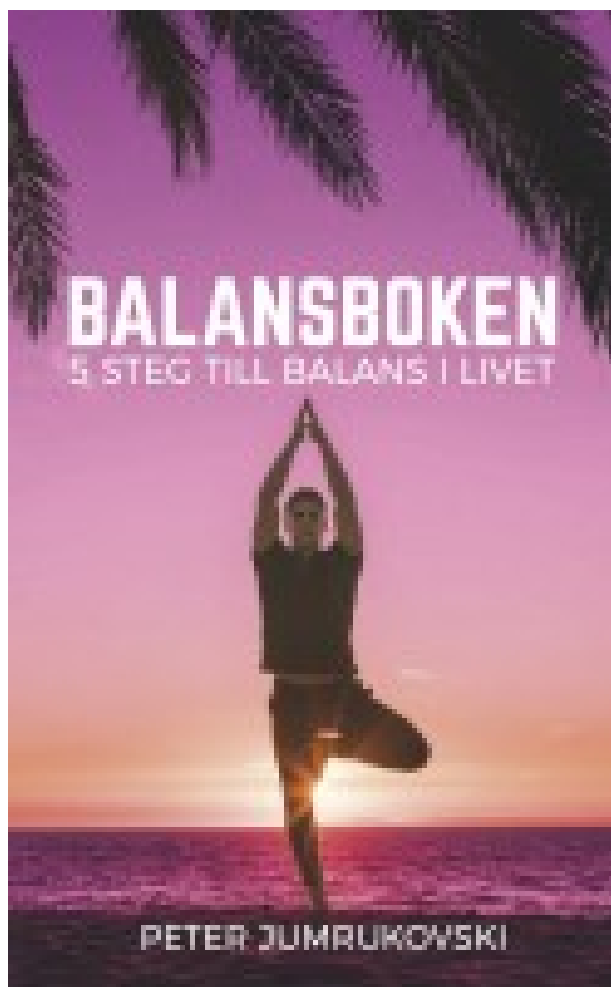


# Balansboken : 5 steg till balans i livet



<b>Sprak:</b>	Svensk
<b>Kategori:</b>	Selvutvikling
<b>Forfattare:</b>	Peter Jumrukovski
<b>Antall sider:</b>	255
<b>ISBN/EAN:</b>	9789198386103
<b>Utgivelsesar:</b>	2017
<b>Forlag:</b>	Scandbook

[Balansboken : 5 steg till balans i livet.pdf](#)

[Balansboken : 5 steg till balans i livet.epub](#)

"Balansboken är den ultimata guiden för dig som vill behärska vardagspusslet och skapa ett lyckligt liv i balans."

- Vill du må bra i vardagen?
- Vill du vinna kampen mot vardagsstressen?
- Vill du njuta av livet och samtidigt växa som människa?
- Vill du leva ett balanserat liv?

Då kommer Balansboken att passa dig utmärkt. Med hjälp av experter inom olika områden, forskning, berättelser ur verkliga livet och massvis med egna erfarenheter visar Peter Jumrukovski att alla kan skapa sig ett lyckligare och mer balanserat liv.

Balansboken går igenom fem steg som alla syftar till att ta dig närmare balans i livet.

De fem stegen vi kommer att gå igenom är följande:

Steg 1: Harmoni i livet

Steg 2: Passion i livet

Steg 3: Kärlek i livet

Steg 4: Tillväxt och utveckling i livet

Steg 5: Tillfredsställelse i livet

Steg X: Det hemliga steget

Oavsett vem du är eller var du befinner dig i livet kommer den här boken att ge dig massvis med verktyg för att finna balans i ditt liv.

Om författaren:

PETER JUMRUKOVSKI är en författare, föreläsare och VM-medaljör som lever som han lär. Genom att de senaste femton åren arbeta med målsättningar har han lyckats vinna ett VM-brons (Shotokan) och åtta SM-guld i karate, skrivit en bok på 40 dagar, rest över hela världen, blivit en av landets bästa säljare och nyligen uppfyllt sin barndomsdröm om att korsa Atlanten och flytta hela vägen till Los Angeles. Hans önskan har länge varit att hjälpa andra människor att skapa sig ett bättre liv, och det är precis det han gör just nu!

Balansboken är Peters tredje bok. Hans tidigare böcker Ångra inget och Målboken har under det senaste året varit bland de populäraste böckerna inom personlig utveckling i Sverige. Målboken har till och med översatts till engelska och utgivits i USA.

Röster om Balansboken:

"Fantastisk bok!"- Joakim Åsén

"Stark, självutlämnande och fylld av sanningar och insikt.

Fantastiskt! Blir helt rörd!"  
- Rebecka Marie Gustafsson

"Känslan när första kapitlet får dig att gråta av igenkänning samtidigt som du önskar att familjen kommer hem sent ikväll så att du hinner läsa typ hela. Den känslan. Tack Peter Jumrukovski för att du sätter ord på det som så många behöver höra idag!"

- Tanja Storthors

Balansboken : 5 steg till balans i livet. Peter Jumrukovski. Innbundet. Vaktmästarens hämnd. Anna Hansson. Innbundet. Bøker. Skjønnlitteratur; Dokumentar og fakta. Alltid driver det någon surpappa till vansinne. (Innbundet) av forfatter Kjell Dahlin. Selvutvikling. Pris kr 169. Se flere bøker fra Kjell Dahlin. Toggle navigation.