TAGES Planer

DATUM

S M D M D F S

Stimmung

DIE HEUTIGEN ZIELE

Wetter

NICHT VERGESSEN

FITNESS

MINUTEN	
SCHRITTE	

Termine

ZEIT	EVENT:

DINGE, DIE HEUTE ERLEDIGT WERDEN MÜSSEN:

Wasser trinken

MAHLZEITEN

FRÜHSTÜCK	Mittag
Abendessen	SNACKS

ANRUF ODER MAIL

DAS GEHEIMNIS DES KÖNNENS LIEGT IM *Wollen*

KLEINE ZEICHEN DER *Magie*

NOTIZEN

FÜR MORGEN

das einzelstück