



قدرت هوش جسمانی

تونی بوزان
کوروش اکبری

Buzan, Tony

بوزان، تونی، ۱۹۴۳ - م

قدرت هوش جسمانی

تهران: پندار تابان، ۱۳۹۳.

ISBN: 978-600-6895-43-7

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیا.

The Power of physical intelligence

عنوان اصلی:

اکبری، کوروش، ۱۳۴۱ - مترجم.

۳۷۶۵۲۷۳

کتابخانه ملی ایران



قدرت هوش جسمانی

تونی بوران

کورس اکبری

تاریخ چاپ: ۱۳۹۴

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۱۵۰۰ جلد

قیمت: ۱۳۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۸۹۵-۴۳-۷

کلیه حقوق محفوظ است.

خیابان دیباجی جنوبی، کوچه ارغوان،

بن بست نور، پلاک ۲، واحد ۴

تلفن: ۲۲۵۵۷۳۸۱

pendartaban@gmail.com

مرکز پخش: ۶۶۴۰۴۵۳۲

فهرست

۹	بخش اول / آشنایی با هوش جسمانی و مباحث کتاب
۳۳	بخش دوم / برتری ذهن بر جسم و ماده
۶۵	بخش سوم / ورزش‌های انرژی‌زا
۱۰۳	بخش چهارم / رژیم غذایی، ویتامین‌ها و داروها (مواد مخدر)
۱۸۳	بخش پنجم / همه‌ی سیستم‌های بدن در حال کار هستند
۲۰۵	بخش ششم / بلند گام بردارید
۲۳۱	بخش هفتم / نیروی بازدارنده‌ی بڑ - گروه «من»
۲۴۹	بخش هشتم / حضور فیزیکی - استقامت و بنیه
۲۷۱	بخش نهم / انسان در سنین مختلف
۲۸۵	بخش دهم / به‌کارگیری هوش جسمانی در افزایش چندبرابری ...