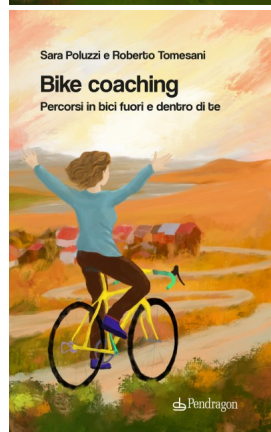


Bike coaching



Percorsi in bici fuori e dentro di te

Valutazione: Nessuna valutazione

Prezzo

15,00 €

[Fai una domanda su questo prodotto](#)

Autore [Roberto Tomesani](#)

Descrizione

Uscire di casa in bici può essere un atto rivoluzionario, l'inizio di una trasformazione profonda, un viaggio verso la scoperta della tua strada, un modo per attivare un ascolto delle emozioni che porta a una scelta più chiara della tua direzione. Che tu sia un principiante o un ciclista esperto, Bike coaching ti darà gli strumenti necessari a raggiungere i tuoi obiettivi, a migliorare la tua prestazione o semplicemente a goderti di più i percorsi aiutato da una maggiore consapevolezza, catalizzando attraverso la bici un cambiamento che desideri anche in altri ambiti della tua vita. Ciascun capitolo affronta un tema pratico (salita, ritmo, viaggio...), lo approfondisce con la lente del coaching per poi proporre, grazie a un esperto cicloviatore e fotografo, un itinerario completo di traccia gpx. Ora non ti resta che provare!