

PROGRAMMA AL MEGLIO IL TUO 2024
CON IL METODO

IL MIGLIOR ANNO DELLA TUA VITA 2024

MANUALE DEL CORSO

Un'intera giornata dedicata alla tua **pianificazione personale** che ti permetterà di gestire e usare al meglio le tue risorse per trasformare, passo dopo passo, i tuoi **obiettivi in risultati**.

**IL MIGLIOR ANNO
DELLA TUA VITA 2024**

L'ANNO MIGLIORE DELLA TUA VITA

L'obiettivo di questo One-Day Seminar è di rendere il prossimo anno **il miglior anno possibile!** Già migliaia di persone hanno usato questi esercizi per pensare a cosa è veramente importante per loro e poi fare una pianificazione realistica per l'anno successivo. I risultati sono sorprendenti.

Tutti gli uomini di successo pianificano annualmente i loro obiettivi per l'anno. Pochi individui lo fanno per loro stessi. Poco più dell'1% degli adulti ha degli obiettivi chiari e sono loro che riescono a guadagnare 10 volte di più rispetto a chi non lo fa! Nella nostra esperienza la cosa principale che separa le persone più soddisfatte dagli altri è il fatto che questi hanno smesso di pensare seriamente a cosa vogliono ottenere nella loro vita.

Molte persone hanno tutte le capacità e l'ambizione necessarie, ma sono spesso nascoste sotto nuvole di insoddisfazioni e dubbi che portano ad una mancanza di disciplina. Molti altri ritengono di essere semplicemente troppo occupati per pensare a cosa è veramente importante per loro e raramente si prendono del tempo per esaminare cosa stanno facendo o perché stanno facendo quella cosa. Dal momento che sei qui, hai fatto un grande passo per superare questi ostacoli. Ti invitiamo ad investire questa esperienza per scoprire come usare le tue capacità, la tua forza e la tua esperienza per pianificare la vita che realmente vuoi per te stesso.

OBIETTIVO DEL WORKSHOP

Fare del prossimo anno il migliore anno che tu abbia mai vissuto!

OBIETTIVI PER OGGI

- Conoscere ed apprezzare quello che è successo l'anno passato.
- Definire lezioni utili.
- Creare un focus interiore positivo per produrre risultati.
- Identificare i tuoi 10 obiettivi più importanti per l'anno prossimo.
- Completare la pagina di pianificazione.

PRIMO PASSO

Che cosa ho raggiunto?

Se sei come la maggior parte delle persone, troverai più semplice ricordare i brutti momenti piuttosto che quelli positivi. Così fino a quando non smetti di pensarci potresti considerare l'anno passato molto duro e difficile, e lo potresti voler dimenticare il prima possibile.

Ma **prenditi qualche minuto per pensare ai risultati che hai raggiunto** nell'ultimo anno. Probabilmente ne sarai piacevolmente sorpreso, molte persone lo sono.

Sei stato promosso a scuola? Hai traslocato in una nuova casa? Quanti soldi hai guadagnato?

Hai saldato alcuni dei tuoi debiti? Hai iniziato a tenerti in forma, anche se poco? Hai fatto qualcosa di carino per un tuo amico? Ti sei preso cura della tua famiglia? ...

Rispondere a questa domanda servirà a incoraggiarti a vedere le cose brillanti che hai fatto. Pensa ai momenti in cui sei stato orgoglioso di te stesso, hai fatto qualcosa bene o risolto un problema. Ti permette di ricordare che hai fatto in modo che le cose succedano e quindi hai tutto ciò che è necessario per fissarti degli obiettivi per l'anno prossimo e raggiungerli.

*Rileggendo la tua lista, datti una pacca sulla spalla per ciò che hai fatto.
Fino a quando non lo avrai fatto ti sentirai come una macchina senza benzina!*

SECONDO PASSO

Quali sono stati i miei maggiori disappunti?

Ricordati delle volte in cui ti sei infastidito o le cose non sono andate come tu speravi.

Ricordati di quando altre persone non hanno fatto o detto ciò che avresti voluto. *Quanti progetti non sono andati come volevi? Volevi raggiungere qualcosa ma non ci sei riuscito? Hai perso una persona che amavi? I tuoi vestiti ti stanno più stretti dell'anno precedente? Alcuni programmi sono stati cambiati alla fine o cancellati? Sei infastidito perché non hai abbastanza tempo per te stesso?*

Scrivi ogni cosa ricordi, è importante ammettere con te stesso i momenti NO dell'anno precedente.

Potresti chiederti come mai devi rattristarti con queste cose, dato che è l'ultima cosa alla quale vorresti pensare. Noi crediamo sia più semplice andare avanti se ammettiamo i nostri errori e le nostre delusioni e li vediamo per ciò che sono. Tutti fanno degli errori, ma **le persone che hanno maggiore successo sono coloro che imparano dai loro errori, se ne dimenticano e vanno avanti!**

TERZO PASSO

Cosa ho imparato?

Riflettendo sull'anno passato, pensa a ciò che hai imparato. Queste possono essere nuove conoscenze o abilità o la più grande lezione di vita. Appena inizi ad avere una prospettiva sull'anno passato, capirai le lezioni da imparare da ciò che è successo. La fonte delle lezioni sono i Risultati. La fonte delle potenziali lezioni sono i Fallimenti.

Poniti questa domanda e scrivi qualsiasi cosa ti sia successa nell'ultimo anno, non farti sfuggire nulla. Il tuo consiglio è la maggiore fonte di saggezza!

Inoltre riguarda i tuoi successi e fallimenti e chiediti *Come ho fatto a raggiungere questo obiettivo? O come avrei potuto evitare questo fallimento?*

Scrivi le risposte come delle istruzioni o dei consigli che dai a te stesso, così non avrai alcun dubbio sulla lezione.

Per esempio Mantengo le mie promesse - *Chiedo aiuto quandone ho bisogno.*

Quando hai finito la tua lista, riguardala e scegli tre lezioni che possono fare la differenza per te se le ricorderai l'anno prossimo. Saranno le tue guide personali per il prossimo anno.

LINEE GUIDA PER IL PROSSIMO ANNO:

1. _____
2. _____
3. _____

QUARTO PASSO

Come limito me stesso e come posso smettere?

La quarta domanda rappresenta la sfida più grande, ma ti promettiamo che può fare la differenza per il tuo successo. Per fare in modo che il prossimo anno diventi il migliore, bisogna essere certi che pensi a te stesso in modo da aiutarti a raggiungere il successo piuttosto che a trattenerti dal farlo.

Il più importante strumento per il tuo successo personale è chiamato paradigma del cambiamento. Un paradigma (credenza) è un assunto o un modo di pensare riguardo se stessi, gli altri o le circostanze, qualsiasi cosa. Alcuni dei nostri paradigmi ci rafforzano: *Sono sempre stato bravo con i numeri o Sono così insignificante che nessuno può interessarsi a me.* Per far diventare i paradigmi di cambiamento, cambia il tuo focus da paradigmi limitanti a potenzianti.

Le seguenti domande sono pensate per aiutarti a scoprire come ti stai limitando con delle credenze su te stesso che ti guidano al fallimento invece che al successo. Scrivi le tue risposte velocemente, qualsiasi cosa ti venga in mente.

COME LIMITO ME STESSO:

COSA DICO A ME STESSO PER SPIEGARE I MIEI FALLIMENTI?

Le tue risposte a quest'ultima domanda sono le tue credenze limitanti.

Con queste percezioni di te stesso, *che risultati puoi raggiungere? Dove ti condurranno queste credenze?*

I risultati che otteniamo nella nostra vita dipendono da ciò che diciamo a noi stessi. La vita è una profezia che si autorealizza.

Riguarda queste risposte e segna quella che ha un'influenza più negativa su di te. **Scrivila qui di seguito:**

CREDENZA LIMITANTE: _____

Ora scrivi una nuova credenza positiva. Usando il seguente criterio, deve essere: POSITIVA – PERSONALE - NEL PRESENTE - POTENZIANTE E SEMPLICE

Alcuni esempi: Posso superare i miei limiti - Sto potenziando me stesso per avere ciò che voglio e di cui ho bisogno - In qualsiasi cosa mi impegno, lo ottengo - Ho il talento per avere successo.

NUOVA CREDENZA: _____

QUINTO PASSO

Quali sono i miei valori personali?

Ora pensa a cosa è più importante per te nella tua vita. Che cosa veramente ti motiva e ti guida? Perché per esempio stai facendo questo esercizio? Le risposte a queste domande sono i tuoi valori.

I nostri valori personali sono ciò che ci danno la più forte motivazione per il cambiamento e per raggiungere gli obiettivi per noi più importanti. I valori personali sono semplici parole che rappresentano le profonde credenze che sono per noi le più importanti.

Appena inizierai a pianificare l'anno prossimo, penserai a cosa hai bisogno di raggiungere, ma è vitale considerare che cosa ti interessa di più. Quali valori vuoi realizzare nella tua vita e quali sono gli obiettivi che ti guidano in quella direzione?

I valori sono credenze fondamentali che per molti di noi sono verità. Alcuni fra i più comuni sono:

*Integrità – essere onesto con me stesso- mantenere la mia parola – Onestà
– Famiglia - Essere una persona amorevole - Fare la differenza ...*

Per ricordare a te stesso che cosa è più importante per te prima di pianificare il prossimo anno, scrivi la tua lista di valori:

SESTO PASSO

Che ruoli svolgo nella mia vita?

Considera la tua vita in base ai ruoli che ricopri. I tuoi ruoli sono la cornice per i tuoi obiettivi e il modo migliore per essere sicuro che penserai a tutto quando inizierai a pianificare il tuo miglior anno.

Scrivi una lista di tutti i ruoli che ricopri, come *marito o moglie, genitore, amico, figlio, manager, casalinga, etc.* Assicurati di avere almeno un ruolo per prenderti cura dei tuoi bisogni, per esempio, il coach di me stesso. Devi prenderti cura di te stesso per essere in perfetta forma per gli altri ruoli. Ci sarà anche un nuovo ruolo che ti piacerebbe avere dall'anno prossimo, come *scrittore, marinaio, esploratore*, se è così aggiungilo alla tua lista.

Ci sono solo 8 spazi per scrivere i tuoi ruoli. Se pensi di averne di più, consolida alcuni fra questi, non puoi dare a tutti l'attenzione che meritano. Se ne trovi di meno, va bene.

- 1.** _____
- 2.** _____
- 3.** _____
- 4.** _____
- 5.** _____
- 6.** _____
- 7.** _____
- 8.** _____

SETTIMO PASSO

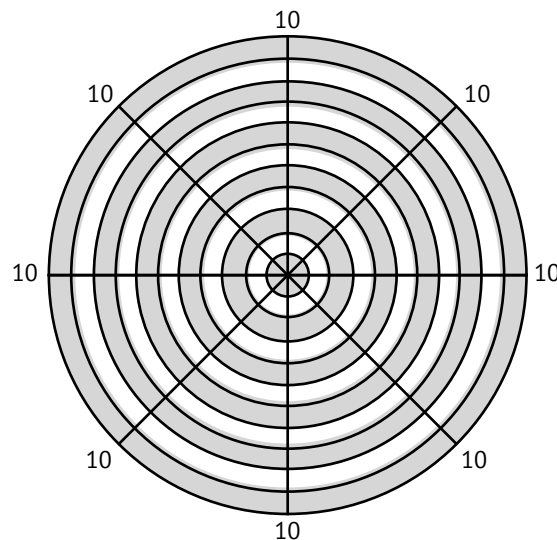
Su quale ruolo avrò maggior focus l'anno prossimo?

Pensa ai tuoi valori personali e come vuoi che influenzino i ruoli che hai nella tua vita.

Scrivi il nome di ogni ruolo nel raggio della ruota o fuori dal raggio.

Poi considera le tue attuali performance per ogni ruolo, usando una scala da 1-10, 10 è il punteggio più alto con il quale puoi ricompensarti.

Per esempio, se sei totalmente felice per come sei in un ruolo metti 10. Se sei soddisfatto solo a metà 5. Se attualmente non stai facendo niente in un ruolo o senti che avere quel ruolo sia completamente inconsistente per i tuoi valori personali metti 1. Poi unisci questi punti in un cerchio per valutare il livello complessivo e ottenere una rappresentazione grafica del tuo equilibrio.



Per scegliere dove concentrarti maggiormente l'anno prossimo, guarda il risultato del cerchio dei ruoli. Prenditi qualche minuto per vedere i vantaggi di riconsiderare la tua vita da questa prospettiva. Poi poniti le seguenti domande:

Dove la mia vita non è bilanciata? Se potessi mettermi un problema alle mie spalle, quale potrebbe essere? In quale ruolo voglio un miglioramento delle mie performance? Se volessi controllare alla fine dell'anno che mi sono sentito veramente bene in uno dei miei ruoli, quale potrebbe essere?

Usa le risposte per aiutarti a selezionare i tuoi ruoli e su cosa focalizzarti di più l'anno prossimo e scrivi nel riquadro il tuo focus principale:

FOCUS PRINCIPALE: _____

OTTAVO PASSO

Quali sono i miei obiettivi per ogni ruolo?

Ora è il momento di scegliere un obiettivo per ciascun ruolo. Che cosa ti piacerebbe raggiungere in ogni ruolo l'anno prossimo per fare in modo che diventi il tuo miglior anno? Scrivi il ruolo e l'obiettivo negli spazi. Ricorda che un obiettivo efficace deve essere:

- **Specifico**
- **Misurabile**
- **Iniziare con un verbo** (una parola che indichi azione).

Ricordati questi 3 criteri mentre scrivi i tuoi obiettivi.

Una volta finito, rileggili per assicurarti che non siano in conflitto con i tuoi valori. Inoltre assicurati di essere disposto a fare ogni cosa per raggiungerli. Se così non fosse elimina l'obiettivo dalla lista.

Il segreto di fissare un obiettivo e pianificarlo è trovare il giusto bilanciamento tra un obiettivo realistico e obiettivi che sono eccitanti perché faranno diventare i tuoi sogni realtà!

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

RUOLO

OBIETTIVI

NONO PASSO

Quali sono i miei 10 obiettivi per il prossimo anno?

Prima di scegliere i tuoi 10 obiettivi, riguarda le tue risposte alle domande precedenti per ricordarti cosa è veramente importante per te e perché.

Rivedi tutti i tuoi obiettivi e seleziona i 10 che significano di più per te e che faranno la differenza quando li raggiungerai. Una volta che avrai fatto la tua scelta, controlla di nuovo la lista per essere sicuro di essere felice con il bilanciamento dei ruoli e dei valori personali.

Hai dimenticato qualcosa? Hai focalizzato la tua attenzione su qualcosa di particolare? Quando sarai soddisfatto della scelta dei 10 obiettivi che renderanno l'anno prossimo il miglior anno che hai avuto fino ad ora, scrivilo!

TOP 10 GOALS

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

DECIMO PASSO

Come posso essere sicuro di raggiungerli?

Hai già fatto il passo più importante!

Ora il segreto è assicurarti di sapere come sta andando durante la tua vita frenetica. Come puoi essere certo che questo prezioso lavoro non si perda tra le pile di carte e venga dimenticato?

Come hai già scoperto, sai tante cose di te stesso e come fare in modo che le cose accadano. Cosa pensi che potresti fare per far in modo di seguire il tuo piano l'anno prossimo?

Fai in modo di creare un sistema che ti aiuti a fare le cose che sai di dover fare. Il successo è fare le prime cose per prima.

È importante anche avere il supporto di cui hai bisogno. Circondati di persone positive che ti incoraggino. Cerca aiuto da esperti nell'area dove hai bisogno di supporto per ottenere successo, per esempio: vedi il tuo dottore per parlare di problemi di salute, prenditi del tempo con il tuo promotore finanziario per gestire i tuoi soldi. Vai in palestra per sentirti bene fisicamente.

**Le persone di successo hanno imparato che è
intelligente chiedere aiuto durante il cammino.
Non avere paura di chiedere!**

NOTE

IL MIGLIOR ANNO PLAN

(scrivi il tuo nome!)

LINEE GUIDA

1. _____
2. _____
3. _____

NUOVA CREDENZA: _____

FOCUS PRINCIPALE: _____

TOP 10 GOALS

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

OBIETTIVI MENSILI

Utilizza le pagine seguenti per fare la pianificazione dei tuoi obiettivi mensili.

Come puoi vedere, ogni pagina è suddivisa in 10 obiettivi.

Sotto ad ognuno hai lo spazio per scrivere i sotto-obiettivi che, raggiunti nel mese, ti porteranno alla fine dell'anno ad aver raggiunto il "Top 10 Goals" relativo.

Eventuali altri obiettivi che vuoi prefissarti ogni mese, ma che non hanno a che vedere strettamente con un "Top 10 Goals" specifico, puoi inserirli nello spazio "altri obiettivi del mese".

Il mio miglior anno del mese di GENNAIO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - GENNAIO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di FEBBRAIO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - FEBBRAIO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di MARZO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - MARZO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di APRILE

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - APRILE

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di MAGGIO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - MAGGIO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di GIUGNO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - GIUGNO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di LUGLIO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - LUGLIO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di AGOSTO

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - AGOSTO

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di SETTEMBRE

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - SETTEMBRE

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di OTTOBRE

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - OTTOBRE

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di NOVEMBRE

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - NOVEMBRE

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

Il mio miglior anno del mese di DICEMBRE

OBIETTIVO ANNUALE N°1

OBIETTIVO ANNUALE N°2

OBIETTIVO ANNUALE N°3

OBIETTIVO ANNUALE N°4

OBIETTIVO ANNUALE N°5

OBIETTIVO ANNUALE N°6

OBIETTIVO ANNUALE N°7

OBIETTIVO ANNUALE N°8

OBIETTIVO ANNUALE N°9

OBIETTIVO ANNUALE N°10

ALTRI OBIETTIVI DEL MESE

MONITORAGGIO CONGRUENZA - DICEMBRE

LINEE GUIDA

Nuova Credenza _____ %

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

MEDIA _____ %

TOP 10 GOALS

01. _____ %

02. _____ %

03. _____ %

04. _____ %

05. _____ %

06. _____ %

07. _____ %

08. _____ %

09. _____ %

10. _____ %

MEDIA TOTALE _____ %

NOTE

NOTE

NOTE



HRD TRAINING GROUP Srl

**C.so XXII Marzo, 19
20129 Milano**

Tel. +39 02 542515