

Tabelle zur täglichen Energiebilanz

Datum:			
Energiekonto			
Abhebungen		Einzahlungen	
Tätigkeit/Erfahrungen	(0–100)	Tätigkeit/Erfahrungen	(0–100)
Total:		Total:	
Endsaldo (Soll/Haben):			
<p>Falls erforderlich, was kann ich morgen tun, um dies zu kompensieren?</p> <p>Wie kann ich mehr energiefördernde Aktivitäten in meinen Tag einplanen?</p>			