

باشگاه ۵ صبحی‌ها

نویسنده

روبین شارما

مترجم

پارسا حمشیدی شکوفه

www.ketab.ir

باشگاه ۵ صبحی‌ها



- نویسنده: روبین شارما
- مترجم: باران جمشیدی شکوفه
- نشر: راز معاصر
- ناشر همکار: نشر پرنوا
- ویراستار و صفحه‌آرا: فریبا بادامی
- طراح جلد: آتلیه راونیز
- مشاور طرح: پخش راونیز
- چاپ لیتوگرافی: شریف نو
- صحافی: راونیز
- نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰
- شابک: ۰-۰۴-۷۸۶۹-۶۲۲-۹۷۸
- تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

کلیه حقوق این اثر متعلق به مؤسسه راونیز می‌باشد.

سرشناسه	شارما، روبین، ۱۹۶۴-م (Sharma, Robin S. (Robin Shilp)
عنوان نام پدیدآور	باشگاه ۵ صبحی‌ها/ نویسنده روبین شارما؛ مترجم باران جمشیدی شکوفه
مشخصات نشر	تهران: راز معاصر، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	۲۴۰ ص.
شابک	۰-۰۴-۷۸۶۹-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی:
عنوان دیگر	۵ صبح
موضوع	کارایی Effectiveness
موضوع	راه و رسم زندگی Conduct of life
موضوع	سحرخیزی Early rising
موضوع	مدیریت زمان Time management
موضوع	موفقیت Success
شناسه افزوده	جمشیدی شکوفه، باران، مترجم
رده‌بندی کنگره	BF۶۳۷
رده‌بندی دیویی	۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی	۸۵۳۲۶۴۴

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۵	فصل ۱: عملی خطرناک
۷	فصل ۲: فلسفه روزانه از افسانه‌ای شدن
۱۳	فصل ۳: دیداری غیرمنتظره با غریبه‌ای شکفتنی
۱۹	فصل ۴: میانه‌روی و عادی بودن را فراموش کنید
۳۳	فصل ۵: یک ماجراجویی عجیب
۴۱	فصل ۶: پرواز به اوج بهره‌وری، فضیلت و شکست‌ناپذیری
۵۱	فصل ۷: آماده‌سازی برای تحول، از بهشت شروع می‌شود
۵۹	فصل ۸: روش ۵ صبحی‌ها؛ عادت‌های صبحگاهی افراد موفق جهان
۶۹	فصل ۹: چهارچوبی برای بیان عظمت
۸۱	فصل ۱۰: چهار حوزه تمرکز تاریخ‌سازان
۱۱۷	فصل ۱۱: مدیریت جزرومدهای روزگار
	فصل ۱۲: باشگاه ۵ صبحی‌ها نحوه به کارگیری عادات صبحگاهی را کشف
۱۲۵	می‌کند
۱۵۱	فصل ۱۳: اعضای باشگاه ۵ صبحی‌ها، فرمول ۲۰/۲۰/۲۰ را می‌آموزند
۱۷۳	فصل ۱۴: اعضای باشگاه ۵ صبحی‌ها، اهمیت خواب را درک می‌کنند

- فصل ۱۵: اعضای باشگاه ۵ صبحی‌ها، ۱۰ راهکار خیلی موثر را برای تمام
عمر می‌آموزند..... ۱۸۳
- فصل ۱۶: اعضای ۵ صبحی‌ها، چرخه‌های دوقلوئی عملکرد ممتاز را
می‌آموزند..... ۲۰۳
- فصل ۱۷: اعضای باشگاه ۵ صبحی‌ها، قهرمانان زندگی خود می‌شوند..... ۲۳۹
- سخن آخر: پنج سال بعد..... ۲۳۹

www.ketab.ir