

# La preparazione mentale del giovane atleta. Pensare, allenarsi e vincere come i grandi campioni



Jim Afremow

## La preparazione mentale del giovane atleta. Pensare, allenarsi e vincere come i grandi campioni Scarica PDF

Lo psicologo dello sport Jim Afremow si è guadagnato la stima e la fiducia di atleti professionisti e olimpionici grazie al suo approccio all'allenamento che coinvolge la mente, il corpo e lo spirito.



Leggere il libro online, Scarica PDF (ePub, fb2, mobi) Libro La preparazione mentale del giovane atleta. Pensare, allenarsi e vincere come i grandi campioni Jim Afremow.