

# Ich coache mein Unterbewusstsein - Persönlicher Aktivitätsplan



[www.feel-yourself-free.de](http://www.feel-yourself-free.de)

Name: \_\_\_\_\_

## Tägliche Meditationseinheit

Zeitpunkt:	
Aktivität	Dauer

## Über den Tag verteilt

Aktivität	Anmerkung

## Vor dem Schlafengehen

Aktivität	Anmerkung

Nächste Überarbeitung meines Aktivitätsplans: \_\_\_\_\_