

OBSAH

POJĎ! SOUSTŘEĎ SE!.....	5
OSVĚDČENÉ ZPŮSOBY BUDOVÁNÍ SEBEDŮVĚRY	21
NEJLEPŠÍ ZPŮSOBY JAK ZÍSKAT EMOČNÍ KONTROLU	41
STANOVENÍ CÍLE – ZAMIŘTE A PALTE!	64
PŘIPRAVIT, ZAMIŘIT A PAL!	73
NEJLEPŠÍ ZPŮSOBY K MOTIVACI	76
TRENÉRSKÝ MOTIVAČNÍ DOTAZNÍK (1)	105
TRENÉRSKÝ MOTIVAČNÍ DOTAZNÍK (2)	108

