

 [Centopagine]

Alessandro Lucchini  
Paolo Carmassi

in collaborazione con Chiara Lucchini,  
Mario Raffaele Conti, Mario Paganini

# Budo & Business

tecniche e valori  
delle arti marziali  
nel lavoro

Budo & Business

Prima edizione febbraio 2013

info@palestradellascrittura.it - www.palestradellascrittura.it

Proprietà letteraria riservata

©Palestra della scrittura S.r.l. - Milano

ISBN 9788897259039

Grazie a Federica degli Ivanissevich, Gabriella Taddeo, Mara Lombardi e Stefania Panini per le idee offerte nell'allenamento di Trieste.

Grazie a Roberta Milanese per i preziosi suggerimenti.

Grazie a Annamaria Anelli ed Eleonora Saladino per la paziente revisione.

Grazie al maestro Fabrizio Maurizio, agli istruttori e agli allievi del Karate Club Galliate.

# Indice

Introduzione	
Perché Budo & Business	V
1° passo - Preparazione	1
2° passo - Scelta di tempo	11
3° passo - Confusione	18
4° passo - Forza	27
5° passo - Trappole	34
6° passo - Profezia	42
7° passo - Carisma	49
Corpo e mente uniti: armonia, successo, salute	52
Vive voci	53
Giovani Samurai	60
Bibliografia	63