

3K-STATUS: HEUTE VS. ZIELBILD

Datum: _____

BEREICH	MEIN IST-ZUSTAND (AKTUELL)	MEIN ZIEL (IN 4 WOCHEN / 3 MONATEN)
Körper		
Können		
Kopf		

Reflexionsfragen

- Was ist mein grösster Hebel für Entwicklung?

- Welcher Bereich braucht aktuell am meisten Aufmerksamkeit?

- Welche Mini-Schritte kann ich ab morgen umsetzen?
