

۲۱۱۹۹۱۹

باشگاه پنج صبحی‌ها

رایین‌شارها

www.ketab.ir

مترجم: مهناز صادقی

سمیه یوسفی

سرشناسه	: شارما، رابین، ۱۹۶۰ - م.
عنوان و نام پدیدآور	: Sharma, Robin
مشخصات نشر	: باشگاه پنج صبحی ها / رابین شارما؛ مترجم مهناز صادقی، سمیه یوسفی.
مشخصات ظاهری	: تهران : انتشارات شیرمحمدی، ۱۳۹۹.
شابک	: ۲۶۰ ص.
وضعیت فهرست نویسی	: 978-600-8981-58-9
یادداشت	: فیبا
موضوع	: The 5 AM club : own your morning, elevate your life, 2018
موضوع	: کارایی
موضوع	: Effectiveness
موضوع	: راه و رسم زندگی
موضوع	: Conduct of life
موضوع	: سحرخیزی
موضوع	: Early rising
موضوع	: مدیریت زمان
موضوع	: Time management
موضوع	: موفقیت
موضوع	: Success
شناسه افزوده	: صادقی، مهناز، ۱۳۵۱ - مترجم
شناسه افزوده	: یوسفی، سمیه، ۱۳۴۲ - مترجم
رده بندی کنگره	: BF۴۲۷
رده بندی دیویی	: ۱/۱۵۸
شماره کتابشناسی	: ۶۱۹۱۸۲۸

باشگاه پنج صبحی ها

نویسنده: رابین شارما

مترجم: مهناز صادقی

سمیه یوسفی

نوبت چاپ: دوم ۱۳۹۹

تیراژ: ۲۰۰۰ جلد

لیتوگرافی: بارنگ

شابک: ۹-۵۸-۸۹۸۱-۶۰۰-۹۷۸

قیمت: ۷۹۰۰۰ تومان

آدرس: تهران، خ انقلاب، خ ۱۲ فروردین

کوچه مینا، پلاک ۱۲ واحد ۱

تلفن: ۰۹۱۲۴۴۵۸۷۰۲ - ۶۶۹۵۷۴۱۶

مخلصی



انتشارات شیرمحمدی



پیام و تقدیم نامه‌ای از نویسنده	۵
نقل قول	۷
فصل ۱. تصمیمی خطرناک	۹
فصل ۲. فلسفه روزانه برای یک اسطوره شدن	۱۱
فصل ۳. دیداری غیرمنتظره با غریبه‌ای عجیب و غریب	۲۱
فصل ۴. زندگی کردن در حد متوسط را رها کنید	۳۱
فصل ۵. ماجراجویی عجیب برای مسلط شدن بر صبح	۵۵
فصل ۶. پرواز به اوج بهره‌وری، مهارت و شکست‌ناپذیری	۶۹
فصل ۷. آماده‌سازی برای تحول، از بهشت آغاز می‌شود	۸۵
فصل ۸. روش ۵ صبح، برنامه صبحگاهی افراد بسیار موفق دنیا	۹۵
فصل ۹. مدلی برای نشان دادن بزرگی می‌شوند	۱۰۹
فصل ۱۰. چهار حوزه تمرکز تاریخ‌سازان	۱۲۷
فصل ۱۱. مدیریت کردن جزو مدهای زندگی	۱۷۹
فصل ۱۲. اعضاء باشگاه پنج‌صبحی‌ها روش ایجاد عادت‌ها را می‌آموزند	۱۹۱