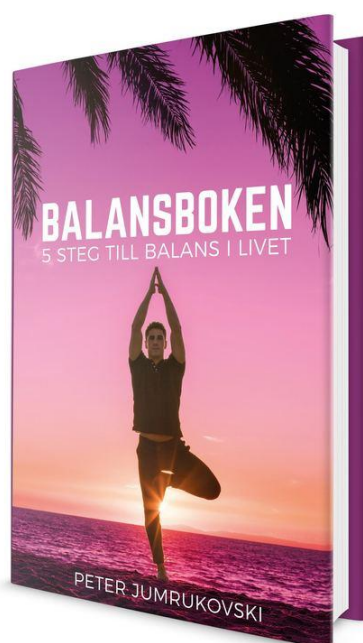


## Författaren Peter Jumrukovski visar dig hur du kan leva ett balanserat liv med sin nya bok Balansboken



**Den bästsäljande författaren Peter Jumrukovski är nu aktuell med sin tredje bok, Balansboken - 5 steg till balans i livet, som ges ut den 10 mars 2017.**

*Balansboken* är en inspirerande bok som genom fem steg beskriver hur du kan behärska vardagspusslet och leva ett lyckligt liv i balans. I boken får läsaren ta del av motiverande anekdoter, forskningsresultat och intressanta berättelser som visar hur det är möjligt att behärska livet och vara lycklig. Boken är också fylld med aktiva övningar som utmanar läsaren att göra en djupdykning i sitt inre för att hitta balans i livet.

Balansboken är skriven på ett underhållande sätt med en stor portion värme och uppriktighet. Det är en bok som är lätt att följa men som samtidigt utmanar dig att verkligen tänka efter och vara ärlig mot dig själv. Boken passar utmärkt för dig som söker en guide och mentor inom personlig utveckling för att ta dig dit du vill i livet och hitta din inre balans.

**Peter Jumrukovski** är författare och f.d. elitidrottare som lyckats vinna ett VM-brons (Shotokan) och åtta SM-guld i Karate. Med sin starka drivkraft och förmåga att uppfylla sina drömmar och mål anlitas han ofta som föreläsare hos företag och skolor. Jumrukovski debuterade sitt författarskap med *"Målboken"* 2014 som blev en stor succé följt utav *"Ångra inget: 7 steg till livet du drömmer om"*, 2016.



Läs mer om balansboken på [www.balansboken.se](http://www.balansboken.se).

För eventuella förfrågningar och recensionsexemplar kontakta pressansvarig Fia Burdon på [info@ilovesuccess.se](mailto:info@ilovesuccess.se)

Följ Balansboken på sociala medier:

Instagram: Balansboken

#balansboken