

Bessermacher-Journal

Der 52-Wochen-Begleiter für Deine Bestleistung

Die eigenen Werte erkennen und leben - in nur 10 Minuten pro Woche!

- 52 Inspirationen, Übungen und Impulse für den Weg zum besten Selbst
- Zur praktischen Umsetzung im Alltag im übersichtlichen Wochenformat
- Mit viel Platz für persönliche Notizen und Gedanken

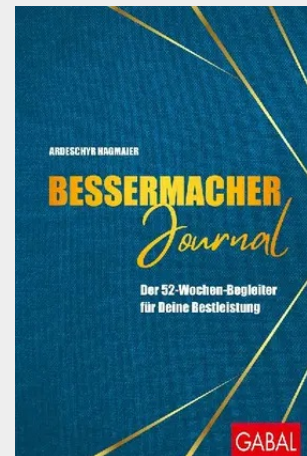
Du hast schon etliche Ratgeber gelesen, aber es hakt immer an der Umsetzung? Das Bessermacher-Journal bringt dich endlich in Bewegung und hilft dir, Woche für Woche deine Ziele zu erreichen.

In seinem Buch zeigt dir Ardeschyr Hagmaier, wie du vom Problemsucher zum Lösungsfinder wirst – und zwar mit einfachen Inspirationen. Ob Zielsetzung, Lebensplanung oder das Erkennen deiner Werte: Hier findest du alles, was du brauchst, um wirklich voranzukommen.

Das Konzept ist simpel und effektiv: 52 Inspirationen als Jahres-Trainingsprogramm. Jede Woche nimmst du dir einen Tipp vor, setzt eine Challenge oder Übung in die Tat um und bringst somit frischen Wind in dein Leben. Du reflektierst und beantwortest Fragen und kommst rasch ins Handeln und in die Umsetzung, um deinem besten Selbst einen Schritt näher zu kommen.

Mit Illustrationen von Timo Wuerz.

Die eigenen Werte erkennen und leben - in nur 10 Minuten pro Woche! - 52 Inspirationen, Übungen und Impulse für den Weg zum besten Selbst - Zur praktischen Umsetzung im Alltag im übersichtlichen Wochenformat - Mit viel Platz für persönliche Notizen und Gedanken Du hast schon etliche Ratgeber gelesen, aber es hakt immer an der Umsetzung? Das Bessermacher-Journal bringt dich endlich in Bewegung und hilft dir, Woche für Woche deine Ziele zu erreichen. In seinem Buch zeigt dir Ardeschyr Hagmaier, wie du vom Problemsucher zum Lösungsfinder wirst - und zwar mit einfachen Inspirationen. Ob Zielsetzung, Lebensplanung oder das Erkennen deiner Werte: Hier findest du alles, was du brauchst, um wirklich voranzukommen. Das Konzept ist simpel und effektiv: 52 Inspirationen als Jahres-Trainingsprogramm. Jede Woche nimmst du dir einen Tipp vor, setzt eine Challenge oder Übung in die Tat um und bringst somit frischen Wind in dein Leben. Du reflektierst und beantwortest Fragen und kommst rasch ins Handeln und in die Umsetzung, um deinem besten Selbst einen Schritt näher zu kommen. Mit Illustrationen von Timo Wuerz.



22,00 €
20,56 € (zzgl. MwSt.)

sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3
Werktage

Artikelnummer: 9783967392296
Medium: Buch
ISBN: 978-3-96739-229-6
Verlag: GABAL Verlag GmbH
Erscheinungstermin: 06.02.2025
Sprache(n): Deutsch
Auflage: 1. Auflage 2025
Serie: Dein Leben
Produktform: Kartoniert
Gewicht: 379 g
Seiten: 240
Format (B x H): 148 x 225 mm

