

Keywords: Elogio della fatica. Vincere, senza segreti libro pdf download, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti scaricare gratis, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti epub italiano, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti torrent, Elogio della fatica. Vincere, senza segreti leggere online gratis PDF

## Elogio della fatica. Vincere, senza segreti PDF

Matteo Rampin



*Questo è solo un estratto dal libro di Elogio della fatica. Vincere, senza segreti. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Matteo Rampin  
ISBN-10: 9788868330941  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 1086 KB

## DESCRIZIONE

Dieci atleti, dieci campioni di altrettante discipline sportive, dieci variazioni sul tema universale della fatica. L'elogio di un valore oggi ritenuto "controcorrente", in un'epoca che pretende di vivere senza sforzo, che esalta il comfort a ogni costo ma che di fatto promuove la pigrizia, fisica oltre che emotiva e mentale. Lo sport, al contrario, rappresenta fin dall'antichità classica il paradigma dell'equilibrio tra mente e corpo, un modello di disciplina interiore che insegna a fare i conti con la fatica - in allenamento, in gara, nella vita. Queste pagine, nate dalla collaborazione tra dieci stelle dello sport e uno psicoterapeuta, mostrano come la mera potenza fisica non sia affatto garanzia di vittoria: ottenere un successo è sempre una "questione di testa", in termini di concentrazione, motivazione, strategia. Questo è vero per le discipline dove la prestazione atletica diventa gesto estetico, come la ginnastica artistica, o assume perfino un valore rituale, come nelle arti marziali, ma soprattutto per sport fisicamente massacranti marcia, rugby, canottaggio, per citarne solo alcuni. In tutti i casi, la mente sostiene il corpo e lo spinge oltre i suoi stessi limiti. Così la fatica smette di essere un ostacolo e si traduce di per sé in un valore: solo il sudore, la determinazione, la tenacia portano alle grandi conquiste.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Elogio della fatica. Vincere, senza segreti è un libro di Matteo Rampin pubblicato da Ponte alle Grazie nella collana Saggi: acquista su IBS a 10.20€!

Vincere, senza segreti! Dieci atleti, dieci campioni di altrettante discipline sportive, dieci variazioni sul tema universale della fatica. L'elogio di un valore ...

Rampin, M. (2014). Elogio della fatica. Vincere senza segreti. Firenze: Casa editrice Ponte alle Grazie. Categorie. Tipo di contenuto: Attualit ...

**ELOGIO DELLA FATICA. VINCERE, SENZA SEGRETI**

[Leggi di più ...](#)