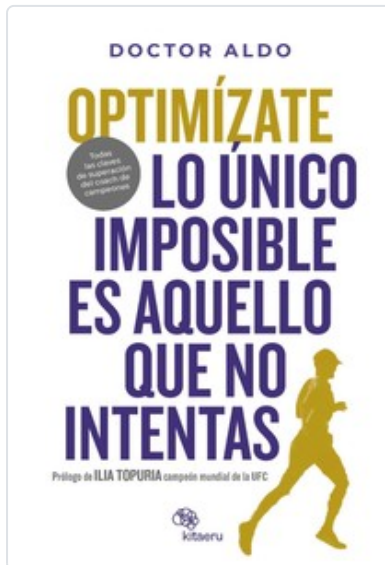


OPTIMIZATE. LO UNICO IMPOSIBLE ES AQUELLO QUE NO INTENTAS



DOCTOR ALDO

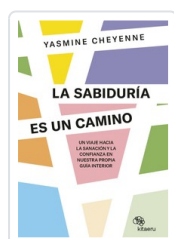
SINOPSIS

'Los conocimientos que tiene Aldo podrían cambiar de forma positiva la vida de cualquier ser humano'. Ilia TopuriaOptimízate nos enseña que cualquiera de nosotros es capaz, con las recomendaciones y pautas de Doctor Aldo, de hallar la motivación necesaria para transformar nuestro estilo de vida e, incluso, mejorar nuestra capacidad de enfoque para superar adversidades, alcanzar metas, perseguir sueños y conseguir nuestro máximo potencial.'Somos el resultado de nuestras decisiones'. -Doctor AldoDoctor Aldo, preparador físico de estrellas del deporte como el campeón del mundo de la UFC Ilia Topuria, el olímpico José Quiles o la leyenda del fútbol Raúl Albiol, entre otros grandes deportistas de élite, comparte con un tono cercano y directo su propia historia de superación personal y el camino hacia su verdadera vocación. Nos ofrece claves y consejos sobre cómo, incluso en los momentos más difíciles, siempre tenemos la oportunidad de intervenir y promover un cambio positivo. Doctor Aldo también comparte con nosotros historias y relatos de superación de personas que ha conocido a lo largo de su vida, desde deportistas de élite hasta hermosos ejemplos de personas anónimas que, ante diversas adversidades, supieron crecer para mejorar y ahora nos transmiten valiosas lecciones que puedes hacer tuyas y aplicar en tu propia vida.¿Quién es Doctor Aldo? 2xDoctor Ciencias del Deporte 2xMáster Alto Rendimiento Licenciado en Ciencias del Deporte y Psicopedagogía ...

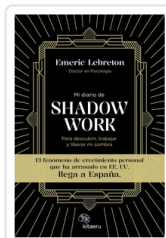


Editorial	KITAERU
Materia	AFIRMACION PERSONAL, MOTIVACION Y AUTOESTIMA
Colección	KITAERU
EAN	9788410428010
Status	Disponible
Páginas	232
Tamaño	155x230x14 mm.
Peso	367
Precio (Imp. inc.)	18,95€
Fecha de lanzamiento	06/11/2024

Títulos relacionados



SABIDURÍA ES UN CAMINO. UN VIAJE HACIA LA SANACION Y LA CON
CHEYENNE, YASMINE



MI DIARIO DE SHADOW WORK PARA DESCUBRIR, TRABAJAR Y LIBERAR
LEBRETON, EMERIC



YO, MÍ, ME, CONMIGO. CONEXION EN UN MUNDO QUE SE DESCONECTA
SERRANO ROSA, ISABEL