

FOKUS ZIELPLANER - MORGENROUTINE

DATUM:

WIE FÜHLE ICH MICH HEUTE:

MEIN TAGESZIEL:

WELCHE 3 MAßNAHMEN KANN ICH HEUTE
ERGREIFEN, UM MEIN TAGESZIEL ZU
ERREICHEN?

- 1. -----
- 2. -----
- 3. -----

WELCHE 3 ROUTINEN FÜHREN MICH HEUTE
AN MEIN TAGESZIEL?

- 1. -----
- 2. -----
- 3. -----

HEUTE WIRD EIN GUTER TAG, WEIL ...

MEIN ZITAT DES TAGES:

WAS MACHT HEUTE ZU EINEM GROßARTIGEN
TAG?

- 1. -----
- 2. -----
- 3. -----

WOFÜR BIN ICH DANKBAR?

- 1. -----
- 2. -----
- 3. -----

IDEEN & NOTIZEN:

FOKUS ZIELPLANER - ABENDROUTINE

DATUM:

HABE ICH HEUTE MEIN BESTES GEGEBEN? ☐ **JA** ☐ **NEIN**

HABE ICH MEIN TAGESZIEL ERREICHT ? ☐ **JA** ☐ **NEIN**

WAS SIND MEINE TOP 3 ERFOLGE HEUTE?

1. _____

2. _____

3. _____

WAS KANN ICH MORGEN BESSER MACHEN?

1. _____

2. _____

3. _____

MEIN TAG IN EINEM SATZ:

IDEEN & NOTIZEN:
