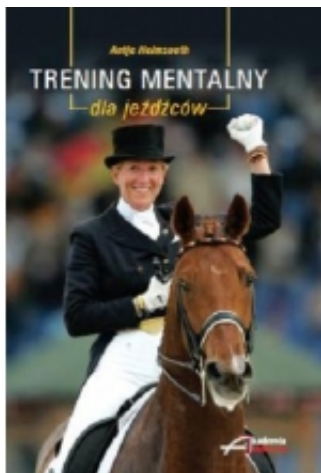


Link do produktu: <https://www.sprzetjezdziecki.com/trening-mentalny-dla-jezdcow-p-12053.html>



Trening mentalny dla jeźdźców

Cena

69,00 zł

Producent

AKADEMIA JEŹDZIECKA

Opis produktu

Trening mentalny dla jeźdźców

Jak często przed konkursem których zaliczyłeś 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"

- Autor: Antje Heimsoeth
- Wydawca: Akademia Jeździecka
- Okładka: twarda
- Liczba stron: 200
- Zdjęcia: kolorowe