digitaler

Kalender 25/26

TESTVERSION

noSheets.

Willkommen!

DAS IST

noSheets.

Du bist dir noch nicht sicher, ob ein digitaler Planer das Richtige für dich ist? Dann wirf einen Blick in diese Testversion! Sie gibt dir einen ersten Eindruck von Aufbau, Design und Funktionen unseres 18-Monats-Planers. Einige Seiten sind in der Vorschau eingeschränkt oder nur in der Vollversion verfügbar. Diese enthält alle Monate, klickbare Links zu sämtlichen Vorlagen und exklusive Extras.
Neugierig geworden? Dann hol dir die komplette Version und bring Struktur in deinen Alltag – ganz einfach digital.

💡 Tipp: Spare 10 % auf deinen ersten digitalen Planer mit dem Code DEMO10!

VOLLVERSION ERHALTEN

Apple & Google Kalender verwenden.

Erhalte Apple- & Google-Kalender-Links mit der Vollversion!
Diese Shortcuts ermöglichen es dir, direkt aus dem Planer Ereignisse und Erinnerungen in den Apple-Kalender einzutragen oder neue Termine im Google-Kalender zu erstellen – genau am gewünschten Datum und zur richtigen Uhrzeit.

Inhalt

JAHRESPLANUNG

JAHRESÜBERSICHT 25/26

JAHRESPLANER 25/26

Q3 2025 Q4 2025 Q1 2026

Q2 2026 Q3 2026 Q4 2026

GEBURTSTAGE

FEIERTAGE

DE AUT CHE

SCHULFERIEN 24/25 & 25/26

DE AUT CHE

SCHULFERIEN 25/26 & 26/27

DE AUT CHE

MONATSPLANUNG

MONATSÜBERSICHT

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

JAN FEB MÄR APR MAI JUN

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

VISION BOARD

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

JAN FEB MÄR APR MAI JUN

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

HABIT

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

JAN FEB MÄR APR MAI JUN

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

REFLEXION

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

JAN FEB MÄR APR MAI JUN

JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

ALLES FÜR DEINE NOTIZEN

NOTIZEN

LINIERT KARIERT PUNKTIERT BLANKO

NOTIZZETTEL

1 2 3 4 5

NOTIZBUCH

1 2 3 4 5

VORLAGEN

ALLE VORLAGEN

PRODUKTIVITÄT

WELLNESS

LIFESTYLE

GESUNDHEIT & FITNESS

FINANZEN

Jahresübersicht 2025

JANUAR

KW	M	D	M	D	F	S	S
01	30	31	1	2	3	4	5
02	6	7	8	9	10	11	12
03	13	14	15	16	17	18	19
04	20	21	22	23	24	25	26
05	27	28	29	30	31	1	2

FEBRUAR

KW	M	D	M	D	F	S	S
05	27	28	29	30	31	1	2
06	3	4	5	6	7	8	9
07	10	11	12	13	14	15	16
08	17	18	19	20	21	22	23
09	24	25	26	27	28	1	2

MÄRZ

KW	M	D	M	D	F	S	S
09	24	25	26	27	28	1	2
10	3	4	5	6	7	8	9
11	10	11	12	13	14	15	16
12	17	18	19	20	21	22	23
13	24	25	26	27	28	29	30
14	31	1	2	3	4	5	6

APRIL

KW	M	D	M	D	F	S	S
14	31	1	2	3	4	5	6
15	7	8	9	10	11	12	13
16	14	15	16	17	18	19	20
17	21	22	23	24	25	26	27
18	28	29	30	1	2	3	4

MAI

KW	M	D	M	D	F	S	S
18	28	29	30	1	2	3	4
19	5	6	7	8	9	10	11
20	12	13	14	15	16	17	18
21	19	20	21	22	23	24	25
22	26	27	28	29	30	31	1

JUNI

KW	M	D	M	D	F	S	S
22	26	27	28	29	30	31	1
23	2	3	4	5	6	7	8
24	9	10	11	12	13	14	15
25	16	17	18	19	20	21	22
26	23	24	25	26	27	28	29
27	30	1	2	3	4	5	6

JULI

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

AUGUST

KW	M	D	M	D	F	S	S
31	28	29	30	31	1	2	3
32	4	5	6	7	8	9	10
33	11	12	13	14	15	16	17
34	18	19	20	21	22	23	24
35	25	26	27	28	29	30	31

SEPTEMBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
36	1	2	3	4	5	6	7
37	8	9	10	11	12	13	14
38	15	16	17	18	19	20	21
39	22	23	24	25	26	27	28
40	29	30	1	2	3	4	5

OKTOBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
40	29	30	1	2	3	4	5
41	6	7	8	9	10	11	12
42	13	14	15	16	17	18	19
43	20	21	22	23	24	25	26
44	27	28	29	30	31	1	2

NOVEMBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
44	27	28	29	30	31	1	2
45	3	4	5	6	7	8	9
46	10	11	12	13	14	15	16
47	17	18	19	20	21	22	23
48	24	25	26	27	28	29	30

DEZEMBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
49	1	2	3	4	5	6	7
50	8	9	10	11	12	13	14
51	15	16	17	18	19	20	21
52	22	23	24	25	26	27	28
53	29	30	31	1	2	3	4

01.01. Neujahr, 06.01. Heilige Drei Könige, 27.02. Weiberfastnacht, 01.03. Fastnachtssamstag/Valentinstag, 02.03. Fastnachtssonntag, 03.03. Rosenmontag, 04.03. Fastnacht, 05.03. Aschermittwoch, 08.03. Internationaler Frauentag, 13.04. Palmsonntag/Sommerzeitbeginn, 17.04. Gründonnerstag, 18.04. Karfreitag, 19.04. Karsamstag, 20.04. Ostersonntag, 21.04. Ostermontag, 30.04. Walpurgisnacht, 01.05. Tag der Arbeit, 11.05. Muttertag, 29.05. Christi Himmelfahrt/Vatertag, 08.06. Pfingstsonntag, 09.06. Pfingstmontag, 19.06. Fronleichnam, 21.06. Sommeranfang, 08.08. Augsburger Friedensfest, 15.08. Mariä Himmelfahrt, 20.09. Weltkindertag, 23.09. Herbstanfang, 03.10. Tag der Deutschen Einheit, 05.10. Erntedankfest, 26.10. Sommerzeitende, 31.10. Reformationstag/Halloween, 01.11. Allerheiligen, 02.11. Allerseelen, 11.11. Martinstag, 16.11. Volkstrauertag, 19.11. Buß- und Bettag, 23.11. Totensonntag, 30.11. 1. Advent, 06.12. Nikolaus, 07.12. 2. Advent, 14.12. 3. Advent, 21.12. 4. Advent/Winteranfang, 24.12. Heiligabend, 25.12. 1. Weihnachtsfeiertag, 26.12. 2. Weihnachtsfeiertag, 31.12. Silvester

2026

JANUAR

KW	M	D	M	D	F	S	S
01	29	30	31	1	2	3	4
02	5	6	7	8	9	10	11
03	12	13	14	15	16	17	18
04	19	20	21	22	23	24	25
05	26	27	28	29	30	31	1

FEBRUAR

KW	M	D	M	D	F	S	S
05	26	27	28	29	30	31	1
06	2	3	4	5	6	7	8
07	9	10	11	12	13	14	15
08	16	17	18	19	20	21	22
09	23	24	25	26	27	28	1

MÄRZ

KW	M	D	M	D	F	S	S
09	23	24	25	26	27	28	1
10	2	3	4	5	6	7	8
11	9	10	11	12	13	14	15
12	16	17	18	19	20	21	22
13	23	24	25	26	27	28	29
14	30	31	1	2	3	4	5

APRIL

KW	M	D	M	D	F	S	S
14	30	31	1	2	3	4	5
15	6	7	8	9	10	11	12
16	13	14	15	16	17	18	19
17	20	21	22	23	24	25	26
18	27	28	29	30	1	2	3

MAI

KW	M	D	M	D	F	S	S
18	27	28	29	30	1	2	3
19	4	5	6	7	8	9	10
20	11	12	13	14	15	16	17
21	18	19	20	21	22	23	24
22	25	26	27	28	29	30	31

JUNI

KW	M	D	M	D	F	S	S
23	1	2	3	4	5	6	7
24	8	9	10	11	12	13	14
25	15	16	17	18	19	20	21
26	22	23	24	25	26	27	28
27	29	30	1	2	3	4	5

JULI

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	29	30	1	2	3	4	5
28	6	7	8	9	10	11	12
29	13	14	15	16	17	18	19
30	20	21	22	23	24	25	26
31	27	28	29	30	31	1	2

AUGUST

KW	M	D	M	D	F	S	S
31	27	28	29	30	31	1	2
32	3	4	5	6	7	8	9
33	10	11	12	13	14	15	16
34	17	18	19	20	21	22	23
35	24	25	26	27	28	29	30
36	31	1	2	3	4	5	6

SEPTEMBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
36	31	1	2	3	4	5	6
37	7	8	9	10	11	12	13
38	14	15	16	17	18	19	20
39	21	22	23	24	25	26	27
40	28	29	30	1	2	3	4

OKTOBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
40	28	29	30	1	2	3	4
41	5	6	7	8	9	10	11
42	12	13	14	15	16	17	18
43	19	20	21	22	23	24	25
44	26	27	28	29	30	31	1

NOVEMBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
44	26	27	28	29	30	31	1
45	2	3	4	5	6	7	8
46	9	10	11	12	13	14	15
47	16	17	18	19	20	21	22
48	23	24	25	26	27	28	29
49	30	1	2	3	4	5	6

DEZEMBER

KW	M	D	M	D	F	S	S
49	30	1	2	3	4	5	6
50	7	8	9	10	11	12	13
51	14	15	16	17	18	19	20
52	21	22	23	24	25	26	27
53	28	29	30	31	1	2	3

01.01. Neujahr, 06.01. Heilige Drei Könige, 12.02. Weiberfastnacht, 14.02. Fastnachtssamstag/Valentinstag, 15.02. Fastnachtssonntag, 16.02. Rosenmontag, 17.02. Fastnacht, 18.02. Aschermittwoch, 08.03. Internationaler Frauentag, 29.03. Palmsonntag/Sommerzeitbeginn, 02.04. Gründonnerstag, 03.04. Karfreitag, 04.04. Karsamstag, 05.04. Ostersonntag, 06.04. Ostermontag, 30.04. Walpurgisnacht, 01.05. Tag der Arbeit, 10.05. Muttertag, 14.05. Christi Himmelfahrt/Vatertag, 24.05. Pfingstsonntag, 25.05. Pfingstmontag, 04.06. Fronleichnam, 21.06. Sommeranfang, 08.08. Augsburger Friedensfest, 15.08. Mariä Himmelfahrt, 20.09. Weltkindertag, 23.09. Herbstanfang, 03.10. Tag der Deutschen Einheit, 04.10. Erntedankfest, 25.10. Sommerzeitende, 31.10. Reformationstag/Halloween, 01.11. Allerheiligen, 02.11. Allerseelen, 11.11. Martinstag, 15.11. Volkstrauertag, 18.11. Buß- und Bettag, 22.11. Totensonntag, 29.11. 1. Advent, 06.12. Nikolaus, 06.12. 2. Advent, 13.12. 3. Advent, 20.12. 4. Advent/Winteranfang, 24.12. Heiligabend, 25.12. 1. Weihnachtsfeiertag, 26.12. 2. Weihnachtsfeiertag, 31.12. Silvester

Vorlagen

PRODUKTIVITÄT

VISION BOARD
PROJEKTPLANUNG
PROJEKTZEITPLAN
GESPRÄCHSNOTIZEN
PRIORITÄTSMATRIX
ENTSCHEIDUNGSHILFE
ZIELPLANER
TÄGLICHE ROUTINE
POMODORO-TRACKER
CHALLENGE TRACKER
HABIT TRACKER

LIFESTYLE

EINKAUFSLISTE
REZEPT
MONATLICHER ESSENSPLANER
WÖCHENTLICHER ESSENSPLANER
REINIGUNGS-CHECKLISTE
REISEPLANER
PACKLISTE
PARTYPLANER
GÄSTELISTE
FILME & SERIEN
BÜCHER
BUCKETLIST

GESUNDHEIT & FITNESS

MONATLICHE FITNESS
WÖCHENTLICHE FITNESS
FITNESS-ZIELE
FITNESS-FORTSCHRITT
ESSENSTAGEBUCH
MEDIKAMENTETRACKER
VITAMINE & NAHRUNGSERGÄNZUNG
ZYKLUSTRACKER
SCHRITTETRACKER

WELLNESS

TÄGLICHES TAGEBUCH
DANKBARKEITSTAGEBUCH
SELF-CARE ROUTINE
MENTALE GESUNDHEIT
GEFÜHLSTRACKER
SCHLAFTRACKER
LEBENSBALANCE
GUTE-LAUNE-LISTE

FINANZEN

JÄHRLICHE FINANZEN

MONATLICHE AUSGABEN

JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ

MONATLICHES EINKOMMEN

2. HALBJAHR 2025 | 1. HALBJAHR 2026 | 2. HALBJAHR 2026

MONATLICHE ERSPARNISSE

2. HALBJAHR 2025 | 1. HALBJAHR 2026 | 2. HALBJAHR 2026

SCHULDZAHLUNGSTRACKER
SCHULDEN-SCHNEEBALLMETHODE
ABONNEMENT-TRACKER
WUNSCHLISTE

Produktivität

VISION BOARD

PROJEKTPLANUNG

PROJEKTZEITPLAN

GESPRÄCHSNOTIZEN

PRIORITÄTSMATRIX

ENTSCHEIDUNGSHILFE

ZIELPLANER

TÄGLICHE ROUTINE

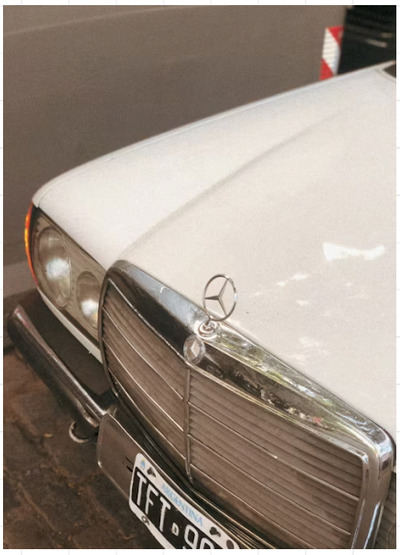
POMODORO TRACKER

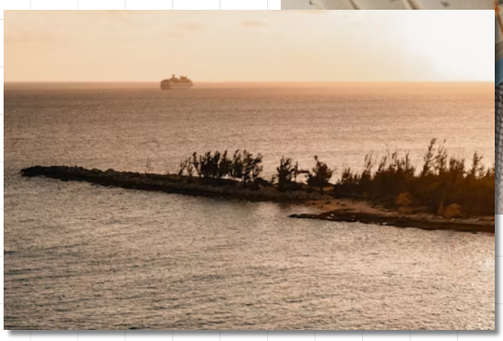
CHALLENGE TRACKER

HABIT TRACKER

Vision BOARD

Vision BOARD





Sed ut perspiciatis unde omnis iste natus error sit voluptatem accusantium doloremque laudantium, totam rem aperiam, eaque ipsa quae ab illo inventore veritatis et quasi architecto beatae vitae dicta sunt explicabo. Nemo enim ipsam voluptatem quia voluptas sit aspernatur aut odit aut fugit, sed quia consequuntur magni dolores eos qui ratione voluptatem sequi nesciunt. Neque porro quisquam est, qui dolorem ipsum quia dolor sit amet, consectetur, adipisci velit, sed quia non numquam eius modi tempora incidunt ut labore et dolore magnam aliquam quaerat voluptatem. Ut enim ad minima veniam, quis nostrum exercitationem ullam corporis suscipit laboriosam, nisi ut aliquid ex ea commodi consequatur? Quis autem vel eum iure reprehenderit qui in ea voluptate velit esse quam nihil molestiae consequatur, vel illum qui dolorem eum fugiat quo voluptas nulla pariatur?

Projektplanug

PROJEKT	FRIST	ABGESCHLOSSEN AM

ZIELE

MEILENSTEINE

RESSOURCEN & IDEEN

AUFGABE	ZUGEWIESEN ZU	FÄLLIG BIS	
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐

NOTIZEN

Projektzeitplan

PROJEKTZEITPLAN	STARTDATUM	ENDDATUM

NOTIZEN

MEILENSTEINE

AUFGABEN	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S

10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%

Projektzeitplan

PROJEKTZEITPLAN	STARTDATUM	ENDDATUM
Frühjahrsausmisten	03.03.	17.03.

NOTIZEN

MEILENSTEINE

Planung — Materialien besorgen — Ausmisten — Spenden

AUFGABEN	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S	M	D	M	D	F	S	S
Sortieren & Ausmisten																												
Kleiderschrank reinigen & vorbereiten																												
Alltagskleidung organisieren																												
Saisonale Kleidung einlagern																												
Letzte Details & Pflegeplan																												

10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%

Juli 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
30	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	01	02	03

TO - DO'S

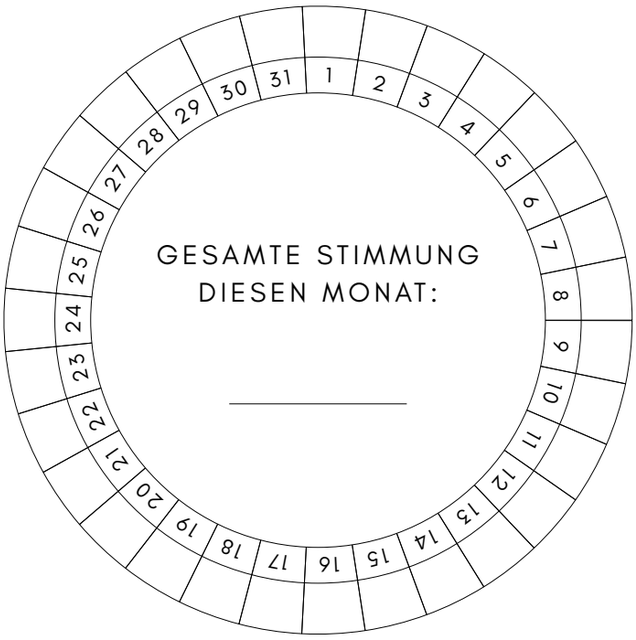
NOTIZEN

Juli 2025

Vision BOARD

Juli 2025

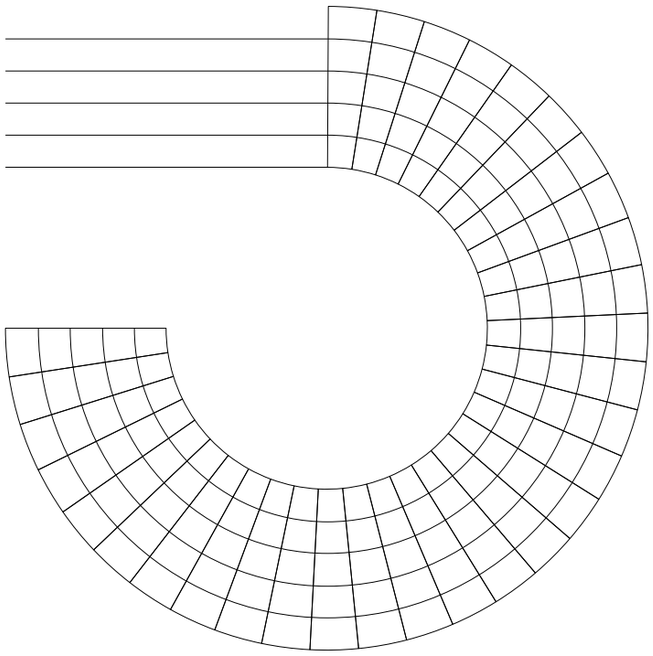
Mood TRACKER



- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

Hier findest du ein paar Vorschläge:
Glücklich, zufrieden, begeistert, optimistisch, gelassen, dankbar, verliebt, stolz, motiviert, energiegeladen, nachdenklich, neutral, unentschlossen, müde, gelangweilt, unsicher, erwartungsvoll, abwartend, traurig, wütend, frustriert, enttäuscht, überfordert, ängstlich, einsam, gestresst, eifersüchtig, erschöpft, nostalgisch, melancholisch, sehnsüchtig, euphorisch, überdreht, angespannt, erleichtert, nervös, hoffnungsvoll, verloren..
.

Gewohnheitstracker



NOTIZEN

Juli 2025

Monatsreflexion

DIESER MONAT WAR...

☆ ☆ ☆ ☆ ☆

HÄTTE BESSER LAUFEN KÖNNEN...

ERFOLGE DIESEN MONAT

Dankbarkeit

1

2

3

PINNWAND DES MONATS

NOTIZEN

Juli 2025

WOCHENPLAN

30.06. - 06.07.

30 MONTAG

01 DIENSTAG

02 MITTWOCH

03 DONNERSTAG

04 FREITAG

05 SAMSTAG

06 SONNTAG

TOP 3 ZIELE

TO - DO'S

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

ZEITPLAN

30.06. - 06.07.

30 MONTAG	01 DIENSTAG	02 MITTWOCH	03 DONNERSTAG	04 FREITAG	05 SAMSTAG	06 SONNTAG
05	05	05	05	05	05	05
06	06	06	06	06	06	06
07	07	07	07	07	07	07
08	08	08	08	08	08	08
09	09	09	09	09	09	09
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22

NOTIZEN

TO - DO'S

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

REFLEXION

30.06. - 06.07.

Dankbar KEIT

1

2

3

ERFOLGE DIESE WOCHE

HÄTTE BESSER LAUFEN KÖNNEN...

NOTIZEN

Habit TRACKER

	M	D	M	D	F	S	S
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

PINNWAND DER WOCHE

ENERGIE LEVEL

	M	D	M	D	F	S	S
HOCH	○	○	○	○	○	○	○
MITTEL	○	○	○	○	○	○	○
NIEDRIG	○	○	○	○	○	○	○

KW	M	D	M	D	F	**S**	**S**
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

WOCHENPLAN

07.07. - 13.07.

07 MONTAG

08 DIENSTAG

09 MITTWOCH

10 DONNERSTAG

11 FREITAG

12 SAMSTAG

13 SONNTAG

TOP 3 ZIELE

TO - DO'S

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

ZEITPLAN

07.07. - 13.07.

07 MONTAG	08 DIENSTAG	09 MITTWOCH	10 DONNERSTAG	11 FREITAG	12 SAMSTAG	13 SONNTAG
05	05	05	05	05	05	05
06	06	06	06	06	06	06
07	07	07	07	07	07	07
08	08	08	08	08	08	08
09	09	09	09	09	09	09
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22

NOTIZEN

TO - DO'S

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

REFLEXION

07.07. - 13.07.

Dankbar KEIT

1

2

3

ERFOLGE DIESE WOCHE

HÄTTE BESSER LAUFEN KÖNNEN...

NOTIZEN

Habit TRACKER

	M	D	M	D	F	S	S
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

PINNWAND DER WOCHE

ENERGIE LEVEL

	M	D	M	D	F	S	S
HOCH	○	○	○	○	○	○	○
MITTEL	○	○	○	○	○	○	○
NIEDRIG	○	○	○	○	○	○	○

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

WOCHENPLAN

14.07. - 20.07.

14 MONTAG

15 DIENSTAG

16 MITTWOCH

17 DONNERSTAG

18 FREITAG

19 SAMSTAG

20 SONNTAG

TOP 3 ZIELE

TO - DO'S

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

ZEITPLAN

14.07. - 20.07.

14 MONTAG	15 DIENSTAG	16 MITTWOCH	17 DONNERSTAG	18 FREITAG	19 SAMSTAG	20 SONNTAG
05	05	05	05	05	05	05
06	06	06	06	06	06	06
07	07	07	07	07	07	07
08	08	08	08	08	08	08
09	09	09	09	09	09	09
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22

NOTIZEN

TO - DO'S

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

REFLEXION

14.07. - 20.07.

Dankbar KEIT

1

2

3

ERFOLGE DIESE WOCHE

HÄTTE BESSER LAUFEN KÖNNEN...

NOTIZEN

Habit TRACKER

	M	D	M	D	F	S	S
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

PINNWAND DER WOCHE

ENERGIE LEVEL

	M	D	M	D	F	S	S
HOCH	○	○	○	○	○	○	○
MITTEL	○	○	○	○	○	○	○
NIEDRIG	○	○	○	○	○	○	○

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

WOCHENPLAN

21.07. - 27.07.

21 MONTAG

22 DIENSTAG

23 MITTWOCH

24 DONNERSTAG

25 FREITAG

26 SAMSTAG

27 SONNTAG

TOP 3 ZIELE

TO - DO'S

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

ZEITPLAN

21.07. - 27.07.

21 MONTAG	22 DIENSTAG	23 MITTWOCH	24 DONNERSTAG	25 FREITAG	26 SAMSTAG	27 SONNTAG
05	05	05	05	05	05	05
06	06	06	06	06	06	06
07	07	07	07	07	07	07
08	08	08	08	08	08	08
09	09	09	09	09	09	09
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22

NOTIZEN

TO - DO'S

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

Juli 2025

REFLEXION

21.07. - 27.07.

Dankbar KEIT

1

2

3

ERFOLGE DIESE WOCHE

HÄTTE BESSER LAUFEN KÖNNEN...

NOTIZEN

Habit TRACKER

	M	D	M	D	F	S	S
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

PINNWAND DER WOCHE

ENERGIE LEVEL

	M	D	M	D	F	S	S
HOCH	○	○	○	○	○	○	○
MITTEL	○	○	○	○	○	○	○
NIEDRIG	○	○	○	○	○	○	○

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

30 Juni

MONTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

01 Juli

DIENSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

02 Juli

MITTWOCH

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

03 Juli

DONNERSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

04 Juli

FREITAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

NOTIZEN

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

05 Juli

SAMSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

06 Juli

SONNTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

07 Juli

MONTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

08 Juli

DIENSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

NOTIZEN

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

09 Juli

MITTWOCH

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

10 Juli

DONNERSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

11 Juli

FREITAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

12 Juli

SAMSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

13 Juli

SONNTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

14 Juli

MONTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

15 Juli

DIENSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

16 Juli

MITTWOCH

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

17 Juli

DONNERSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

18 Juli

FREITAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

19 Juli

SAMSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

20 Juli

SONNTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

21 Juli

MONTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

NOTIZEN

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

22 Juli

DIENSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

23 Juli

MITTWOCH

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

24 Juli

DONNERSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

25 Juli

FREITAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

26 Juli

SAMSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

27 Juli

SONNTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

28 Juli

MONTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

NOTIZEN

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

29 Juli

DIENSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

30 Juli

MITTWOCH

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3

31 Juli

DONNERSTAG

TERMINE

05
06
07
08
09
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22

NOTIZEN

PERSÖNLICHE AUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

ARBEITSAUFGABEN

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

☆ HEUTIGE PRIORITÄT

3 WICHTIGE TO-DOS FÜR HEUTE

- [ ]
- [ ]
- [ ]

WASSER TRACKER

ICH BIN DANKBAR FÜR...

KW	M	D	M	D	F	S	S
27	30	1	2	3	4	5	6
28	7	8	9	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31	1	2	3