

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

— LES SECRETS DE VOS SUPER-POUVOIRS —

Décodez la science de la performance ultime

Dans ce livre révolutionnaire, l'auteur à succès Steven Kotler décrypte le mystère de la performance humaine ultime. S'appuyant sur une décennie de recherches et de reportages avec des dizaines d'athlètes de sports d'action et d'aventure tels que la légende du surf Laird Hamilton, le snowboarder de haute montagne Jeremy Jones et Danny Way, pionnier du skateboard, Kotler explore la science du flow: un état de conscience optimal dans lequel nous effectuons et ressentons notre meilleur potentiel.

Construire un pont entre l'incroyable et le normal, Les secrets de vos super-pouvoirs explique comment ces athlètes utilisent le flow pour réaliser l'impossible et comment nous pouvons nous servir de cette force pour accélérer radicalement les performances dans nos propres vies. Le coeur de ce livre traite de nos possibilités profondes: ce que nous sommes réellement capables d'accomplir et où nos limites se trouvent.



L'auteur

Steven KOTLER

Auteur à succès et journaliste primé, ses articles ont été publiés dans plus de soixante journaux et magazines différents, dont le *New York Times Magazine*, *Wired*, *Discover*, *Popular Science*, *Outside*, *GQ*, *National Geographic*. Il est aussi le cofondateur et le directeur de la recherche du «Flow Genome Project», une organisation transdisciplinaire internationale qui cherche à décoder le flow et à l'offrir en Open Source à tous. (www.flowgenomeproject.com)

Prix
22,95 €

17x24cm

320 Pages

ISBN
9782757603451

Le livre sera disponible dans tous les points de vente: librairies, sites e-commerce, dans les magasins de sports et sur ED-AMPHORA.FR

Si vous souhaitez recevoir un exemplaire en service de presse, du contenu, et/ou interviewer l'auteur pour la rédaction d'un article contactez:

Myriam Baba-Aissa
Responsable communication et Relations Presse
Editions Amphora
27 rue Saint-andré des arts 75006 Paris
01 43 29 03 04
m.babaissa@ed-amphora.fr