SELBSTREFLEXION

Welche **Fehler** habe ich in der letzten Phase gemacht?

Was habe ich in der letzten Phase **richtig** gemacht?

Was hätte ich in der letzten Phase **besser** machen können?

Was kann ich aus den Erfahrungen der letzten Phase **lernen**?

- BEGINN DER 2. PHASE -

© My Workout Journal 2018