

Síla správného okamžiku



[Michael Breus](#)

Síla správného okamžiku - Michael Breus ke stažení PDF Poznejte svůj chronotyp a sním nejlepší čas na jídlo, běhání, cvičení či rozhovor o zvýšení platu. Kniha pracuje s vnitřními hodinami, které má každý z nás v sobě. Díky správnému načasování aktivit můžete být efektivnější, šťastnější, můžete lépe odpočívat a naplno využít svůj potenciál. Sladte se se svým při

