

Tags: Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv e-bok apple; Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv ladda ner pdf e-bok; Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv epub books download; Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv bok pdf svenska; Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv las online bok; Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv MOBI download

Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv PDF E-BOK

Erik Bertrand Larssen



Författare: Erik Bertrand Larssen

ISBN-10: 9789137144962

Språk: Svenska

Filstorlek: 4976 KB

BESKRIVNING

Välkommen till Helvetesveckan! Erik Bertrand Larssens helvetesvecka börjar när du stiger upp klockan 05.00 på måndag morgon. Den slutar klockan 22.00 på söndag kväll, när du går och lägger dig. Mellan de två klockslagen ska du ersätta ditt gamla jag med en bättre och mer medveten version av dig själv. Vi vet ju så väl vad vi bör göra för att vi ska må bättre, prestera bättre, trivas bättre. Men vi gör det inte. Men om du genomför en helvetesvecka kommer du att märka att det inte alls är så svårt att förändra saker i vardagen. Du ska äta nyttigt. Du ska träna varje dag. Du ska vila effektivt. Du ska lyssna på människorna runt omkring dig. Du ska arbeta koncentrerat. Du ska gå upp tidigt. Du ska lägga dig tidigt. Du ska vara grundlig i allt du företar dig. Du ska sålla bort det oväsentliga. Du ska prioritera rätt. Du ska vara en god medmänniska. Du ska ge. Du ska vara positiv och glad. Du ska vara framåt, offensiv, proaktiv och handlingskraftig. Du ska vara den bästa versionen av dig själv under en vecka. Bara en vecka. Är det lång tid eller kort? Om du lever tills du är 80 år kommer du att ha levt sammanlagt 4 160 veckor. Kanske blir den här veckan den viktigaste i ditt liv? Översättare: Marianne Mattsson

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv - Erik Bertrand Larssen ...**

7 dagar - 7 Kg. Denna gurkdieten kommer förändra ditt liv!

Larssen erik bertrand - helvetesveckan - 7 dagar som förändrar ditt liv ...

Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv.pdf --- Lena Skogholm --- 9789137142982 pris just nu 168 kr bland 4 st butiker. Varje månad hjälper vi över.

Helvetesveckan : 7 dagar som förändrar ditt liv - Böcker - CDON.COM

7 Shopping Cart. Eteriska oljor ... att gå till jobbet varje dag och om du inte längre behövde ... din framtid och bygga upp en verksamhet som förändrar ditt liv ...

HELVETESVECKAN : 7 DAGAR SOM FÖRÄNDRAR DITT LIV

LÄS MER