



COMUNICATO STAMPA SPONSORIZZATO ?? Rosalba De Santis, Corpo In Armonia: il Bestseller su come raggiungere il benessere psicofisico in pochi semplici passi

Descrizione

(Immediapress) ?? Milano, 14.10.2025 ?? Ognuno di noi vorrebbe vivere una vita al massimo delle proprie energie e possibilità. Peccato che non sia sempre possibile: la quotidianità, infatti, spesso influenza la nostra vitalità con il rischio di perdere di vista la parte più intima di noi stessi. Fortunatamente, però, una soluzione esiste.

Per tutti coloro che desiderano raggiungere uno stato psicofisico ideale ma non sanno come fare, esce oggi il libro di Rosalba De Santis ??CORPO IN ARMONIA. Come Ritrovare Energia E Trasformare La Tua Vita Con Consapevolezza, Grazie Al Biohacking, Alla Postura E Al Movimento?? (Bruno Editore). L'autrice condivide con i propri lettori strumenti pratici e innovativi per tornare a stare bene con sé stessi e gli altri imparando a conoscere il proprio corpo.

??Ho scritto questo libro per aiutare le persone a ritrovare energia, equilibrio e fiducia in sé stesse?? afferma Rosalba De Santis, autrice del libro. ??È un manuale nato dal cuore, dal desiderio di accompagnare chi vuole tornare a sentirsi bene nel proprio corpo pur non sapendo da dove iniziare??.

Secondo l'autrice, in ottica di benessere personale, ??è fondamentale, per prima cosa, fermarsi e respirare.

Imparare a conoscere il proprio corpo ??quindi il primo passo da fare in quanto, anche solo un esercizio fatto con presenza, può innescare un percorso di cambiamento nel lungo periodo.

â??Il libro di Rosalba De Santis Ã“ un viaggio pratico e profondo verso il benessere. Parla di come postura, movimento consapevole e biohacking possano davvero trasformare la vita di ciascuno di noiâ?• incalza

Giacomo Bruno, editore del libro.â??Stiamo parlando di un metodo che unisce scienza e emozione, constorie vere e strumenti semplici per riconnettersi con sé stessi, passo dopo passoâ?•.

â??Ho deciso di affidarmi a Bruno Editore perché ho subito riscontrato in questa casa editrice una visione comune: dare valore alle esperienze vere, quelle che possono davvero fare la differenzaâ?• conclude l'autrice.

â??Giacomo Bruno e il suo team mi hanno accolto con professionalità e umanità, credendo nel mio messaggio e aiutandomi a condividerlo nel modo giustoâ?•.

Il libro Ã" disponibile su Amazon a questo indirizzo: <https://amzn.to/3K9FPQ9>

Rosalba De Santis Ã" fisioterapista, posturologa e esperta di biohacking applicato al benessere e alla vitalità. Con oltre vent'anni di esperienza nel settore della riabilitazione e della salute integrata, ha dedicato la sua vita allo studio del movimento consapevole e delle strategie naturali per ottimizzare l'energia del corpo. Credere che il vero benessere nasca dall'armonia tra mente, postura e movimento, e che ogni persona abbia dentro di sé la forza per trasformare la propria vita. Per info: <http://www.viviinarmonia.it>

Giacomo Bruno

, nato a Roma, classe 1977, ingegnere elettronico, Ã" stato nominato dalla stampa â??il papà degli ebookâ?• per aver portato gli ebook in Italia nel 2002 con la

Bruno Editore

, 9 anni prima di Amazon ed altri editori. È Autore di 35 Bestseller sulla crescita personale e Editore di oltre 1.100 libri sui temi dello

sviluppo personale e professionale, che hanno aiutato oltre 2.500.000 italiani. È considerato il più esperto di Intelligenza Artificiale applicata all'Editoria ed è il più noto â??book influencerâ?•.

italiano perché ogni libro da lui promosso o pubblicato diventa in poche ore Bestseller n.1 su Amazon. È seguito dalle TV, dai TG e dalla stampa nazionale. Aiuta imprenditori e professionisti a costruire Autorevolezza, Visibilità e Fatturato scrivendo un Libro con la propria Storia Professionale.

Contatti:

Immediapress Info su: <https://www.brunoeditore.it>

COMUNICATO STAMPA SPONSORIZZATO: Immediapress Ã“ un servizio di diffusione di comunicati stampa in testo originale redatto direttamente dall'ente che lo emette. L'Adnkronos e Immediapress non sono responsabili per i contenuti dei comunicati trasmessi

??

immediapress

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. ImmediaPress

Data di creazione

Ottobre 13, 2025

Autore

redazione

default watermark