

image not found or type unknown



Tu cuerpo manual de instrucciones

Juan Antonio Corbalán

Fecha de publicación:

24/02/2015

Sello Editorial:

Espasa

Contacto de prensa

Nombre:

INTERNACIONAL
Eduardo Martin

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre: Fernanda

Azeredo

Teléfono: 914230355

Email:

fazeredo@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL Patricia
Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Teléfono: 914230353

Email:

sayllon@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 914 23 03 78

Email:

lpaunero@planeta.es

Nombre: Laura

Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email:

lfernandez@planeta.es

Nombre: María Luque

Teléfono: 916008074

Email:

mлуquec@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

El libro con el que descubrirás otra forma de comprender tu cuerpo, para aprender a cuidarlo... y disfrutarlo

El libro con el que descubrirás otra forma de comprender tu cuerpo, para aprender a cuidarlo... y disfrutarlo

Nadie nos explica cómo vivir ese viaje apasionante y maravilloso que es la vida. Para hacerlo lo contamos con el aprendizaje como arma, la experiencia como compañera y una herramienta extraordinaria: nuestro cuerpo.

Y es que somos una máquina perfecta, una gran procesadora cuyos engranajes, coordinados, nos permiten responder a los estímulos y a las necesidades que en cada momento nos impone la vida. Este libro propone un recorrido por esa sorprendente maquinaria de precisión que es nuestro cuerpo. Descubriremos cómo es y cómo funciona cada una de las «piezas» prodigiosas que nos conforman, qué problemas pueden alterar su correcto funcionamiento y qué podemos hacer para mantenerlo en perfectas condiciones.

Si conocemos el funcionamiento de nuestro cuerpo y sabemos cuidarnos, conseguiremos reducir las molestias que puede ocasionarnos y podremos, así, disfrutarlo.

image not found or type unknown



Juan Antonio Corbalán

Nacido en Madrid en 1954, **Juan Antonio Corbalán** es un auténtico mito del deporte en España. Tiene el mejor palmarés de nuestro baloncesto, incluida la medalla de plata en la Olimpiada de Los Ángeles 84. Su inteligente dirección de juego, y sobre todo, sus dotes deportivas y personales, le han valido el reconocimiento internacional.

Pero Corbalán es mucho más. Supo compaginar su exitosa trayectoria baloncestística con la carrera de Medicina, ejerciendo como colaborador médico en el servicio de Cardiología del Hospital Clínico de Madrid entre 1980 y 1988, para posteriormente, trasladarse al Hospital Rúber.

Se especializó en Fisiología del Ejercicio y Medicina Deportiva, y actualmente dirige el Instituto de Rehabilitación Funcional La Salle, un centro pionero en la prevención y tratamiento de patologías relacionadas con las capacidades funcionales. Además, trabaja en temas relacionados con el liderazgo profesional y la gestión de equipos.

En el terreno editorial, es autor de *Conversaciones con Mirza* (Titano Editores, 2012), *Momentos estelares de la Selección Española de Baloncesto* (Lunweg, 2012) y *El Baloncesto y la Vida* (JC CLEMENTINE, 2014).