

# Energie-Tagebuch

Datum

Tageszeit	Tätigkeit	Energielevel	Ich fühle mich ..	Tagesauswertung	Nächste Schritte
MORGENS			<input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert		Was möchte ich beibehalten? Was möchte ich anders machen?
MITTAGS			<input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert		
ABENDS			<input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert <input type="checkbox"/> überfordert <input type="checkbox"/> ausgeglichen <input type="checkbox"/> unterfordert		