

MENTALIDAD DE GLADIADOR



JUAN MIGUEL BERNAT ESCUDERO

SYNOPSIS

GANAR LA BATALLA INTERNA PARA PODER AFRONTAR LA EXTERNA

«Cuando la fatalidad te golpee, no desees que pare de hacerlo, eso no depende de ti. Desea desarrollar la fortaleza física y mental suficiente para enfrentarla y tratar de vencerla: eso sí depende de ti». Con estas palabras comienza una de las tareas de entrenamiento con las que Lasio, el propietario de la escuela de gladiadores de Tarraco, tratará de desarrollar la fortaleza mental de Marcos, un gladiador que ha olvidado su potencial y que, tras saborear las mieles del éxito y sufrir un grave percance, ahora tiene miedo de volver a competir.

En esta innovadora y sorprendente novela, Juan Miguel Bernat nos adentra en el mundo de los gladiadores. Seremos testigos de cómo, a través de cinco semanas de intensos entrenamientos, el protagonista va modificando su mentalidad hasta alcanzar las quince máximas que guiarán sus conductas y actitudes frente a la vida. Sentir que eres capaz de ganar aun cuando no todo es perfecto, aunque te golpeen, hieran y tus ataques no est...

AUTHOR/S

Juan Miguel Bernat (Valencia, 1978) es Psicólogo e Ingeniero de Caminos, Canales y Puertos. Master en Gestión de la Calidad y el Medio Ambiente y Master en Gestión Portuaria e Intermodalidad.

Tras 11 años desempeñando puestos de responsabilidad en el sector logístico-portuario, decidió dar un giro a su carrera para dedicarse a su pasión: la psicología enfocada al alto rendimiento.

Ha ejercido durante más de 7 temporadas como psicólogo del primer equipo masculino del Levante U.D., dónde, además, ha dirigido el departamento de psicología para el alto rendimiento.

Es fundador de la empresa de psicología para el alto rendimiento: NEW LEVEL, desde la que lleva 11 años ayudando a cientos de deportistas de élite a desarrollar una personalidad resistente. Su misión actual es la de abrir, al gran público, los métodos utilizados por estos deportistas para entrenar su mente.

Además de la novela "Mentalidad de Gladiador", es autor de la primera novela, del mercado, sobre fútbol y psicología: "Jugador nº30: Cómo ...



Editorial EDITORIAL BRIEF

Subject CRECIMIENTO
PERSONAL

EAN 9788418641480

Status Disponible

Binding Tapa blanda

Pages 186

Size 210x150x10 mm.

Weight 150

Price (Tax inc.) 15,50€

Release date 09/08/2024