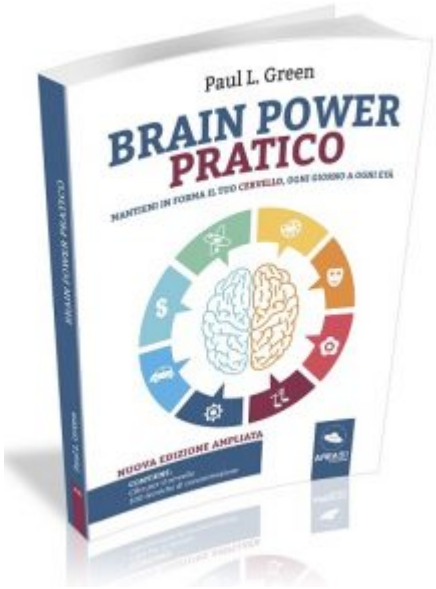

Una guida pratica ed essenziale per conoscere e usare il potere della mente per migliorare apprendimento, memoria, studio, lettura, conoscenza, concentrazione e pensiero creativo.
Questo libro è veramente per tutti ed è soprattutto per chi sul benessere, sulla salute, sull'allenamento e sul potenziamento cerebrale non sa assolutamente nulla. Mira a introdurre una serie di strategie e tecniche finalizzate sia a garantire il benessere del cervello sia ad allenarlo e potenziarlo.
DATI BIBLIOGRAFICI
Autore: Paul L. Green
Editore: Ledizioni
Pubblicato in: 2019
Collana: Crescita personale
Formato: brossura, 323 p.
ISBN cartaceo: 9788867059508
Prezzo: 14.90€