

Достигатор Целей 2.0

Новый Уровень!



***Алексей и Регина
Морозовы***

представляют ...

Достигатор Целей 2.0

Новый Уровень!



Достигай
личного **Максима**
во всём!

«Достигатор Целей»
www.dostigatorcelei.ru

Задание 1.

Внедряем ваш персональный ритуал **Успешный День.**

1. Подъем по будильнику (запланируйте время)
2. Выпиваем стакан воды
3. Прогулка / Пробегка порядка 15 минут
4. Говорим Благодарности!
5. Душ
6. Саморазвитие. 30 минут.
- (7. Завтрак)



Задание 2.

Запланируйте ежедневное фиксированное время подъема.
С учетом времени на ваш ритуал Успешный День.



Задание 3.

Пишем план на следующий день. Крупными блоками.
Примерно по 1.5-2 часа.

Планирование



Задание 4.

На ближайшие 30 дней убираем из жизни 4 вещи

1. алкоголь
2. курение
3. телевизор
4. фастфуд – еда в любых киосках на улице, макдоналдс



Задание 5.

На ближайшие 14 вводим Расслабление.

См. видео <http://rich-peoples.com/obuchenie-2/calm/>

1. Выберите одно из первых 2х упражнений
2. Делайте каждый день мин. 15 минут в день!



Достигатор Целей 2.0

Новый Уровень!

- Ссылка на День1 в закрытом разделе сайта
- Аудио-запись, слайды, задание
- Выкладывать отчеты ЛЕГЧЕ ВСЕГО сразу после занятия
- Ссылка на новый день тренинга