

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| L | M | M | G | V | S | D |
|   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |

|      |          |          |  |          |         |           |       |               |
|------|----------|----------|--|----------|---------|-----------|-------|---------------|
|      |          | TIPS     | <p>Per ogni attività programma più tempo di quello che pensi sia necessario...un 15-20% in più</p> |          |         |           |       |               |
| AREE | FAMIGLIA | EMOZIONI | CREATIVITÀ   | CARRIERA | FINANZE | SOCIALITÀ | SPORT | SPIRITUALITA' |

| GAIN | Quali miglioramenti vuoi ottenere? | PAIN | Quali difficoltà vuoi superare? |
|------|------------------------------------|------|---------------------------------|
|      |                                    |      |                                 |

|                       |  |
|-----------------------|--|
| OBIETTIVI SETTIMANALI |  |
|                       |  |

Quali programmi hai oggi per raggiungere gli obiettivi settimanali?

|  | LUN       |  | MAR |  | MER |  | GIO |  | VEN |  | SAB |  | DOM |
|--|-----------|--|-----|--|-----|--|-----|--|-----|--|-----|--|-----|
|  |           |  |     |  |     |  |     |  |     |  |     |  |     |
|  | PER ALTRI |  |     |  |     |  |     |  |     |  |     |  |     |
|  | PER TE    |  |     |  |     |  |     |  |     |  |     |  |     |