



1. MORNING MENU



Markieren Sie nur ein Oval.

- MIND *Fahren Sie mit Frage 4 fort*
- BODY *Fahren Sie mit Frage 36 fort*
- HUMAN *Fahren Sie mit Frage 44 fort*
- ENVIRONMENT *Fahren Sie mit Frage 50 fort*
- BUSINESS *Fahren Sie mit Frage 55 fort*

2. EVENING MENU



Markieren Sie nur ein Oval.

- MIND *Fahren Sie mit Frage 60 fort*
- BODY *Fahren Sie mit Frage 103 fort*
- HUMAN *Fahren Sie mit Frage 128 fort*
- ENVIRONMENT *Fahren Sie mit Frage 141 fort*
- BUSINESS *Fahren Sie mit Frage 154 fort*

3. MANUELL XP

Markieren Sie nur ein Oval.

- INPUT *Fahren Sie mit Frage 168 fort*

MIND CARD

MORNING

MIND CARD

OVERVIEW**MIND CARD**CHANGES

- ▼ Komfortzone
- ▼ Prokrastination
- ▼ Mangel
- ▼ Angst
- ▼ Zweifel
- ▲ Wachstum
- ▲ Action
- ▲ Überschuss
- ▲ Courage
- ▲ Vertrauen

ROLES

- ⇒ GIVER
- ⇒ VISIONÄR
- ⇒ CONCEPT ARCHITECT
- ⇒ INNOVATOR
- ⇒ BUSINESS MAN
- ⇒ BOSS
- ⇒ RICH BOY
- ⇒ FIGHTER
- ⇒ IMMOBILIEN PROJEKTENTWICKLER

RULES

- ★ 24H State Control
- ★ 24H Innertalk Control
- ★ 24H Disziplin
- ★ Tägliche Verbesserung
- ★ Keine Zweifel und Selbstkritik
- ★ Ausschließlich positiver Selbstdiskurs
- ★ Keine Zweifel und Selbstkritik
- ★ Keine Aufschiebung

[□-15•]

MEDITATION

4. [■-2•]Earth Connction

Liebe zum Erdmittelpunkt senden und für das Leben bedanken

Markieren Sie nur ein Oval.



5. [■-10•]6 Phase Meditation

1.MITGEFÜHL & LIEBE > 2.DANKBARKEIT > 3.VERGEBUNG > 4.ZUKUNFTSTRÄUME >
5.PERFEKTER TAG > 6.DER SEGEN

Markieren Sie nur ein Oval.



6. [■-3•]Saiyajin Energy Meditiation

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

Markieren Sie nur ein Oval.



[■-2•]

**INCANTATIONS**

7. 3x Ich erreiche meine Ziele.

Markieren Sie nur ein Oval.



8. 3x Ich verdiene Reichtum und Finanzielle Unabhängigkeit.

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

9. 3x Ich bin dankbar für mein Leben.

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

10. 3x Ich verbessere mich täglich und werde gesünder, stärker, reicher und glücklicher.

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

[■-15•]

VISUALIZATION

11. Uhr

18:40

43%

hublot.com/de-de/watches/t

92

:

**HUBLOT**

PARTNERSCHAFTEN > ..

NEU

BIG BANG
SANG BLEU II WHITE CERAMIC



EUR 26,900 *

45MM

**IN DEN WARENKORB
LEGEN**



ANFRAGEN

Markieren Sie nur ein Oval.



12. KONTOSTAND



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 Wendl

Stadtsparkasse München
BeratungsCenter Allach

KONTAKT



Markieren Sie nur ein Oval.



13. HAUS



Markieren Sie nur ein Oval.



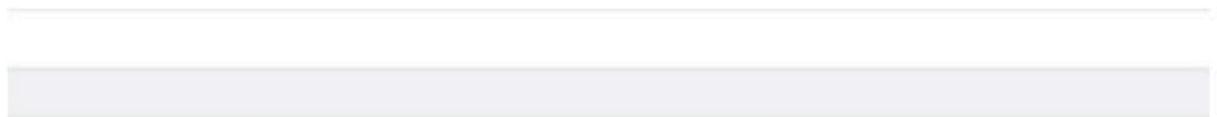
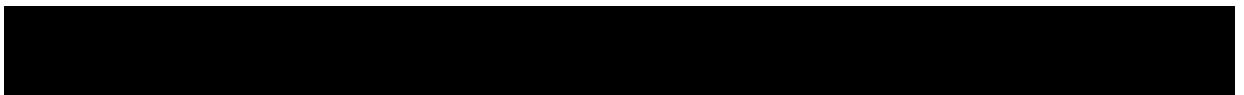
14. HAUS

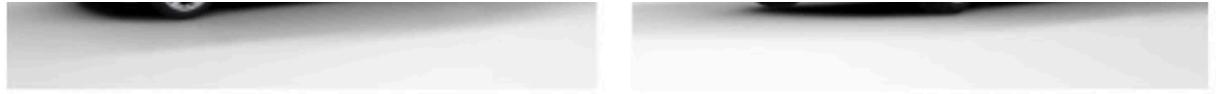


Markieren Sie nur ein Oval.



15. Auto





D)

Markieren Sie nur ein Oval.



16. BUSINESS

Virtuelles Kundencenter

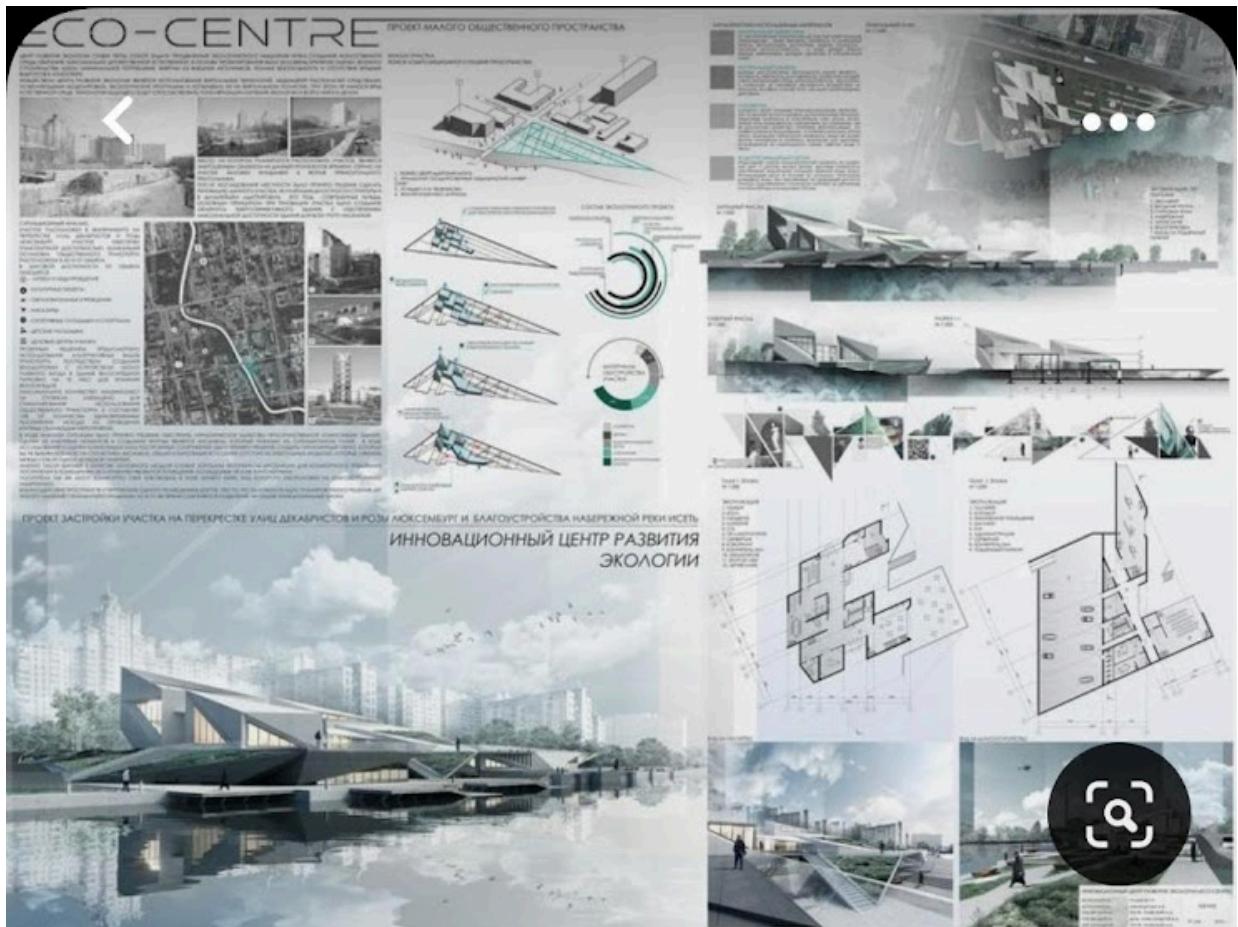


Markieren Sie nur ein Oval.



17. BUSINESS

Immobilien Projektentwicklung > Hausbau Gesellschaft



Markieren Sie nur ein Oval.



18. PERFECT DAY

Markieren Sie nur ein Oval.



[-2•]

ZIELE

19. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

**####****EINKOMMEN****####****01.02.22 //****5.214€****Einkommen****01.07.22 //****18.711€****Einkommen****01.07.24 //****28.711€****Einkommen****01.01.2041 //****Für Rente****3.000.000€****25.02.2041 //****Finanzielle****Freiheit****erlangen****####****LIFESTYLE****####****01.07.22 // In****schöne 5****Zimmer****Wohnung****umziehen mit****Garten****01.07.22 //****Freie****Zeiteinteilung****von Zuhause****arbeiten****01.01.23 //****Eigenes Haus****anzahlen****01.01.24 //**

Mama Haus	01.01.24 //
anzahlen	<input type="checkbox"/>
Mama Haus	
anzahlen	
#### FAMILY	
#### FAMILY	<input type="checkbox"/>
####	
01.01.23 //	
Kimberly	01.01.23 //
Finanzieren	<input type="checkbox"/>
Kimberly	
Finanzieren	
01.01.23 //	
Mama	01.01.23 //
Finanzieren	<input type="checkbox"/>
Mama	
Finanzieren	
####	
BUSINESS	
####	
BUSINESS	<input type="checkbox"/>
####	
01.02.22	
//Virtuelles	
01.02.22	
Kundencenter	
//Virtuelles	
Business	<input type="checkbox"/>
Kundencenter	
Lunchen	
Business	
Lunchen	
01.05.23 //	
Wohnbau	01.05.23 //
Projekt	<input type="checkbox"/>
Wohnbau	
Lunchen	
Projekt	
Lunchen	

[-1•]

WORTH STATEMENTS

20. Ich verdiene den Erfolg weil ich ein guter Mensch bin

Markieren Sie nur ein Oval.



21. Ich verdiene den Erfolg weil ich mit meinen Fähigkeiten vielen Menschen helfen kann

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

22. Ich verdiene den Erfolg weil schlau bin

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

23. Ich verdiene den Erfolg weil ich mich täglich verbessere

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

[■-1•]

MOTIVATION

24. Ich gebe alles um meiner Familie Freiheit, Freude und Sicherheit zu schenken

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

25. Ich gebe alles damit meine Mutter, meine Frau und meine Kinder nicht arbeiten müssen

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

26. Ich gebe alles damit ich glücklich und frei bin

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

27. Ich gebe alles sich die Arbeit der Vergangenheit lohnt

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

28. Ich gebe alles weil ich weiss dass ich für etwas besonderes bestimmt bin

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓

[-30•]

PROGRAMS

29. ➤ Mindset Programm

 Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[-10•] Jim**Rohn -
Personal
Development** **[2-20•]****Sybervision -
Mind Skill** **[2-20•]****Joseph
Rodriguez -
Spirituality** **[2-20•]****Diszpenza -
Change
Program**

30. ➤ Productivity Programm

 Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[-5•]**Arbeitsprozesse
optimieren** **[-5•]****Anforderung
erledigen**

[□-2•]

DAY PLANING

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

32. Was sind meine Ziele heute?

33. Heutige Termine ansehen

Markieren Sie nur ein Oval.



34. E-Mails checken

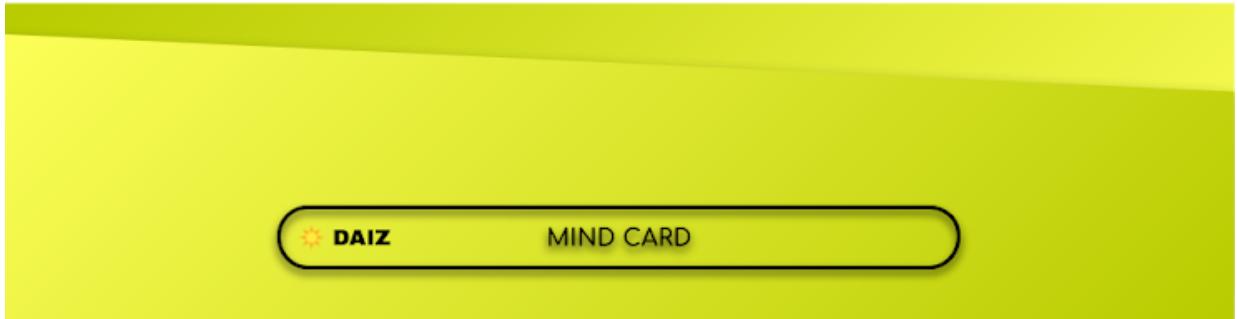
Markieren Sie nur ein Oval.



35. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

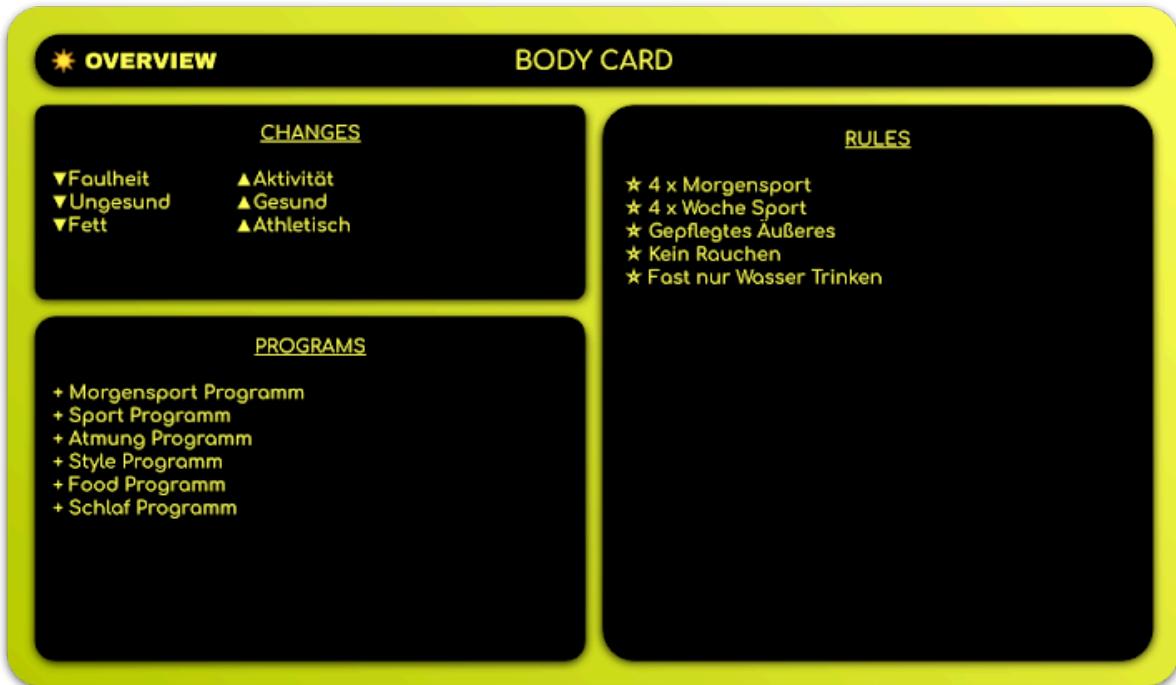




BODY CARD

MORNING





ZIELE

36. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



BODY

####

01.06.22 //

95 Kilo

01.06.22 //

Muskulösen

Körper 8%

Körperfett

####

HEALTH

####

01.12.21 //

Rauchfrei

01.12.21 //

Keto

Ernährung

bis März

01.06.22 //

80%

Vegane

Ernährung

[-107•]

PROGRAMS

37. ➤ Morgensport Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[5-2-2] 50 x
Burpee

[5-2-2] 50 x
Liegestützen

[5-2-2]
Unterarmplank

38. ➤ Sport Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[2-90-2]
**Kampf-
Sport**

[2-60-2]
**Konditions-
Sport**

[2-30-2]
Kraft-Sport

Morgen-Sport

- # Boxen
- # Thaiboxen
- # Jui Jiutsu
- # Ringen

Kampf-Sport

- # Boxen
- # Thaiboxen
- # Jui Jiutsu
- # Ringen

Kraft-Sport

- # Fitness
- # Calistenics
- # Freeletics

Konditions-Sport

- # Laufen
- # Boxsack
- # Radfahren
- # Schwimmen
- # Seilspringen

39. ➤ Atmung Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[-11•]

Wim Hof

- **Guided**

Breathing

40. ➤ Style Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓

[]

Täglich

Duschen

[] 1xp.

M. Friseur

**[] Gute
Klamotten**

**[] Gutes
Parfüm**

41. ► Food Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



[]

Keto



Diät

[] 1

Apfel



am

Tag

[]

Keine



Cola

42. [-5H•] Schlaf Programm

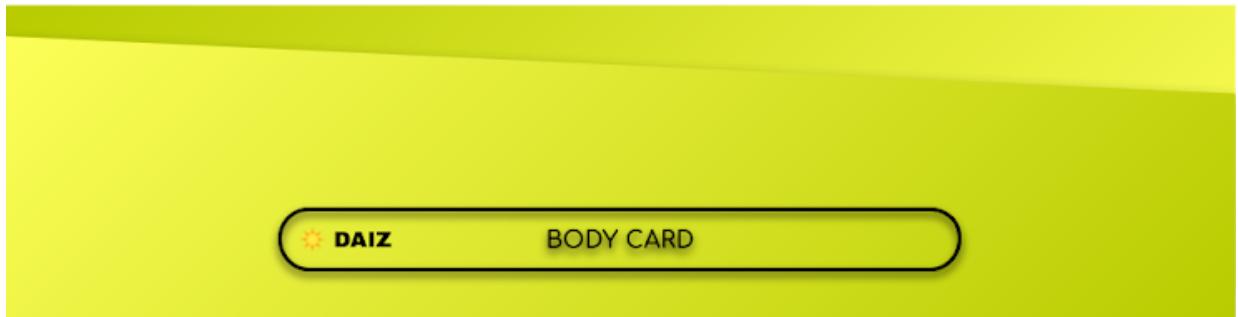
Wie viel Stunden geschlafen?

43. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



HUMAN CARD

MORNING

HUMAN CARD

OVERVIEW**HUMAN CARD**CHANGES

- ▼Unerreichbar ▲Enger Freund
- ▼Ego ▲Unity
- ▼Jammern ▲Begeistern

RULES

- ★ Gut gelaunt sein
- ★ Liebe und Freude ausstrahlen
- ★ Vollen Fokus schenken bei Kommunikation
- ★ Ehrlich sein

PROGRAMS

- + Chat Programm
- + Meet Programm
- + Family Programm

ZIELE

44. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



Familie

Bis 31.12.2022 //

26 Familienessen
abhalten

Bis 31.12.2022 //

Mama wöchentlich
Besuchen

Bis 31.12.2022 //

Familie Finanzieren

Friends

Bis 31.12.2022 //

26
Freundesaktivitäten

PROGRAMS

45. Chat Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1

5

10

[6-2]

Mit
jedem
einmal
Chatten

46. ➤ Meet Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[6-2]

**Mit jedem
einmal
Chatten**

[1x2-60]

**Aktivität
mit Freund**

47. Family Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[1x2-120]

Sonntagsessen

[1-60]

Sonntagsfrühstück

[1-60] Erlebnis

[1-60] Anya

Treffen

Erlebnisse

- # Kino
- # Essen gehen / bestellen
- # Einkaufen gehen
- # Spazieren
- # Sport machen
- # Film schauen zuhause
- # Video Games spielen
- # Ausstellung gehen
- # Ausflug gehen
- # Reisen

48. Humans

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

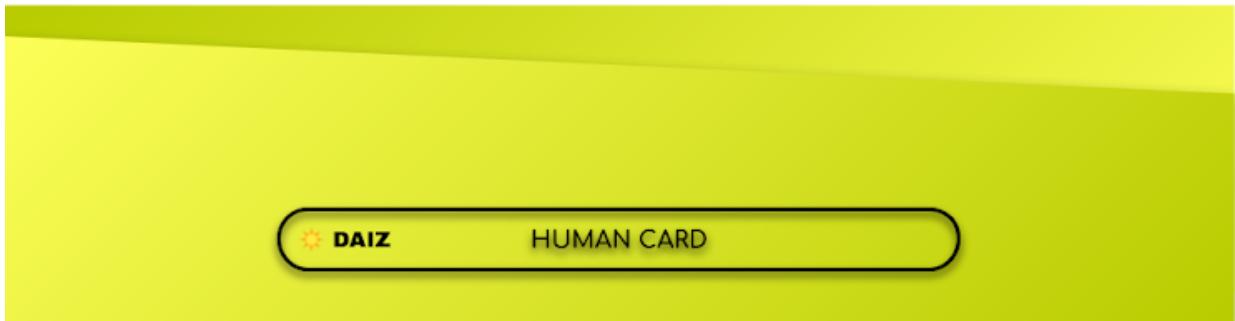
	Chat	Call	Video Call	Real Meeting	Erlebnis
<input checked="" type="checkbox"/> Kimberly	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Anya	<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/> Öcsi	<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/> Pat	<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/> Hamed	<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/> Adrian	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Anita	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Köri	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Oli	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Kevin	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Bobo	<input type="checkbox"/>				
<input checked="" type="checkbox"/> Musti	<input type="checkbox"/>				

49. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



ENVIRONMENT CARD

MORNING





ZIELE

50. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

**####****Wohunug****####****Bis****01.06.2022****// 2 x****Wöchentlich****Aufräumen****Bis****01.06.2022****// 1 x****Wöchentlich****Putzen****Bis****01.06.2022****// 1 x****Wöchentlich****Wohnung****putzen****####****Shaggy****####****Bis****01.06.2022****// 1 x****Wöchentlich****Spielen****PROGRAMS**

51. ➤ Haushalt Programm

 Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[2☒-60◐]**Einkaufen** **[1☒-60◐]****Wohnung****Putzen** **[2☒-20◐]****Aufräumen** **[1☒-20◐]****Wäsche****waschen**

52. ➤ Shaggy Programm

 Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[1☒-60◐]**Ball spielen** **[1☒-20◐]****Spaziergang** **[1☒-20◐]****Waschen**

53. ➤ Garten Programm

 Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[1-5]

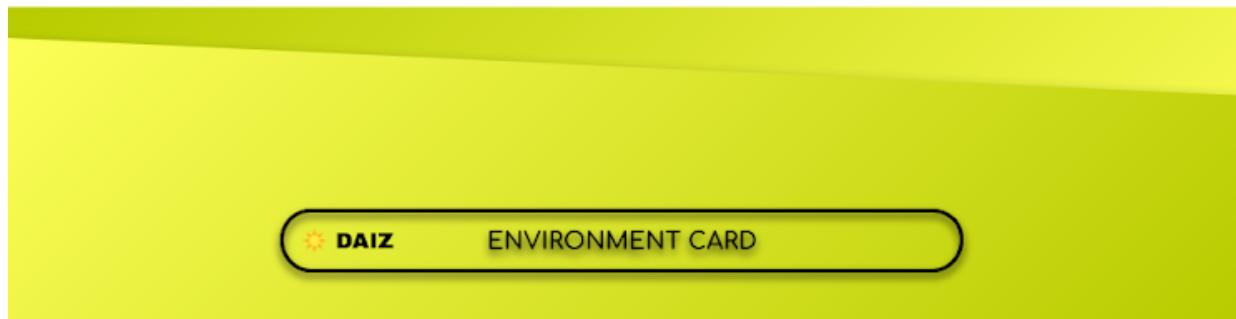
Pflanzen
gießen

54. ☰

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



BUSINESS CARD

MORNING

BUSINESS CARD

★ OVERVIEW

BUSINESS CARD

CHANGES

- ▼ Zweifel ▲ Courage
- ▼ Kaos ▲ Ordnung
- ▼ Armut ▲ Reichtum

RULES

- ★ Keine Selbstzweifel
- ★ Keine Ablenkung
- ★ Eine Aufgabe komplett nach der anderen fertigstellen
- ★ Jeden Tag produktiv optimieren

PROGRAMS

- + Bewerbungs Programm
- + Baureinigungs Programm
- + Immobilien Projektentwicklungs Programm

ZIELE

55. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

**####****Business****####****15.12.2021 //****Baustellen****Reinigung****lunchen****01.06.2022 //****Bauprojekt****lunchen****#### Geld****####****01.02.2022 //****5.200€ Netto****01.07.2022 //****18.800€****Netto****01.07.2024 //****28.800€****Netto****#### Zeit****####****Flexible****Zeiteinteilung****Keine Festen****Arbeitszeiten****PROGRAMS**

56. ► Bewerbungs Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[-20•]

Bewerbungen
schreiben

57. ► Virtuelles Kundencenter Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[-300•]

Business
Lunchen

58. AB. 01.01.2022 ► Immobilien Projektentwicklungs Programm

Tag Woche Monat Jahr Minuten

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

1 5 10

[-240•]

Immobilien
Projekt
entwickeln

59. □

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



MIND CARD

EVENING



SCALES

60. ♥ LOVE

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

61. ♥ HAPPYNESS

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

62. ♥ SELFLOVE

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

63. ♥ PRIDE

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

64. ♥ LIGHT

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

65. ♥ HERO

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

66. ♥ LEADER

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

67. ♥ INNOVATOR

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

68. ♥ POWER HUMAN

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

69.  IQ SOURCE

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

70.  BUSINESS MAN

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +



ROLES

71. Family Man

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

72. Leader

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

73. Immobilien Projektentwickler

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

74. Giver

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

75. Visionär

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

76. Concept Architect

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

77. Innovator

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

78. Business Man

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

79. Rich Boy

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

80. Fighter

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

CHANGES

81. Changes

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



▼ Komfortzone

▲ Wachstum

▼ Prokrastination

▲ Action

▼ Mangel

▲ Überschuss

▼ Angst

▲ Courage

▼ Zweifel

▲ Vertrauen

[-2•]

ZIELE

82. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

**####****EINKOMMEN****####****01.02.22 //****5.214€****Einkommen****01.07.22 //****18.711€****Einkommen****01.07.24 //****28.711€****Einkommen****01.01.2041 //****Für Rente****3.000.000€****25.02.2041 //****Finanzielle****Freiheit****erlangen****####****LIFESTYLE****####****01.07.22 // In****schöne 5****Zimmer****Wohnung****umziehen mit****Garten****01.07.22 //****Freie****Zeiteinteilung****von Zuhause****arbeiten****01.01.23 //****Eigenes Haus****anzahlen****01.01.24 //**

Mama Haus
01.01.24 //
anzahlen
Mama Haus

anzahlen
FAMILY

FAMILY

01.01.23 //

Kimberly
01.01.23 //
Finanzieren
Kimberly

Finanzieren
01.01.23 //

Mama
01.01.23 //
Finanzieren
Mama

Finanzieren
####

BUSINESS

BUSINESS

01.02.22 //

Virtuelles
01.02.22 //
Kundencenter
Virtuelles
Business
Kundencenter
Lunchen
Business

Lunchen
01.05.23 //

Wohnbau
01.05.23 //
Projekt
Wohnbau
Lunchen
Projekt

Lunchen

CHECKLIST

83. Rules Check

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓ ✗

★ 24H State
Control

★ 24H
Innertalk
Control

★ 24H
Disziplin

★ Tägliche
Verbesserung

★ Keine
Zweifel und
Selbstkritik

★
Ausschließlich
positiver
Selbsttalk

★ Keine
Zweifel und
Selbstkritik

★ Keine
Aufschiebung

84. Habe ich heute meinen State kontrolliert ?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓

✗

85. Habe ich heute negativen Selftalk verdrängt ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

86. Bin ich heute spirituell gewachsen ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

87. Habe ich heute meine Lebensqualität gesteigert ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

88. Habe ich heute schlechte Emotionen verdrängt ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

89. Habe ich heute ein gutes internes Vokabular benutzt ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

90. Habe ich mich heute persönlich weiterentwickelt ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

91. Habe ich heute folgende Emotionen vermieden: Angst, Frust, Ungeduld, Zweifel ?

Markieren Sie nur ein Oval.

 ✓ ✗

PROGRAM RATING

92. Mindset Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

93. Productivity Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

CHALLENGES

94. 60 x Mind Program

95. 60 x Productivity Program

96. 60 x Rules Check alle erfüllt

JOURNALS

97. Erfolgs-Journal

98. Dankbarkeits-Journal

99. Glücklichkeits-Journal

100. Lern-Journal

101. Value-Journal

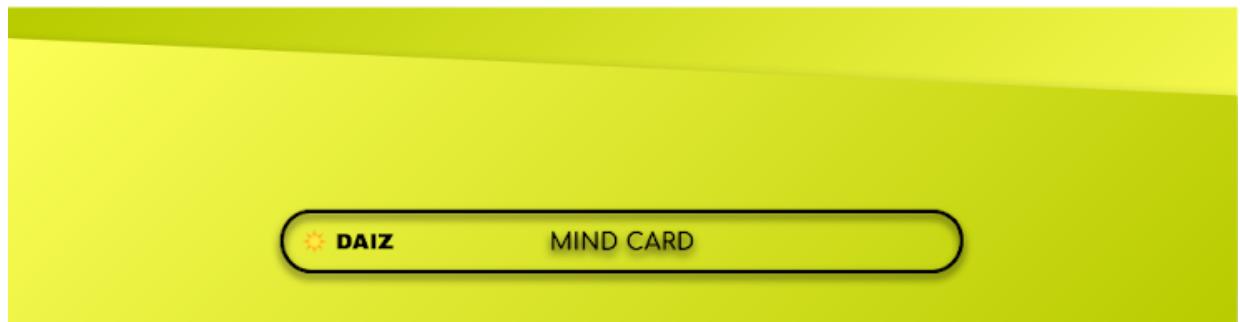
Disziplin # Limiting Mindset # Money

102. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



BODY CARD

EVENING



SCALES

103. Energy

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

104. Ernährung

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

105. Körperhaltung

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

CHANGES

106. Changes

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



▼ Faulheit

▲ Aktivität

▼ Ungesund

▲ Gesund

▼ Fett

▲ Athletisch

[-2•]

ZIELE

107. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



BODY**####**

01.06.22 //**95 Kilo**

01.06.22 //**Muskulösen****Körper 8%****Körperfett**

####**HEALTH****####**

01.12.21 //**Rauchfrei**

01.12.21 //**Keto****Ernährung****bis März**

01.06.22 //**80%****Vegane****Ernährung**

**CHECKLIST**

108. Rules Check

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	✓	✗
★ Morgensport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Gepflegtes Äußereres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Kein Rauchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Fast nur Wasser Trinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

109. Habe ich rauchfrei gelebt?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

110. Habe ich mich heute gesund ernährt?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

111. Habe ich mich heute meinen Ernährungsplan durchgezogen?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

112. Habe ich heute überwiegend Wasser getrunken?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

113. Habe ich heute 5h geschlafen?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

114. Habe ich heute Sport getrieben?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

115. Habe ich heute im Alltag gut geatmet?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

PROGRAM RATING

116. Morgensport Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

117. Sport Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

118. Atmung Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

119. Style Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

120. Food Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

121. Schlaf Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

**CHALLENGES****122. 60 x Morgensport**

123. 60 x Sport

124. 60 x Atemübungen

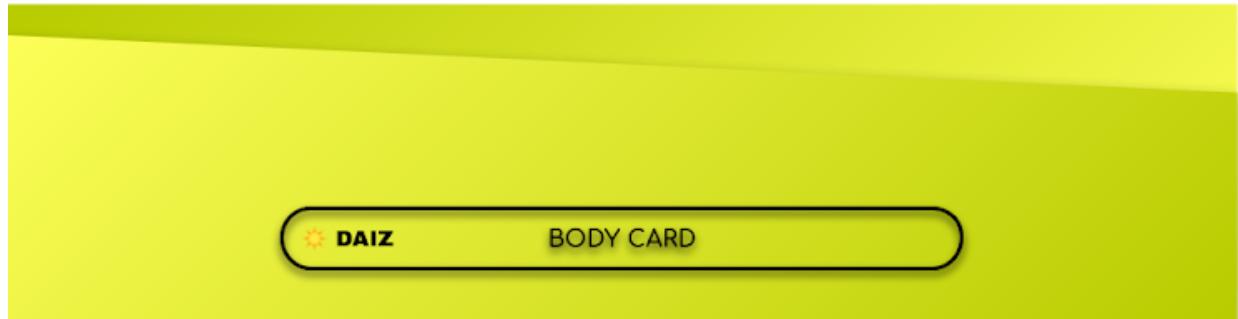
125. 60 x Keto Diät

126. 60 x 5H Schlafen

127. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

- SENDEN
 ► MENU



HUMAN CARD

EVENING



SCALES

128. Love

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

129. Fokus auf Gesprächspartner

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

CHANGES

130. Changes

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



▼ Unerreichbar

▲ Enger

Freund

▼ Ego ▲ Unity

▼ Jammern

▲ Begeistern



ZIELE

131. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



Familie

Bis 31.12.2022 //

26 Familienessen

abhalten

Bis 31.12.2022 //

Mama wöchentlich

Besuchen

Bis 31.12.2022 //

Familie Finanzieren

Friends

Bis 31.12.2022 //

26

Freundesaktivitäten

CHECKLIST

132. Rules Check

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	✓	✗
★ Gut gelaunt sein	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
★ Liebe und Freude ausstrahlen	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
★ Vollen Fokus schenken bei Kommunikation	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
★ Ehrlich sein	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

133. Wie habe ich heute das Leben eines Mitmenschen positiv beeinflusst?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

134. Habe ich heute meine Familie und meine Freunde gut gehandelt und Ihnen Liebe gezeigt?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

PROGRAM RATING

135. Chat Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

136. Meet Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

137. Family Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

CHALLENGES

138. 28 x Erlebnisse mit Freunden

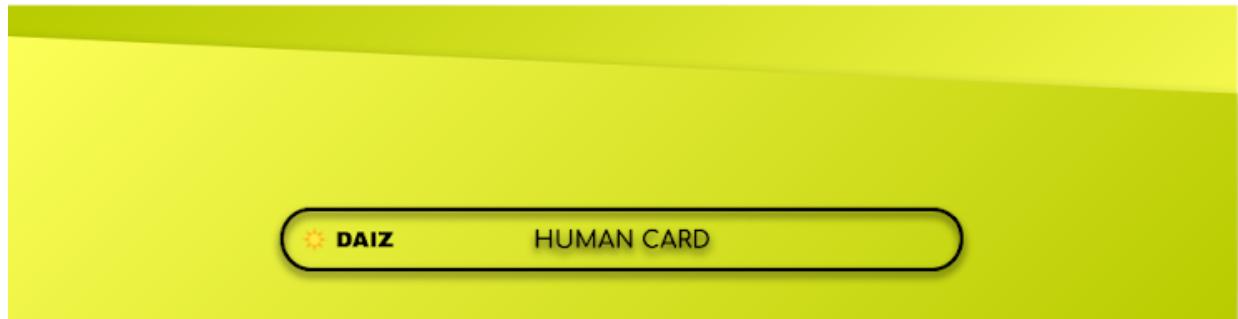
139. 28 x Familien Essen

140. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



ENVIRONMENT CARD

EVENING

ENVIRONMENT CARD

SCALES

141. Ordnung

Markieren Sie nur ein Oval.

1 2 3 4 5

- +

CHANGES

142. Changes

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



▼ Unordnung

▲ Unordnung

▼ Unhygiene

▲ Hygiene

ZIELE

143. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

**####****Wohnung****####****Bis****01.06.2022****// 2 x****Wöchentlich****Aufräumen****Bis****01.06.2022****// 1 x****Wöchentlich****Putzen****Bis****01.06.2022****// 1 x****Wöchentlich****Wohnung****putzen****####****Shaggy****####****Bis****01.06.2022****// 1 x****Wöchentlich****Spielen****CHECKLIST**

144. Rules Check

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

✓ ✗

★ Alles

Aufräumen

nach

Benutzung

★ Kein

Müll liegen

lassen

★

Wohnung

1x pro

Woche

putzen

★ Wäsche

1x pro

Woche

waschen

145. Habe ich heute alles ordentlich hinterlassen?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓

✗

146. Habe ich heute mein Müll nicht liegen gelassen?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓

✗

PROGRAM RATING

147. Haushalt Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

148. Shaggy Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

149. Garten Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

CHALLENGES

150. 60 x Wohnung aufräumen

151. 60 x Wohnung putzen

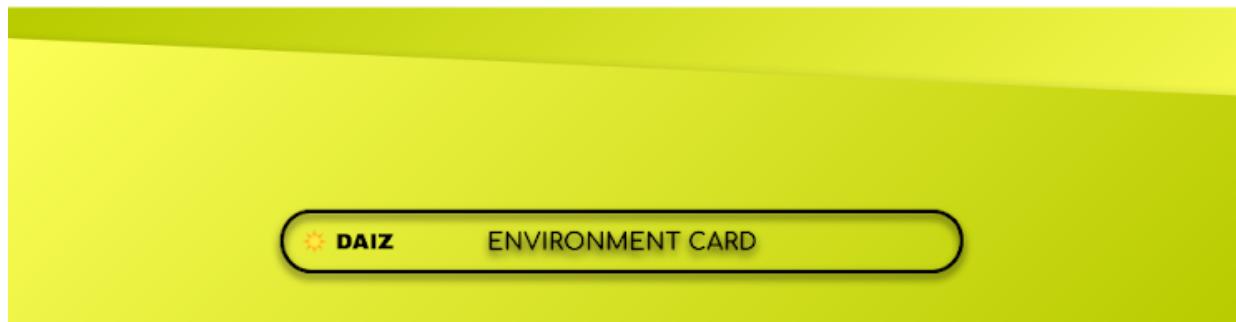
152. 60 x Shaggy spielen

153. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

► SENDEN

► MENU



BUSINESS CARD

EVENING

BUSINESS CARD

SKILLS TRAINING

154. Skills Training

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	1	10	100
IP Immobilien Projektentwicklung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IP: Immobilien Projektentwicklung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IP: Projektmanagement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IP: Investment	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IP: Wohnbau Genossenschaften	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IP: Baurecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IP: I.P.E. Markt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
EN Entrepreneur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
EN: Management	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
EN: Leader	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
EN: Founding	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VC Virtuelles Kundencenter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VC: Callcenter KPIs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VC: Cloud Software	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VC: Mitarbeiter & Kunden Akquise	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CHANGES

155. Changes

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.



▼ Zweifel

▲ Courage

▼ Kaos

▲ Ordnung

▼ Armut

▲ Reichtum

ZIELE

156. Ziele Wiederholen

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

**####****Business****####****15.12.2021 //****Baustellen****Reinigung****lunchen****01.06.2022 //****Bauprojekt****lunchen****#### Geld****####****01.02.2022 //****5.200€ Netto****01.07.2022 //****18.800€****Netto****01.07.2024 //****28.800€****Netto****#### Zeit****####****Flexible****Zeiteinteilung****Keine Festen****Arbeitszeiten****CHECKLIST**

157. Rules Check

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

	✓	✗
★ Keine Selbstzweifel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Keine Ablenkung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Eine Aufgabe komplett nach der anderen fertigstellen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
★ Jeden Tag produktiv optimieren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

158. Habe ich heute meine Projekte näher zum Ziel gebracht?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

159. Habe ich heute versucht neue Aufträge zu generieren?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

160. Habe ich heute meine Kunden zufrieden gestellt?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

161. Habe ich heute einen Schritt vorwärts zur finanziellen Unabhängigkeit gemacht?

Markieren Sie nur ein Oval.

✓
 ✗

PROGRAM RATING

162. Bewerbungs Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

0
 1
 5
 10

163. Virtuelles Kundencenter Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

0
 1
 5
 10

164. Immobilien Projektentwicklung Programm Rating

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- 0
- 1
- 5
- 10

CHALLENGES**165. 50 x Bewerbungen**

166. 1 x Virtuelles Kundencenter Auftrag

167. ☐

Markieren Sie nur ein Oval.

- SENDEN
- MENU



MANUELLER INPUT

EVENING

168. Bereich

Dropdown

Markieren Sie nur ein Oval.

- MIND
- BODY
- HUMAN
- ENVIRONMENT
- BUSINESS

169. XP

170. 三

Markieren Sie nur ein Oval.

- SENDEN
- MENU

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

Google Formulare