

克服惰性



[克服惰性_下载链接1](#)

著者: (德) 特佩魏因

出版者:

出版时间:2010-4

装帧:

isbn:9787506037686

通过阅读《克服惰性:七步完成超越体育的精神训练》，首先您将学会把精神训练同体

育运动紧密联系在一起，之后还可以把这些规则运用到生活中的各个领域。只要您多加练习，经常进行自我测试，那么，您完全有能力做好所有工作！

作者介绍:

目录:

[克服惰性_下载链接1_](#)

标签

克服惰性

自我修炼

懒惰

随便看看

自我管理

已购

千术题材

初级

评论

想搞体育运动但坚持不下来的人可以了解下，个人认为不值得买

[克服惰性 下载链接1](#)

书评

[克服惰性 下载链接1](#)