

Mein persönlicher Plan für neue Gewohnheiten

		Bereich 1:	Bereich 2:	Bereich 3:
		Challenge:	Challenge:	Challenge:
Woche 1	Tag 1			
	Tag 2			
	Tag 3			
	Tag 4			
	Tag 5			
Woche 2	Tag 1			
	Tag 2			
	Tag 3			
	Tag 4			
	Tag 5			
Woche 3	Tag 1			
	Tag 2			
	Tag 3			
	Tag 4			
	Tag 5			
Woche 4	Tag 1			
	Tag 2			
	Tag 3			
	Tag 4			
	Tag 5			
Woche 5	Tag 1			
	Tag 2			
	Tag 3			
	Tag 4			
	Tag 5			