

## Tagesablauf Jahresplanung

08.00 Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	Jahresrückblick
10.30 Uhr	Pause mit Spaziergang
11.00 Uhr	Wünsche und Vision – Teil 1
12.00 Uhr	Mittagessen mit anschließender Pause Spaziergang oder Mittagschlaf
13.30 Uhr	Wünsche und Vision – Teil 2
14.30 Uhr	Kaffeepause
14.45 Uhr	Jahresplanung – Ideensammlung für verschiedene Lebensbereiche
15.45 Uhr	Pause mit Bewegung
16.00 Uhr	Jahresplanung – konkrete Zielsetzung und Fokussierung
17.00 Uhr	Ende des Jahresplanungstages