreti. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Matteo Rampin
ISBN-10: 9788868330941
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2525 KB

DESCRIZIONE

Dieci atleti, dieci campioni di altrettante discipline sportive, dieci variazioni sul tema universale della fatica. L'elogio di un valore oggi ritenuto "controcorrente", in un'epoca che pretende di vivere senza sforzo, che esalta il comfort a ogni costo ma che di fatto promuove la pigrizia, fisica oltre che emotiva e mentale. Lo sport, al contrario, rappresenta fin dall'antichità classica il paradigma dell'equilibrio tra mente e corpo, un modello di disciplina interiore che insegna a fare i conti con la fatica - in allenamento, in gara, nella vita. Queste pagine, nate dalla collaborazione tra dieci stelle dello sport e uno psicoterapeuta, mostrano come la mera potenza fisica non sia affatto garanzia di vittoria: ottenere un successo è sempre una "questione di testa", in termini di concentrazione, motivazione, strategia. Questo è vero per le discipline dove la prestazione atletica diventa gesto estetico, come la ginnastica artistica, o assume perfino un valore rituale, come nelle arti marziali, ma soprattutto per sport fisicamente massacranti marcia, rugby, canottaggio, per citarne solo alcuni. In tutti i casi, la mente sostiene il corpo e lo spinge oltre i suoi stessi limiti. Così la fatica smette di essere un ostacolo e si traduce di per sé in un valore: solo il sudore, la determinazione, la tenacia portano alle grandi conquiste.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

elogio della fatica. vincere, senza segreti 9788868330941 matteo rampin libro. eur 12,00 +eur 19,90 spedizione; mamma, che fatica!? come vivere la maternit  senza ...

La fatica e la paura di fallire sono una ... (Scuola di Palo Alto, 2011); Andare avanti guardando indietro (2011), Elogio della fatica. Vincere, senza segreti ...

Elogio della fatica. Vincere, senza segreti   un libro di Matteo Rampin pubblicato da Ponte alle Grazie nella collana Saggi: acquista su IBS a 10.20 !

ELOGIO DELLA FATICA. VINCERE, SENZA SEGRETI

[Leggi di più ...](#)