

## MININAWYKI Małymi krokami do sukcesu



Cena: 25,94 PLN

### Opis słownikowy

Autor	Guise Stephen
ISBN	978-83-283-0115-3
Rok wydania	2015
Wydawca	Helion

### Tabela cech produktu

Okładka	broszurowa
Liczba stron	136
Format	14.0x20.8cm
EAN	9788328301153

### Opis produktu

#### Spis treści:

Mechanizm funkcjonowania mózgu  
Streszczenie założeń strategii mininawyków  
Siła woli a motywacja  
Siła woli a mininawyki  
Mininawyki a strefa komfortu  
Mininawyki a sytuacje oporu  
Mininawyki jako konkurencja dla obecnych przyzwyczajeń  
Zwycięski zespół – drobne kroki i siła woli  
Osiem zasad strategii mininawyków

Wprowadzaj w życie zdrowe nawyki!