



## erforderl. Wissen & Hilfe

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Mein Ziel:

---

---

---

---

## Datum:

---

---

## Warum ich es erreichen will:

---

---

---

---

---

---

---

## mögliche Hindernisse

---

---

---

---

---

---

---

## Zwischenziele

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Visualisiere Dein Ziel  
drei bis fünf Minuten täglich  
als hättest Du es bereits erreicht.

Viel Erfolg!