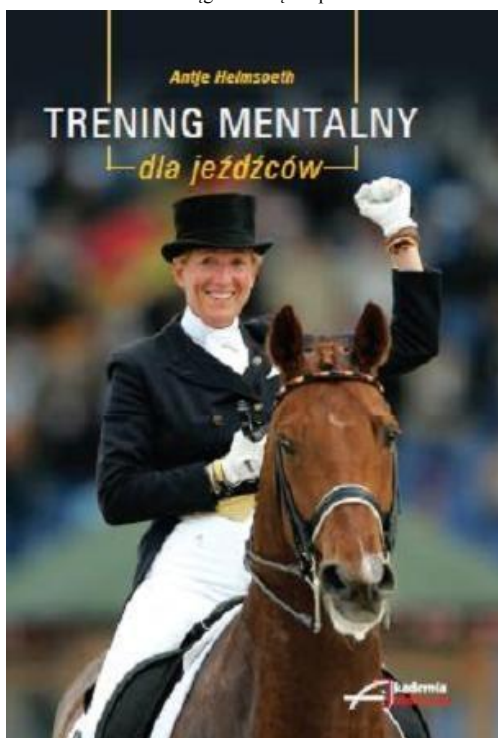


Trening mentalny dla jeźdźców

Ściąganie książek pdf



Antje Heimsoeth

Trening mentalny dla jeźdźców Antje Heimsoeth pobierz PDF Jak często przed konkursem których zaliczyłaś już dziesiątki trema powoduje, że czujesz się jakby to był pierwszy przejazd. Książka ta z pewnością pomoże zniwelować zdenerwowanie, które automatycznie odczuwa także Twój koń. Oto niektóre zagadnienia poruszane w książce: "Jakie są cele treningu mentalnego w jeździectwie", "Dlaczego trening mentalny przynosi efekty", "Na co wpływają myśli", "Kontakt między jeźdźcą a trenerem", "Wewnętrzne nastawienie", "Cykl treningu mentalnego w sporcie", "Wizualizacja".

Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.