



1. MENU

DAY > Täglich // WEEK > Sonntags // MONTH > 1. Monats

Markieren Sie nur ein Oval.

- DAY *Fahren Sie mit Frage 2 fort*
- WEEK *Fahren Sie mit Frage 41 fort*
- MONTH *Fahren Sie mit Frage 43 fort*
- XP *Fahren Sie mit Frage 44 fort*

LEGENDE

- MINUTEN
- STUNDEN
- ☆ OPTIONAL
- ★ PFLICHT

DAY

2. DAY MENU

Markieren Sie nur ein Oval.

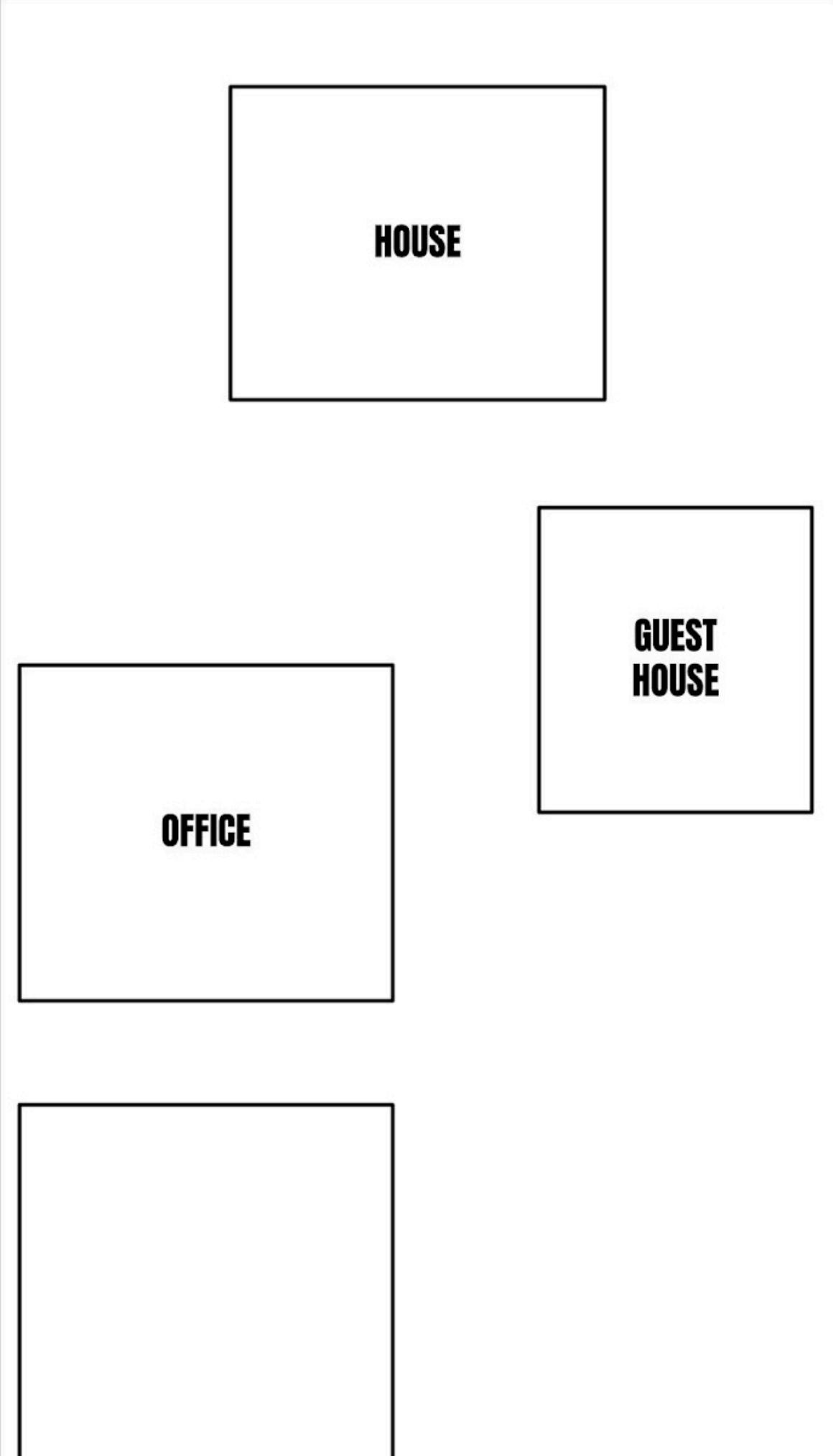
- MORGEN *Fahren Sie mit Frage 3 fort*
- MITTAG
- ABEND *Fahren Sie mit Frage 15 fort*

DAY // MORGEN



MIND

5 •★ VISUALISATION



A minimalist architectural floor plan enclosed in a thin gray border. Inside, there are three rectangular rooms. The top room contains the word "HOUSE" in bold black capital letters. The bottom-left room contains the word "OFFICE" in bold black capital letters. The bottom-right room contains the words "GUEST" and "HOUSE" stacked vertically in bold black capital letters.

HOUSE

OFFICE

**GUEST
HOUSE**

FACTORY



18:40

43%



hublot.com/de-de/watches/

92



HUBLOT



PARTNERSCHAFTEN > ..

NEU

BIG BANG
**SANG BLEU II WHITE
CERAMIC**



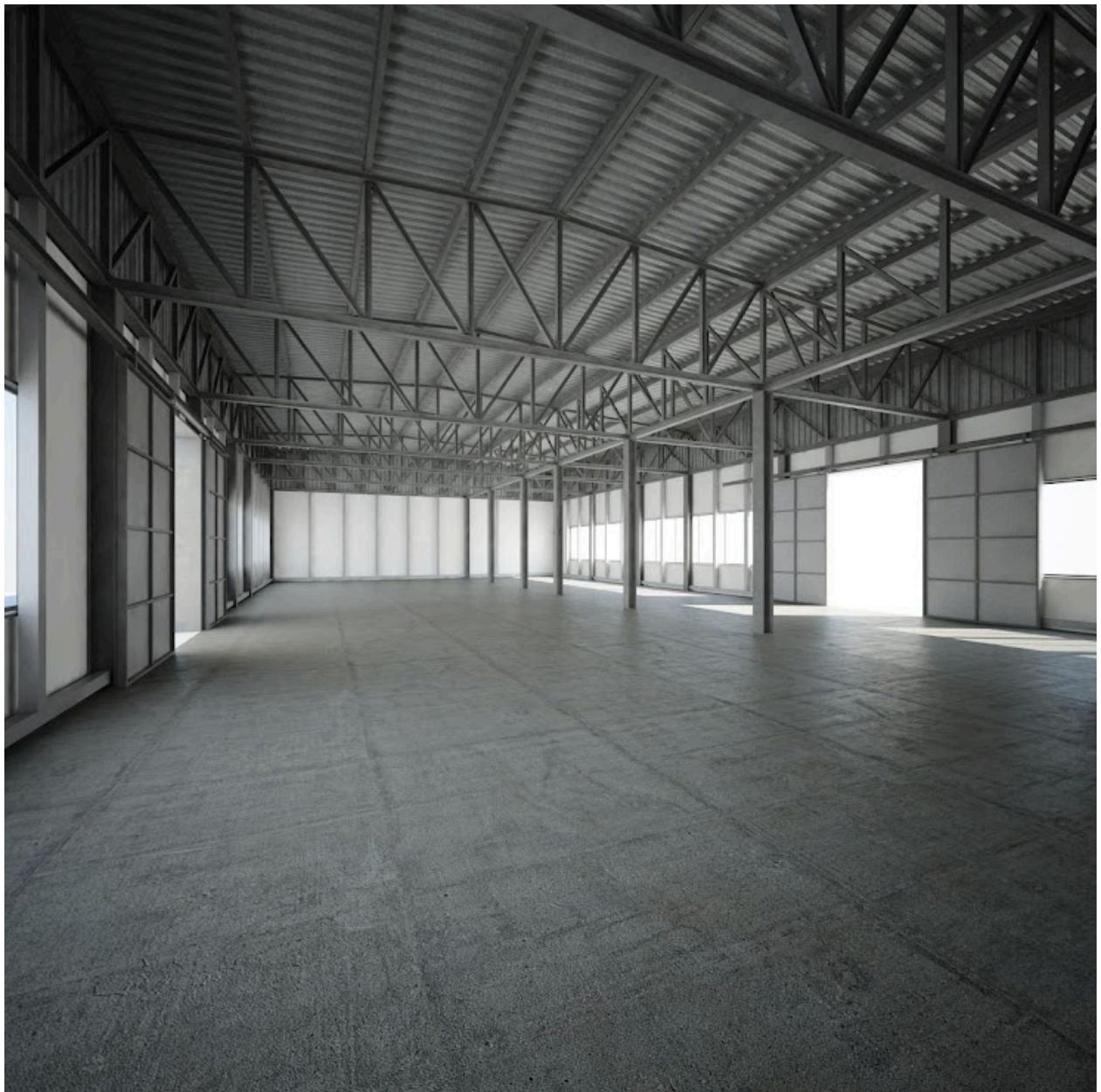
EUR 26,900 *

45MM

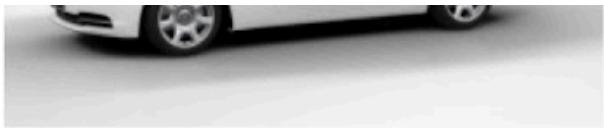
**IN DEN WARENKORB
LEGEN**



ANFRAGEN







D



Guten Morgen

1 Bankkarte

⟳ Gerade eben

DE68 7015 0000 0053 1091 61

7.000.000,00 €

CHRISTIAN AGOSTON

-109,74

vorgemerkt

ZUM FINANZSTATUS



Überweisen



Postfach



Kwitt



S-In



Geld in wenigen Sekunden an Freunde senden ohne Eingabe der IBAN? Nutze ab sofort Kwitt, die schnelle und clevere Art zu überweisen!

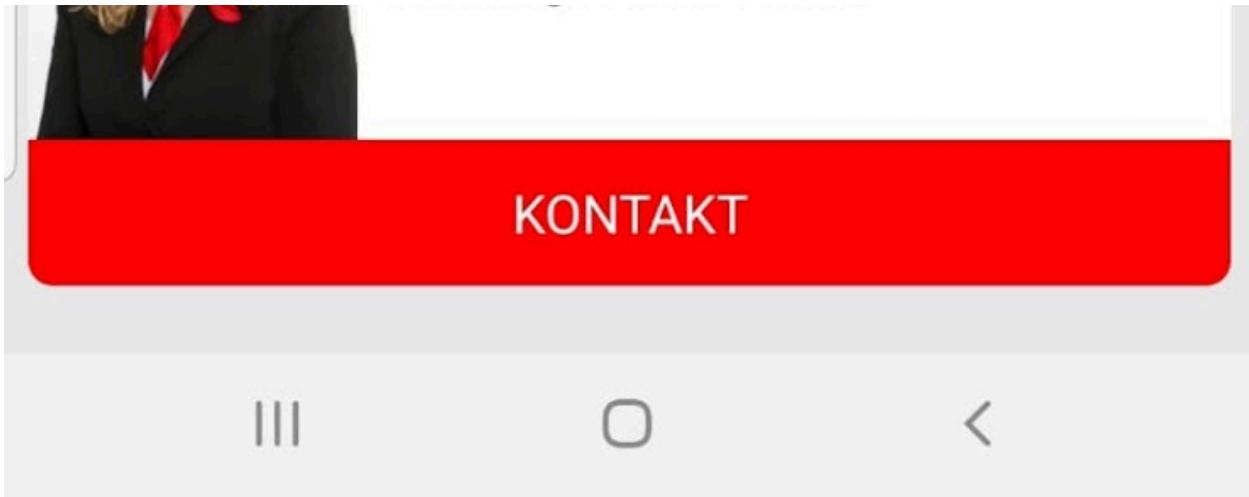


JETZT STARTEN



Sie werden beraten von

Sabine WendlStadtsparkasse München
BeratungsCenter Allach



3. 10 ⋆ SAYAJIN MEDITATION

1.Langsam Einatmen > 2.Beim Ausatmen Summen & Energie generieren & Energieball visualisieren > 3.Langsam einatmen & Energie nicht entfliehen lassen > 4. Energie ins Universum und auf der Erde verteilt verschenken an die die es benötigen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

 ✓

4. 5 •★ INCANTATIONS

Immer 3x Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



**Ich bin
dankbar für
mein Leben**

**Ich bin ein
Geldmagnet,
und
finanzieller
Erfolg
strömt in
mein Leben.**

**Ich bin
finanziell
frei**

**Geld kommt
leicht und
mühelos in
mein Leben**

**Mein Körper
ist stark,
gesund und
voller
Energie.**

**Ich werde
jeden Tag
gesünder
und stärker**

**Ich bin
dankbar für
meinen
gesunden
Körper**

**Ich bin
dankbar für
die Heilkraft**

meines
meines
Körpers, die
Körpers, die
mich jeden
mich jeden
Tag
Tag
unterstützt.
unterstützt.

Ich bin
Ich bin
glücklich
glücklich



5. 5 •★ ZIELE

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



01.06.24 //

95 Kilo

01.06.24 //

18.700€ pro

Monat

verdienen

15.02.24 //

CCNA

bestehen

01.03.24 //

Knowledge

Management

Plattform

eröffnen

01.11.24 //

Human

Architecture

System

finanzieren

01.01.26 //

Haus kaufen

01.01.25 //

Anya Tesla

kaufen

6. 5 •★ MOTIVATION

Immer 3x Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



**Ich gebe
alles um
meiner
Familie
Freiheit und
Sicherheit
zu
schenken**

**Ich gebe
alles damit
meine
Familie
nicht
arbeiten
muss**

**Ich gebe
alle damit
meine
Familie
Sicherheiten
hat**

**Ich gebe
alles weil
viele
Menschen
auf mich
zählen und
meine Ideen
ihnen helfen
werden ihr
Leben zu
verbessern**

7. 5 •★ DAY PREPERATION

Planungen und Vorbereitungen für den Tag

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

 ✓

8. Was ist das wichtigste was ich heute machen kann, dass mich meinen Zielen näher bringt ?
-

9. Was sind meine Ziele heute?
-

10. Dayplanning Checkliste

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

**Termine
gecheckt**

**E-Mails
gecheckt**

**Ablaufplan
erstellt**



BODY

11. SLEEP TRACKER

Min, 5h Schlaf

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

 ✓

12. 30 ·★ SPORT

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

Freletics

Barring

Fitness

Boxsack

Schattenboxen

Seilspringen

Joggen

Schwimmen

Kampfsport

Training

Basketball

Spielen

13. 10 ·★ CLEANING

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

Zähneputzen

Duschen

Rasieren

Gute Klamotten

Gutes Parfüm

Gute Frisur

14. Senden

Markieren Sie nur ein Oval.



DAY // MITTAG



MIND

15. 5 ⚫ VISUALISATION

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

 ✓

16. 20 ⚫ PERSONAL DEVELOPMENT

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

Jim Rohn

Tony Robbins

Joe Dispenza

SYBERVISION

Napolen Hill

**Neville
Goddard**

Hemi Sync

17. 20 ⚫ BRAIN DEVELOPMENT

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

Concepting

Reading

**Project
Management**

Philosophy

Spirituality

18. MIND STATE CHECK

Neue Emotion durch Physiologie + Focus + Language erzeugen und halten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	100	1000	10000
FOCUS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
LANGUAGE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ENERGY	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VISUALIZATION	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



HUMANITY

FAMILY

Tag Woche Monat JAHR

FAMILIE

- # ARON
- # KIMBERLY
- # ANYA
- # APA
- # ÖCSI
- # KÖRI
- # ANITA

19. ACTIVITY

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	Aron	Kimberly	Anya	Apa	Öcsi	Köri	Anita
Text	<input type="checkbox"/>						
Call	<input type="checkbox"/>						
Meet	<input type="checkbox"/>						

20. Erlebnis

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- Walk & Talk
- Restaurant & Bar
- Kurse & Ausstellungen
- Shoppen
- Urlaub
- Gemeinsames Erlebnis / Event
- Sport
- Ausflug



ENVIRONMENT

21. 60 ·★ Kochen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



Einkaufen

Rezepte

Recherchieren

Food Prep

Kochen

22. 10 ·★ Haushalt

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



Aufräumen

Müll Entsorgen

Food Prep

Kochen

Spülmaschine

Waschmaschine

Wäsche Falten

Staubsaugen &

Wischen



BUSINESS

23. 5 ·★ RESEARCH

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



**Marktorschung
& Nachrichten**

**Analysieren der
Mitspieler**

**Gesetzteslage &
Aktualisierungen**

**Zuschüsse &
Förderungen**

24. Senden

Markieren Sie nur ein Oval.



DAY // ABEND

25. MIND DAYSTATE

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- LO' + HIGH

26. BODY DAYSTATE

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- LO' + HIGH

27. Drinks Tracker

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

Wasser

Tee

Kaffee

28. Food Tracker

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

Gesundes Essen

Kein Zucker

29. GRATEFULNESS JOURNAL

30. LEARN JOURNAL

31. SUCCESS JOURNAL

32. Gelebte Mindsetchanges

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

▲ Geld ▼ Arbeit

▲ Wachstum
▼ Komfortzone

▲ Action
▼ Prokrastination

▲ Überschuss
▼ Mangel

▲ Optimismus
▼ Pesimismus

▲ Gesundheit
▼ Ungesundheit

33. EMOTIONS

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	100	1000	10000
LOVE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
LIGHT	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
POWER	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HUMAN			
BUSINESS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
OWNER			
LEADER	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
INNOVATOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IQ SOURCE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
FAMILY	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DADDY			

34. Daily Checklist MIND

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓ ✗

**War ich heute
Diszipliniert?**

**Habe ich heute
die richtigen
Entscheidungen
getroffen, die
meinen neu
gesetzten
Werten
entsprochen
haben?**

**War ich meine
Aufgaben
erledigt?**

**Habe ich heute
meine
Körperliche
Verfassung
verbessert?**

**Habe ich heute
meine
Lebensqualität
gesteigert?**

**Habe ich heute
keine Aufgaben
verschoben?**

**Bin ich meinen
Zielen heute
näher
gekommen?**

**Habe ich heute
konstant
meinen State
halten können?**

35. Daily Checklist BODY

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓ ✗

Habe ich
heute nur
Wasser,
Tee und
Kaffee
getrunken?

Rauchfrei?

Habe ich
mich
heute
gesund
ernährt?

Habe ich
heute
meinen
Körper
gepflegt?

36. Daily Checklist HUMANITY

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

✗

Habe ich
heute die
Beziehung
zu meiner
Familie
verbessert
?

War ich
heute zu
anderen
Menschen
freundlich
und
respektvoll?

War ich
heute
ehrlich zu
anderen
Menschen?

37. Daily Checklist ENVIRONMENT

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

✗

Habe ich**heute****meinen****Umwelt****gepflegt?****Habe ich****heute im****Haushalt****unterstützt?****War mein****Umfeld****heute****ordentlich?**

38. Daily Checklist Business

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

✗

Habe ich**heute****umsatz****generiert?****Habe ich****heute****mein****Business****optimiert?****Habe ich****heute****mein****Netzwerk****erweitert?**

39. 5 ·★ VISUALISATION

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

 ✓**40. Senden**

Markieren Sie nur ein Oval.

**■ WEEK****41. Office ***

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- Briefe eingepflegt
- Emails geschrieben
- Finanzen aktualisiert
- Termine eingetragen

42. Senden

Markieren Sie nur ein Oval.

**■ MONTH****43. Senden**

Markieren Sie nur ein Oval.

**◆ XP**

44. XPs

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	100	1000	10000
MIND	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
BODY	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HUMAN	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ENVIRONMENT	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
BUSINESS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

45. Senden

Markieren Sie nur ein Oval.



Dieser Inhalt wurde nicht von Google erstellt und wird von Google auch nicht unterstützt.

Google Formulare

