

PERDER TAMBIEN ES DE CAMPEONES. LO QUE LAS DERROTAS PUEDEN ENSEÑARTE



COS, LORENA

SINOPSIS

La penicilina o el marcapasos (¡e incluso la Coca-Cola!) son grandes ejemplos de errores que pasaron a la historia. Nos equivocamos más veces de las que acertamos, entonces ¿por qué nos preparamos más para ganar que para perder?

Vivimos rodeados de historias de triunfos espectaculares que casi siempre omiten lo que cuesta alcanzarlos: derrotas, esfuerzo, incertidumbre y soledad. Buscamos atajos y fórmulas infalibles que nos lleven directos a la cima, sin tropiezos ni dudas. Pero eso solo pasa en las películas. Este libro no te promete victorias fáciles, sino la fuerza para convertir cada error en una lección poderosa, cada derrota en un impulso silencioso y cada caída en energía para levantarte con más firmeza.

Como experta en psicología deportiva, y tras haber estado al lado de quienes rinden bajo presión, Lorena Cos ha sido testigo de lágrimas, de rabia y de frustración cuando las cosas no salen. Pero también de cómo esas emociones pueden transformarse en fuerza, un mensaje universal que va más allá del deporte. Por eso busca ayudarte a mirar las derrotas con amabilidad, a reconocer que caer es parte esencial de levantarse y a descubrir todo lo que puedes ganar cuando eliges seguir adelante. Con claridad y honestidad, hablándote de tú a tú, estas páginas son una invitación para que puedas crecer por encima de los resultados. Ponte las gafas de buceo y sumérgete en un viaje que cambiará por completo tu relación con las derrotas...



Editorial	PLATAFORMA
Materia	DEPORTES Y RECREACION AL AIRE LIBRE
Colección	PLATAFORMA
EAN	9791387813611
Status	Disponible
Páginas	280
Tamaño	220x140x17 mm.
Peso	389
Precio (Imp. inc.)	20,00€
Fecha de lanzamiento	19/01/2026

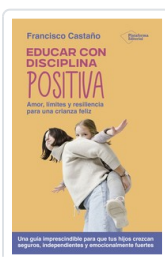
Títulos relacionados



VIDA SECRETA DE LOS INSECTOS, LA
OTERO, JOSE CARLOS



VIDA SECRETA DE LAS ARÁÑAS, LA
OTERO, JOSE CARLOS



EDUCAR CON DISCIPLINA POSITIVA. AMOR, LIMITES Y RESILIENCIA
CASTAÑO, FRANCISCO



REPROGRAMANDOTE. CAMBIA EL CHIP PARA SER QUIEN REALMENTE ER
ALDANA, ANITA