

## Zyklustabelle zum Ankreuzen

Tage	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
müde																												
schlechte Konzentration																												
Heißhunger																												
langsamer Kopf																												
lieber alleine																												
unmotiviert																												
gute Intuition																												
ungeduldig																												
brauche wenig Schlaf																												
viel Energie																												
gute Erinnerung																												
brauche Aktion																												
plane gerne																												
selbstsicher																												
positive Gedanken																												
körperlich fit																												
fühle mich sanft																												
liebepoll																												
gerne in Gemeinschaft																												
bin hilfsbereit																												
geduldig																												
Energie nimmt ab																												
negatives Denken																												
sensibel																												
frustriert																												
kreative Gedanken																												
aufräumen, putzen																												
lebendige Träume																												