PLANER NA 90 DNI



ABY MARZENIA STAŁY SIĘ PLANEM

Katarzyna Sadowska

Prawa autorskie: © 2025 Kobieca Siłownia

Pytania proszę kierować pod adres:

biuro@kobiecasilownia.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Publikacja ani żadna jej część nie może być przedrukowana ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana czy powielana mechanicznie, fotooptycznie, zapisywana elektronicznie lub magnetycznie, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy.

💖 WITAJ W TWOIM 90-DNIOWYM PLANERZE

Ten planer powstał z myślą o Tobie – żeby każdego dnia przypominał Ci, że masz w sobie siłę, by tworzyć życie, którego pragniesz.

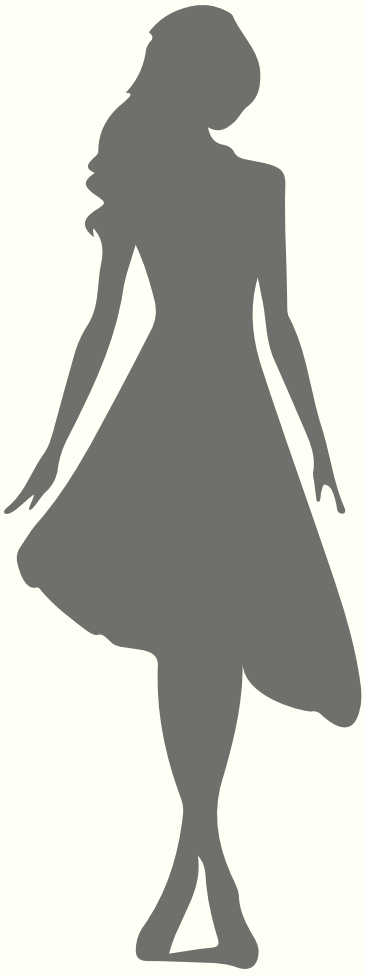
Znajdziesz tu przestrzeń na marzenia i cele, ale też na wdzięczność, refleksję i małe kroki, które naprawdę zmieniają codzienność.

✨ **Jak korzystać z planera?**

- **Plan 90 dni** pomoże Ci wyznaczyć kierunek w czterech ważnych obszarach: zdrowie, relacje, rozwój i praca.
- **Cele miesięczne** dadzą Ci jasność i skupienie na najbliższych tygodniach.
- **Afirmacja miesiąca** będzie Twoim mottem i źródłem siły.
- **Plan tygodnia** pomoże Ci trzymać priorytety i zauważać drobne zmiany.
- **Rytuały poranne i wieczorne** pozwolą Ci zacząć i kończyć dzień z uważnością, wdzięcznością i lekkością.
- **Plan dnia** to Twoje codzienne centrum – miejsce, gdzie łączysz najważniejsze zadania z troską o siebie.

🌸 **Pamiętaj**: nie musisz uzupełniać wszystkiego idealnie. Ten planer ma być Twoim towarzyszem, a nie obowiązkiem. Wracaj do niego wtedy, gdy chcesz poczuć jasność, wsparcie i motywację.

💎 **To Twoje 90 dni – pełne odwagi, wdzięczności i małych kroków prowadzących do wielkiej zmiany**.



ODWAGA
WSPARCIE
PLAN
ENERGIA
DZIAŁANIE

Kobieca Siłownia

🌸 JAK STWORZYĆ AFIRMACJĘ MIESIĘCZNĄ?

Afirmacja miesiąca to Twoje **motto kobiecej siły** – zdanie, które będzie Cię prowadzić przez kolejne tygodnie. To jak szept przyjaciółki, która codziennie przypomina Ci: „Dasz radę, jesteś wyjątkowa, idź dalej".

✨ **Jak ją stworzyć:**

1. Zatrzymaj się na chwilę, zamknij oczy i zapytaj siebie: **czego najbardziej pragnę dla siebie w tym miesiącu** – może to być spokój, lekkość, odwaga, miłość, konsekwencja.
2. Zamień to w **zdanie pełne mocy** – pozytywne i w teraźniejszości, np.:
   - „Z odwagą idę w stronę swoich marzeń."
   - „Każdego dnia czuję więcej spokoju i lekkości."
   - „Moje serce i umysł pracują dla mnie, a nie przeciwko mnie."
3. Wybierz słowa, które **rozpalają w Tobie ciepło** – jeśli na samą myśl pojawia się uśmiech, wiesz, że to ta afirmacja.

🌸 **Jak z nią pracować**:

- Zapisz ją w planerze i czytaj codziennie rano – jak list do samej siebie.
- Umieść ją w miejscu, gdzie często zaglądasz: na lustrze, w portfelu, przy łóżku.
- Wracaj do niej, gdy pojawi się zwątpienie – niech będzie Twoją kotwicą i przypomnieniem, że masz w sobie moc.

🌸 JAK STWORZYĆ AFIRMACJĘ DNIA?

Afirmacja dnia to Twój **drobny amulet** – krótkie zdanie, które dodaje Ci siły właśnie na dziś. To taki kobiecy rytuał – moment, w którym wybierasz, jakie emocje chcesz zaprosić do swojego serca.

✨ **Jak ją stworzyć:**

1. Zadaj sobie pytanie: „Czego dziś najbardziej potrzebuję?" – odwagi, spokoju, radości, cierpliwości?
2. Zamień to w krótkie zdanie, które brzmi jak obietnica dla siebie:
   - „Dziś wybieram spokój i lekkość."
   - „Dziś mam w sobie odwagę, by zrobić krok naprzód."
   - „Dziś pielęgnuję swoją radość i wdzięczność."
3. Nie szukaj doskonałości – niech to będzie zdanie, które płynie prosto z Twojego serca.

🌸 **Jak z nią pracować:**

- Powiedz ją na głos rano, najlepiej patrząc w lustro.
- Zapisz ją w planerze, aby przez cały dzień mogła Ci towarzyszyć.
- Wieczorem sprawdź, jak ta afirmacja Cię niosła – zapisz choć jedno zdanie o tym, co zmieniła w Twoim dniu.

💎 **Pamiętaj:** Afirmacje to nie tylko słowa. To **Twoja decyzja**, by traktować siebie z czułością i wiarą. To jak codzienne przytulenie samej siebie.

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN NA 90 DNI

ZDROWIE I CIAŁO

RELACJE I BLISCY

ROZWÓJ I PASJE

PRACA I FINANSE

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MOJE CELE NA NOWY MIESIĄC

ZDROWIE I ENERGIA



RELACJE I BLISCY



ROZWÓJ I PASJE



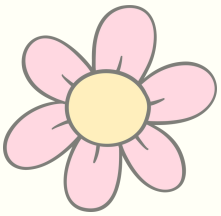
PRACA I FINANSE



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MOJA AFIRMACJA MIESIĄCA





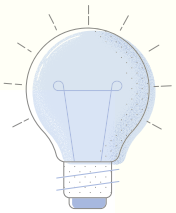


Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



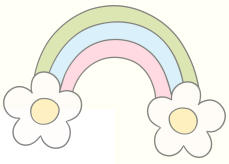
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

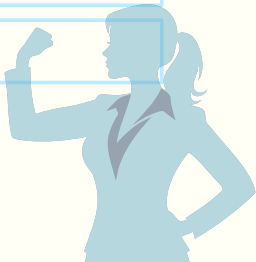


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

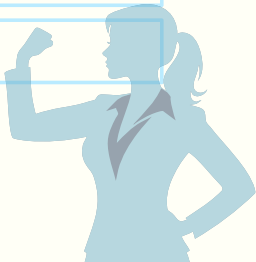


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

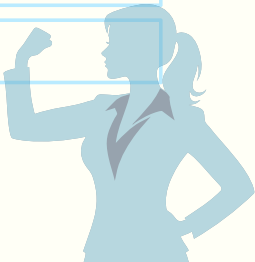


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

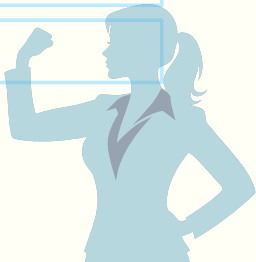


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

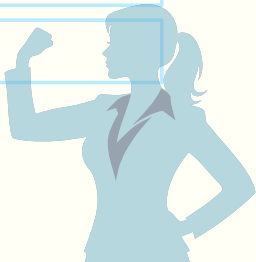


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

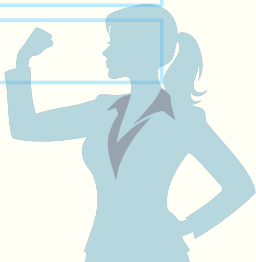


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

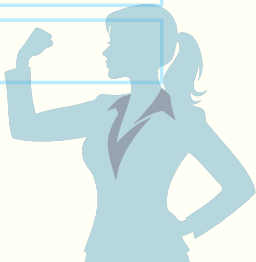


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

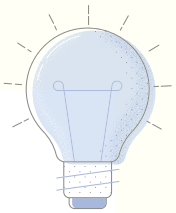
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



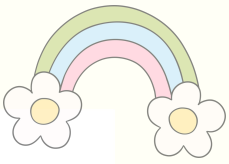
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

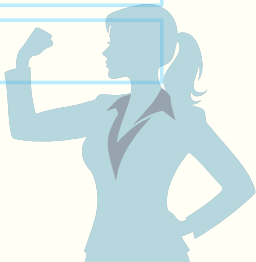


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

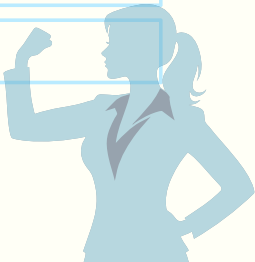


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

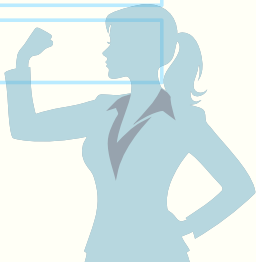


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

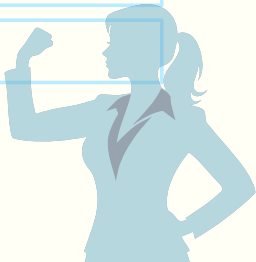


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

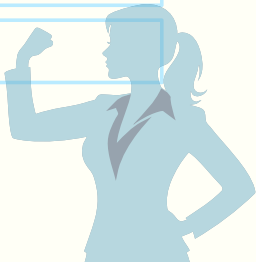


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

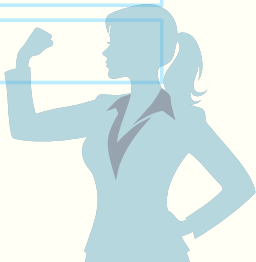


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

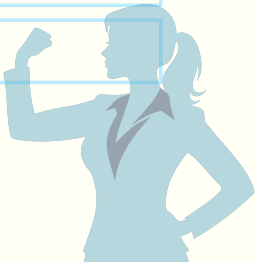


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

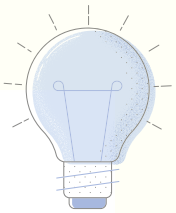
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



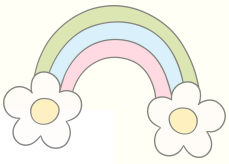
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

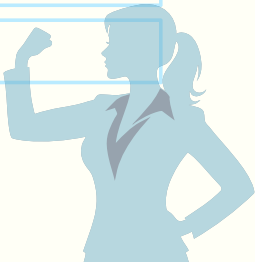


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

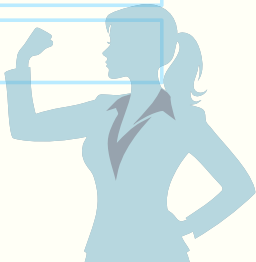


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

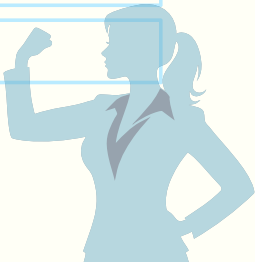


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

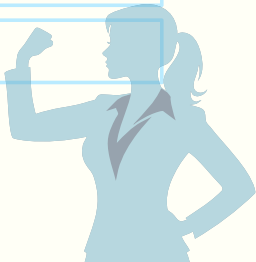


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

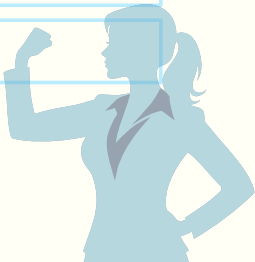


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

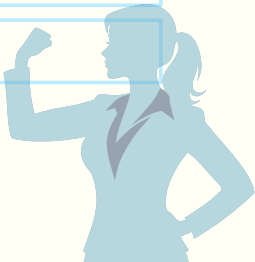


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

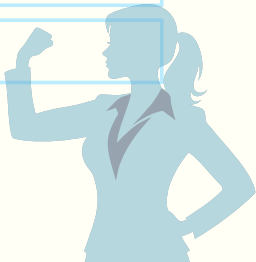


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

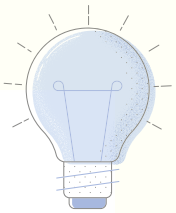
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



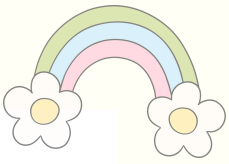
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

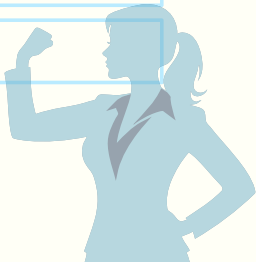


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

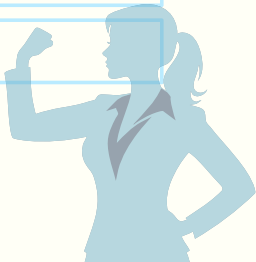


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

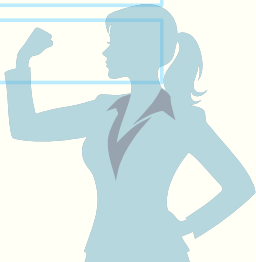


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

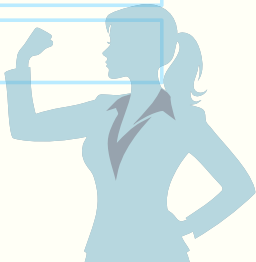


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

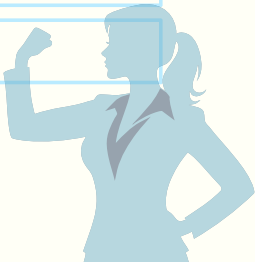


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

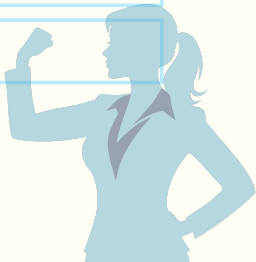


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

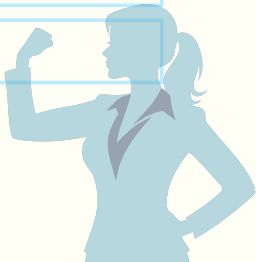


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

REFLEKSJA MIESIĘCZNA

1. Moje 3 największe sukcesy tego miesiąca:

.....
.....
.....

2. Najważniejsza lekcja, którą zabieram ze sobą dalej:

.....
.....
.....

3. Za co jestem najbardziej wdzięczna w tym miesiącu?

.....
.....
.....

4. Który obszar (zdrowie, relacje, rozwój, praca/finanse) najbardziej się poprawił?

.....
.....
.....

5. Co chcę zrobić inaczej w kolejnym miesiącu?

.....
.....
.....









Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MOJE CELE NA NOWY MIESIĄC

ZDROWIE I ENERGIA



RELACJE I BLISCY



ROZWÓJ I PASJE



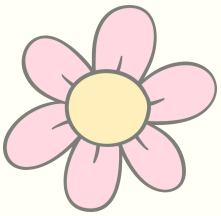
PRACA I FINANSE



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MOJA AFIRMACJA MIESIĄCA





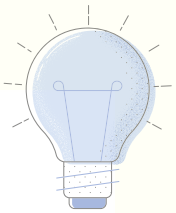


Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



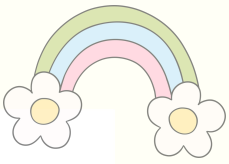
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

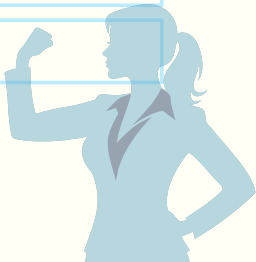


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

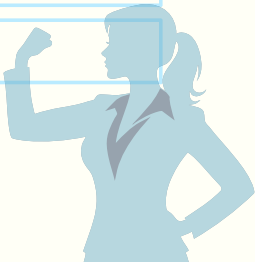


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

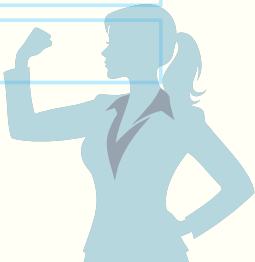


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

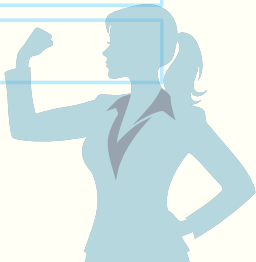


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

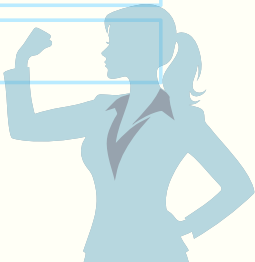


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

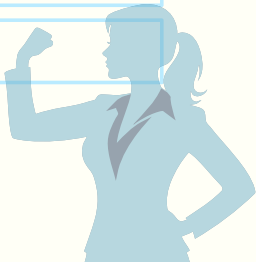


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

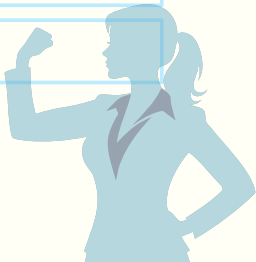


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

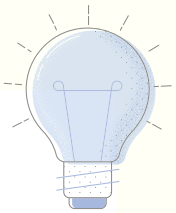
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



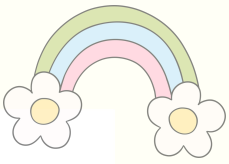
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

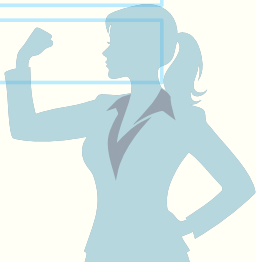


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

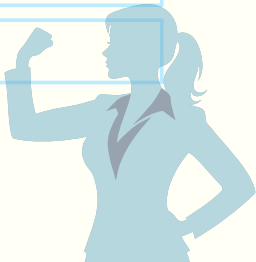


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

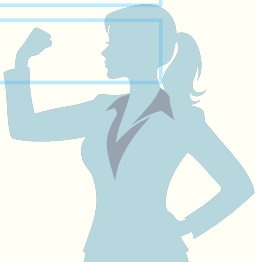


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

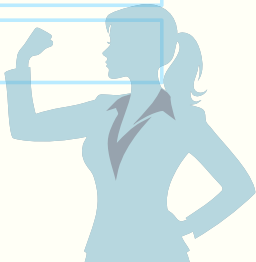


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

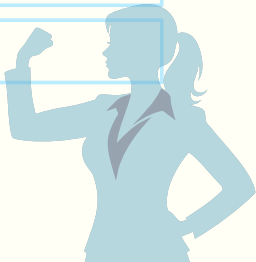


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

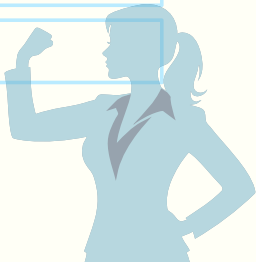


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

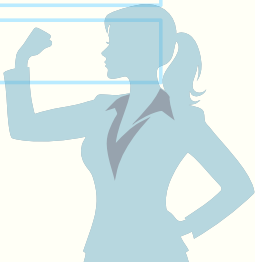


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

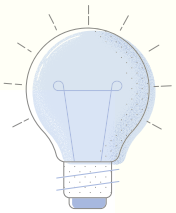
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



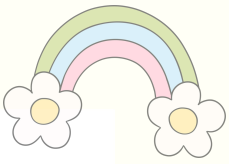
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

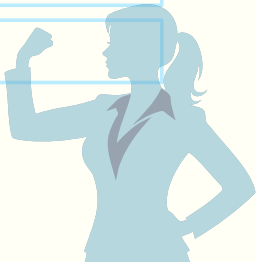


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

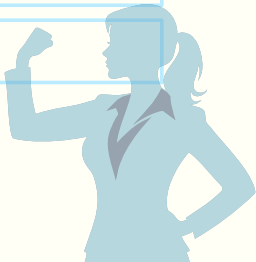


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

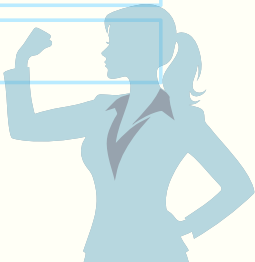


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

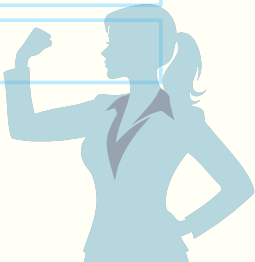


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

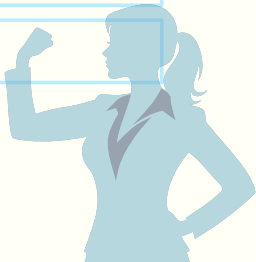


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

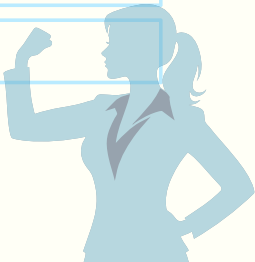


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

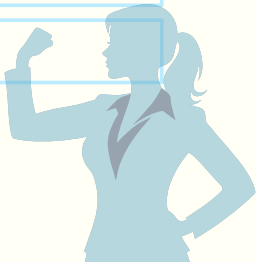


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

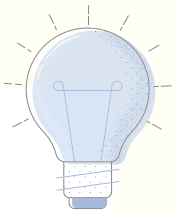
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



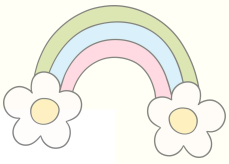
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

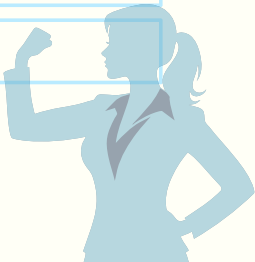


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

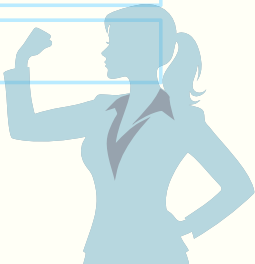


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

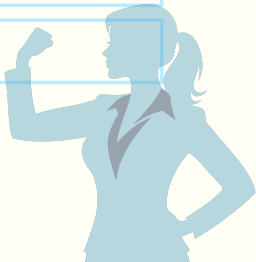


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

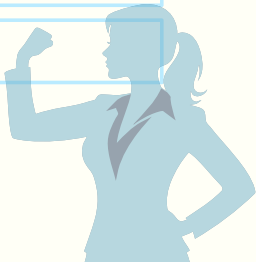


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

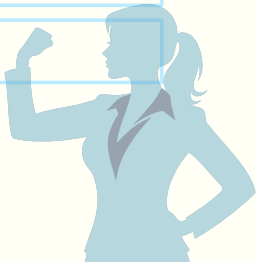


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

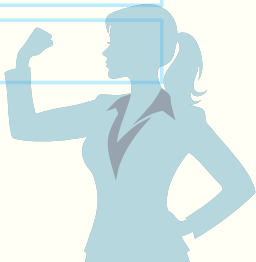


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

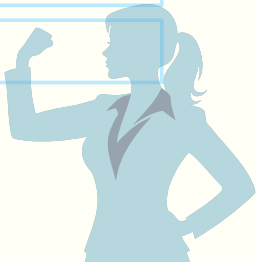


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

REFLEKSJA MIESIĘCZNA

1. Moje 3 największe sukcesy tego miesiąca:

.....
.....
.....

2. Najważniejsza lekcja, którą zabieram ze sobą dalej:

.....
.....
.....

3. Za co jestem najbardziej wdzięczna w tym miesiącu?

.....
.....
.....

4. Który obszar (zdrowie, relacje, rozwój, praca/finanse) najbardziej się poprawił?

.....
.....
.....

5. Co chcę zrobić inaczej w kolejnym miesiącu?

.....
.....
.....









Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MOJE CELE NA NOWY MIESIĄC

ZDROWIE I ENERGIA



RELACJE I BLISCY



ROZWÓJ I PASJE



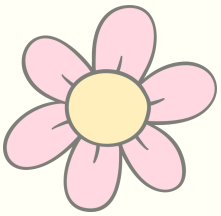
PRACA I FINANSE



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MOJA AFIRMACJA MIESIĄCA





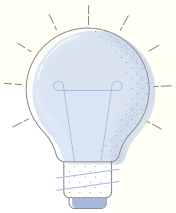


Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



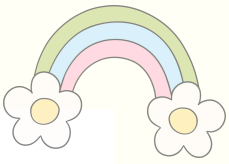
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

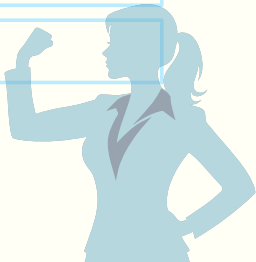


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

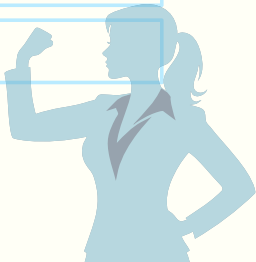


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

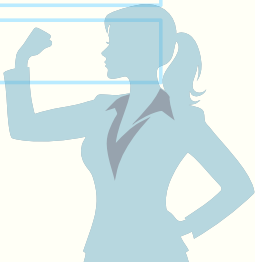


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

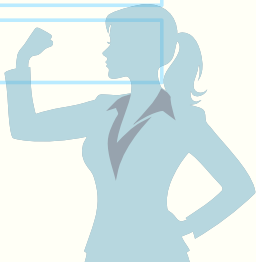


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

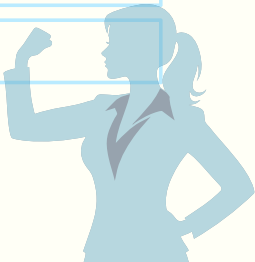


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

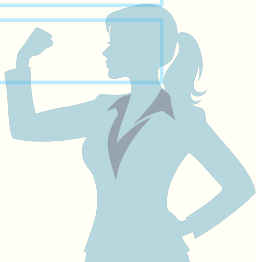


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

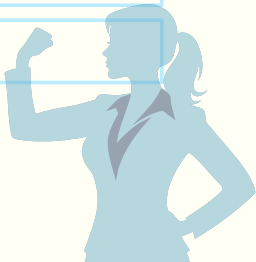


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

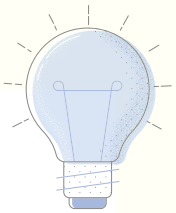
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



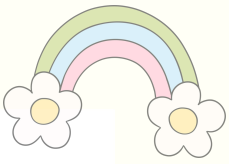
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

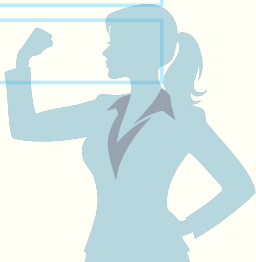


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

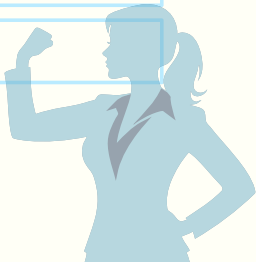


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

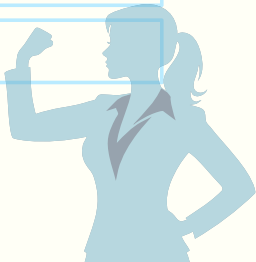


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

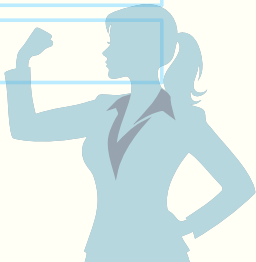


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

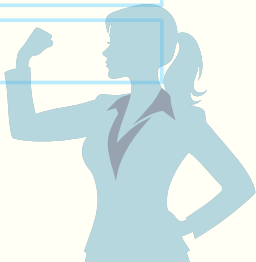


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

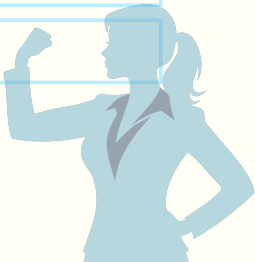


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

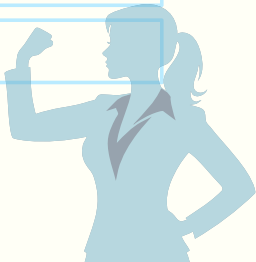


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

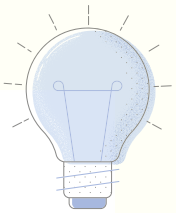
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



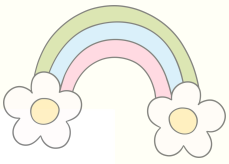
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

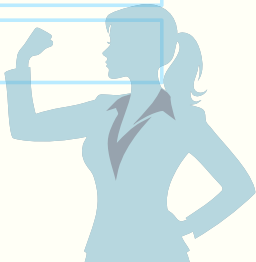


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

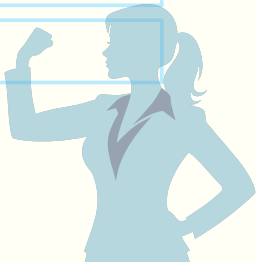


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

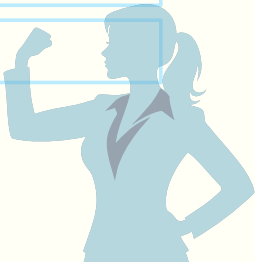


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

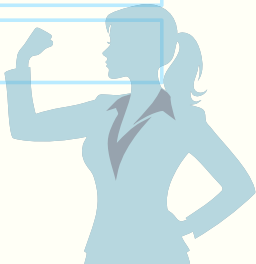


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

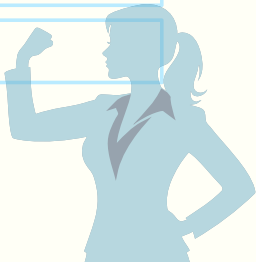


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

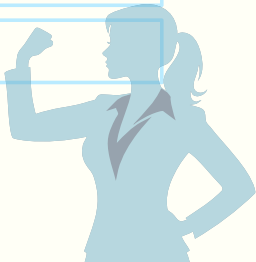


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

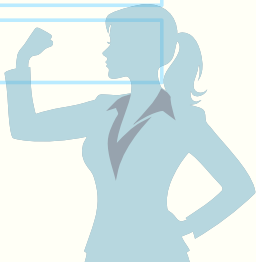


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

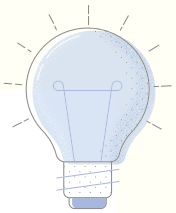
CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

PLAN TYGODNIA



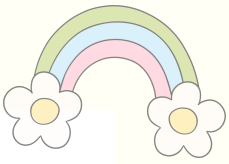
MOJE 3 PRIORYTETY NA TEN TYDZIEŃ



CO CHCĘ SPRÓBOWAĆ NOWEGO



NA CO BĘDĘ ZWRACAĆ UWAGĘ



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

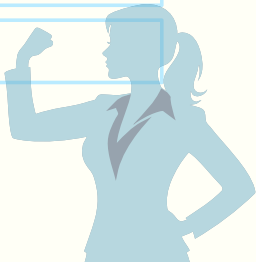


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

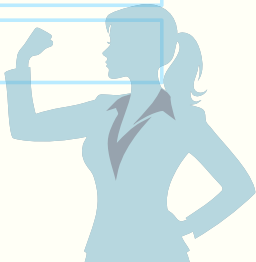


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

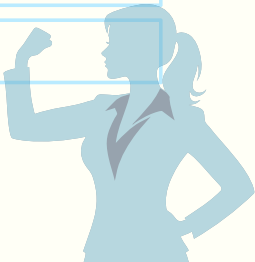


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

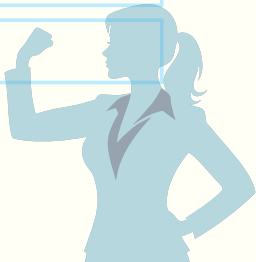


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

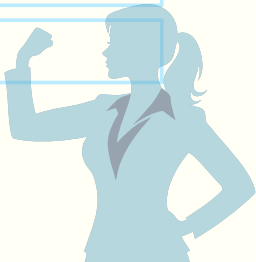


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

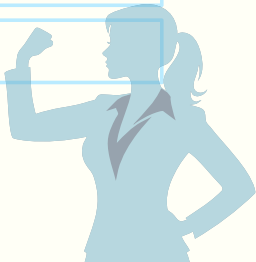


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

RYTUAŁY PORANNE

DATA .....



MOJA AFIRMACJA DNIA



CO DA MI DZIŚ ENERGIĘ



MÓJ PRIORYTET



Kobieca Siłownia
KROK PO KROKU
OTWÓRZ SWÓJ WYMARZONY BIZNES

MÓJ PLAN DNIA

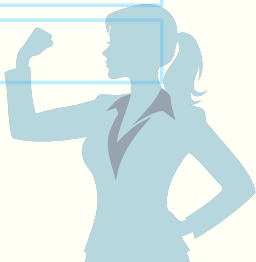


DATA .....

MOJE NAJWAŻNIEJSZE ZADANIA

CZAS TYLKO DLA MNIE

MOJE MAŁE KROKI



RYTUAŁY WIECZORNE

DATA .....

ZA CO DZIĘKUJĘ

CO ZROBIŁAM DOBRZE

CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM

REFLEKSJA MIESIĘCZNA

1. Moje 3 największe sukcesy tego miesiąca:

.....
.....
.....

2. Najważniejsza lekcja, którą zabieram ze sobą dalej:

.....
.....
.....

3. Za co jestem najbardziej wdzięczna w tym miesiącu?

.....
.....
.....

4. Który obszar (zdrowie, relacje, rozwój, praca/finanse) najbardziej się poprawił?

.....
.....
.....

5. Co chcę zrobić inaczej w kolejnym miesiącu?

.....
.....
.....



✨ MOJE ZWYCIĘSTWA

💖 **Gratulacje**! Minęło 90 dni Twojej drogi.

To moment, by zatrzymać się, spojrzeć wstecz i zobaczyć, jak wiele zrobiłaś.
Każdy krok – nawet najmniejszy – miał znaczenie. Teraz czas na świętowanie Twojej siły i lekcji, które zabierasz ze sobą dalej.

🌸 Moje zwycięstwa (3–5)

.....

.....

.....

.....

.....

🌸 Moje najważniejsze lekcje

.....

.....

.....

.....

.....

🌸 Za co jestem najbardziej wdzięczna po tych 90 dniach

.....

.....

.....

.....

.....

🌸 Jak chcę świętować ten etap?

.....

.....



✨ ZAKOŃCZENIE 90-DNIOWEGO PLANERA

💖 Gratulacje! Ukończyłaś swoje pierwsze 90 dni.

To ogromny powód do dumy – bo każdy dzień, każda refleksja i każdy krok, który zrobiłaś, przybliżył Cię do życia, którego pragniesz.

🌸 Pamiętaj – zmiana to nie jednorazowy projekt, to podróż.

Dlatego możesz wracać do tego planera tak często, jak chcesz. Kolejne 90 dni to nowa okazja, by odkrywać siebie na nowo, wzmacniać swoje wartości i iść jeszcze pewniej w stronę marzeń.

💎 A CO DALEJ?

Masz wybór. Możesz powtarzać ten proces i cieszyć się małymi krokami, które budują wielką zmianę.

A jeśli poczujesz, że jesteś gotowa na więcej – czekają na Ciebie kolejne ścieżki:

- Jeśli chcesz prostych, codziennych wskazówek – sięgnij po „**10 kroków do Twojej zmiany**”.
- Jeśli pragniesz zebrać całą wiedzę i proces w jedno miejsce – sięgnij po workbook „**Mapa Zmiany**”, który pomoże Ci połączyć życie osobiste z planem biznesowym.
- Jeśli marzysz o własnym miejscu dla kobiet – zapraszam Cię do **Akademii Kobiecej Siłowni**, gdzie przygotujesz pełny plan biznesowy z moim wsparciem.
- A jeśli jesteś gotowa na najwyższy poziom – praca **1:1 w programie „Twoja Kobieca Siłownia”** pozwoli Ci otworzyć drzwi do wymarzonej przyszłości.

🌸 Niezależnie, którą drogę wybierzesz – wiedz, że masz w sobie siłę, by iść dalej. Ten planer był Twoim początkiem, a przed Tobą jeszcze tyle pięknych kroków.

💖 **Zawsze pamiętaj: wszystko, czego potrzebujesz, już masz w sobie.**





























