

image not found or type unknown



**Fecha de publicació:**  
06/11/2014

**Sello Editorial:**  
Columna Edicions

## Contacto de prensa

**Nombre:** Núria Rosell

**Teléfono:** 93 492 86 71

**Email:**  
nuria.rosell@grup62.com

**Nombre:** Andrea Cuéllar

**Teléfono:** 93 492 8211

**Email:**  
andrea.cuellar@grup62.com

**Nombre:** Xavier Gafarot

**Teléfono:** 93 492 8654

**Email:** xgafarot@grup62.com

**Nombre:** Directora de  
marketing i comunicació AIG:  
Marta Oliva i Domènech

**Teléfono:** 93 492 8155

**Email:** moliva@grup62.com

image not found or type unknown



# Prepara't per triomfar

## Josef Ajram

Un nou repte de Josef Ajram: què fer per aconseguir els teus somnis.

### Un nou repte de Josef Ajram: què fer per aconseguir els teus somnis.

Mentre els indicadors assenyalen que la crisi ha tocat fons, Josef Ajram ens planteja de nou un repte: I ara que ja no hi ha excuses, què faràs tu per aconseguir els teus somnis? A partir d'un paral·lelisme entre l'economia i la seva carrera com a atleta, el llibre llança un missatge positiu i motivador, i dóna les pistes i les eines per assolir els objectius, tant personals com professionals.

## Josef Ajram

Vaig néixer a Barcelona el 5 d'abril de 1978, de pare siri i mare espanyola. Al meu avi patern li dec la iniciació a la bicicleta. M'agraden poques coses però amb intensitat, entre elles la Borsa, els esports, els viatges. I com que un mai no sap què és el que pot passar, sempre porto el mòbil encès. A la Borsa faig de *day trader*, pur vertigen i adrenalina. En l'àmbit esportiu m'apunto a les proves més exigents. Són dos mons aparentment oposats en els quals visc sensacions extremes que reclamen constància, dinamisme i càlcul per mesurar millor les possibilitats i capacitats. On és el límit? Me la jugo cada dia, amb ambicions i objectius. S'han d'esgotar tots els recursos per fer realitat els somnis. El conformisme és una trampa en la qual no hem de caure. La meua filosofia no és guanyar, sinó sentir-me bé amb el meu rendiment. Gaudeixo més dels entrenaments que de les competicions. M'agraden els reptes, i lluitar contra el cronòmetre em fa mandra.

[www.josefajram.es](http://www.josefajram.es)