



DIE ERFOLGSAKADEMIE

Die Erfolgsmacherin Katja Jäger

.....

# 40-Tage-Gamechanger Challenge

*Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu  
verändern*

**40-Tage-Gamechanger Challenge**

Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu verändern

.....

**Tag 8**

Dein Tagesprotokoll

*Tag 8 der 40 Tage Challenge: So gelingt Dein Neustart*

Was machst Du den ganzen Tag so? Führe heute mal Protokoll Deines „normalen Tagesablaufs.“ Was machst Du und was fühlst Du? Höre in Dich hinein!! Lausche genau und schreibe es auf.

Es geht so viel an unserem Bewusstsein vorbei, weil es einfach immer wieder automatisch abläuft. Ein Protokoll und zwar wirklich im 20-Minuten-Rhythmus deckt Vieles auf. Lass Dich überraschen. Du kannst auch Dein Handy für die Notizen benutzen und wenn Du möchtest, auch mehrere Tage protokollieren. Erleuchtend, kann ich Dir sagen. Du wirst Dich wundern!!

Ich wünsche Dir viele gute Erkenntnisse!

.....

Die Erfolgsmacherin Katja Jäger

\*\*\*\*\*

**40-Tage-Gamechanger Challenge**

Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu verändern

