DO AUTOR BEST-SELLER DE TRABALHE 4 HORAS POR SEMANA

FERRAMENTAS DOS TITÃS

AS ESTRATÉGIAS, HÁBITOS E ROTINAS DE BILIONÁRIOS, CELEBRIDADES E ATLETAS DE ELITE

TIM FERRISS

TIM FERRISS X FERRAMENTAS DOS TITÃS

Resumo de Ferramentas dos Titãs

Lições de vida, táticas e ferramentas para alcançar sucesso, produtividade e reconhecimento Tim Ferriss, autor best-seller do The New York Times , já entrevistou mais de 200 convidados no The Tim Ferriss Show, podcast que ultrapassou a marca de 200 milhões de downloads.

Celebridades como Arnold Schwarzenegger, investidores como Ben Horowitz, atletas lendários, oficiais do Comando de Operações Especiais dos Estados Unidos e até cientistas estão entre os titãs que passaram pelo programa.

Despois de dois anos de entrevistas, Tim decidiu reunir em um livro as conversas e as respostas a perguntas como: O que você faz na primeira hora depois de acordar?; Qual é sua rotina de exercícios?; Quais são as maiores perdas de tempo para os novatos em sua área de atuação?; Que suplementos você toma?.

Depois de testar e aplicar na própria rotina todas as dicas dos entrevistados, o autor garante que as ferramentas o salvaram de anos de esforços desperdiçados e frustração. E agora, as melhores táticas — que ajudaram Tim a dobrar sua renda, flexibilidade e felicidade — estão disponíveis em Ferramentas dos titãs .

Acesse aqui a versão completa deste livro