

Riesch

Abgefahren

Das Ziel im Visier

Maria Riesch gilt als die Hoffnung des Deutschen Skiverbandes und als Ausnahmeerscheinung im Skisport. Mit Disziplin und Durchhaltevermögen gelang es ihr, trotz dreier Verletzungspausen, sich immer wieder neu an die Spitze zu kämpfen. In ihrem Buch 'Abgefahren' gewährt das Steh-auf-Mädchen jetzt erstmals Einblicke in ihr Seelen- und Trainingsleben. Wie motiviert man sich, nach Verletzungen und Rückschlägen? Wie meistert man Krisen? Was genau ist das Geheimnis ihres Erfolges? Ob Freizeitsportler oder Profi, in dem reich bebilderten Buch, gespickt mit lustigen Anekdoten aus ihrer Karriere und Kindheit, kann jeder aus Marias persönlicher Erfolgsgeschichte lernen. Und: Zu ihrem Trainingsprogramm bekommt der Leser auch noch leicht umsetzbare Motivations- und Fahrtrips mit auf die Piste.



9,95 €

9,30 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783936994735

Medium: Buch

ISBN: 978-3-936994-73-5

Verlag: Riva

Erscheinungstermin: 15.01.2008

Sprache(n): Deutsch

Auflage: Erscheinungsjahr 2008

Produktform: Gebunden

Gewicht: 690 g

Seiten: 150

Format (B x H): 192 x 226 mm

