

ENERGIE & ZEIT DER RESSOURCEN-CHECK

Deine Energie und Deine Zeit sind kostbar und begrenzt. Investiere sie in Dinge, die Dich in Deinem Business weiterbringen. Natürlich alles mit dem Ziel, dass Du Dein Business und Leben so führen kannst, wie Du es Dir wünschst!

- › Welche Dinge waren in den letzten 12 Monaten in Deinem Business für Dich *Energiespender* und welche Dinge waren *Energiefresser*?



- › Welche Dinge waren in den letzten 12 Monaten in Deinem Business für Dich *unproduktive Zeitfresser*? Was könntest Du verändern, um diese Zeitfresser in den Griff zu bekommen?



- › Wie viele *freie Tage* hast Du Dir in den letzten 12 Monaten gegönnt? Waren diese Auszeiten genug, um wirklich zu regenerieren?

- › Wann oder wodurch konntest Du Dich am besten *entspannen*?