



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

### Descrizione

(Immediapress) â?? Milano, 14.10.2025 â?? Ognuno di noi vorrebbe vivere una vita al massimo delle proprie energie e possibilit . Peccato che non sia sempre possibile: la quotidianit , infatti, spesso influenza la nostra vitalit  con il rischio di perdere di vista la parte pi 1 intima di noi stessi. Fortunatamente, per 2, 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 â??CORPO IN ARMONIA. Come Ritrovare Energia E Trasformare La Tua Vita Con Consapevolezza, Grazie Al Biohacking, Alla Postura E Al Movimento  •

(Bruno Editore). Al suo interno, l  autrice condivide con i propri lettori strumenti pratici e innovativi per tornare a stare bene con s   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 s   stessi  • afferma Rosalba De Santis, autrice del libro.       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,    fondamentale, per prima cosa, fermarsi e respirare.

Imparare ad ascoltare il proprio corpo    quindi il primo passo da fare in quanto, anche solo un esercizio fatto con presenza, pu  2 innescare un percorso di cambiamento nel lungo periodo.

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 noi. Incalza

Giacomo Bruno, editore del libro. Stiamo parlando di un metodo che unisce scienza eemozione, con storie vere e strumenti semplici per riconnettersi con sÃ stessi, passo dopo passo.

Ho deciso di affidarmi a Bruno Editore perchÃ ho subito riscontrato in questa casa editrice una visione comune: dare valore alle esperienze vere, quelle che possono davvero fare la differenza. conclude lâ autrice.

Giacomo Bruno e il suo team mi hanno accolto con professionalitÃ e umanitÃ , credendo nel mio messaggio e aiutandomi a dividerlo nel modo giusto.

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 vitalitÃ . 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 lâ energia del corpo. Crede che il vero benessere nasca dall'armonia tra mente, postura e movimento, e che ogni persona abbia dentro di sÃ la forza per trasformare la propria vita. Per info: <http://www.viviiinarmonia.it>

Giacomo Bruno

, nato a Roma, classe 1977, ingegnere elettronico, Ã stato nominato dalla stampa il papÃ degli eBook per aver portato gli eBook in Italia nel 2002 con la

Bruno Editore

, 9 anni prima di Amazon e degli altri editori. Ã 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. Ã considerato il piÃ esperto di Intelligenza Artificiale applicata all'Editoria ed il piÃ noto book influencer.

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

Contatti:

ImmediapressInfo su: <https://www.brunoeditore.it>

COMUNICATO STAMPA SPONSORIZZATO: Immediapress Ã un servizio di diffusione di comunicati stampa in testo originale redatto direttamente dallente che lo emette. LAdnkronos e Immediapress non sono responsabili per i contenuti dei comunicati trasmessi

â??

immediapress

### Categoria

1. Comunicati

### Tag

1. ImmediaPress

### Data di creazione

Ottobre 13, 2025

### Autore

redazione

default watermark