

Adelgaza para siempre De forma fácil saludable y definitiva Spanish Edition



BOOK DETAILS

- Author : Ángela Quintas
- Pages : 297 Pages
- Publisher : Editorial Planeta
- Language : Spanish
- ISBN :



BOOK SYNOPSIS

El mayor experto mundial en rendimiento y desarrollo de habilidades, Anders Ericsson, nos enseña los secretos para conseguir ser el mejor en lo que nos proponamos. «Este libro es el guía que nos mostrará el camino hasta la cumbre. Lo lejos que queramos llegar es una decisión personal.» Anders Ericsson ¿Por qué hay algunas personas que son increíblemente buenas en lo que hacen? En el deporte, la música, la ciencia o los negocios siempre ha habido figuras excepcionales. «Tiene un auténtico don», decimos asombrados. Pero ¿existe realmente el talento innato? Anders Ericsson ha descubierto ese don en atletas, músicos, médicos o ajedrecistas entre otros, pero también asegura que en realidad todos nacemos con algún don y que tenemos la capacidad de crear habilidades, mediante el entrenamiento y la práctica, gracias a la increíble adaptabilidad del cerebro y del cuerpo humanos. También nos asegura que los principios de la práctica deliberada que aplican los «números uno» de las más variadas disciplinas ofrecen también excelentes resultados a todas aquellas personas o empresas que desean mejorar. ¿Queremos mejorar en tenis? ¿Nuestra escritura? ¿Las dotes de vendedor? Necesitamos práctica deliberada, y he aquí una buena forma de concebirla: Imaginemos que queremos subir una montaña. Podemos simplemente tomar un camino que parezca prometedor, aunque probablemente no lleguemos muy lejos, o confiar en un guía que conoce el mejor camino y alcanzar la cima de forma mucho más eficiente y efectiva. Esta forma mejor es la práctica deliberada y este libro es el guía que nos mostrará el camino hasta la cumbre. Luego, cada uno decide hasta dónde quiere llegar. El talento innato es un mito y todos podemos ser números uno gracias a nuestro potencial y a la práctica deliberada, un principio revolucionario para mejorar las habilidades y alcanzar la excelencia. Reseñas: «Quien siga al pie de la letra las lecciones de este libro, podrá cambiar el mundo.» Joshua Foer, autor de Los desafíos de la memoria «La ciencia de la excelencia se divide en dos eras: el antes y el después de Ericsson.» Dan Coyle, autor de Las claves del talento «Un excelente destilado del valioso trabajo de toda una vida.» Stephen J. Dubner, coautor de Freakonomics y SuperFreakonomics

ADELGAZA PARA SIEMPRE DE FORMA FÁCIL SALUDABLE Y DEFINITIVA

SPANISH EDITION - Are you looking for Ebook Adelgaza Para Siempre De Forma Fácil Saludable Y Definitiva Spanish Edition ? You will be glad to know that right now Adelgaza Para Siempre De Forma Fácil Saludable Y Definitiva Spanish Edition is available on our online library. With our online resources, you can find Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Adelgaza Para Siempre De Forma Fácil Saludable Y Definitiva Spanish Edition may not make exciting reading, but Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Adelgaza Para Siempre De Forma Fácil Saludable Y Definitiva Spanish Edition and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Adelgaza Para Siempre De Forma Fácil Saludable Y Definitiva Spanish Edition . To get started finding Adelgaza Para Siempre De Forma Fácil Saludable Y Definitiva Spanish Edition , you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.