



let your soul glow

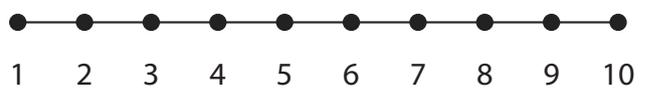


Miss deinen Fortschritt

Bewerte auf einer Skala von 1-10 die folgenden Punkte

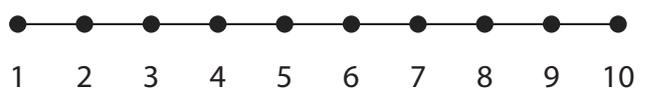
#1

Wie würdest du dein derzeitiges Stressniveau einschätzen?



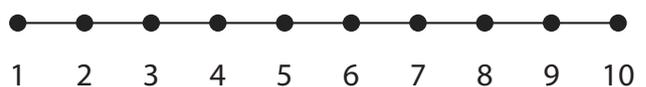
#2

Wie ist deine Schlafqualität?



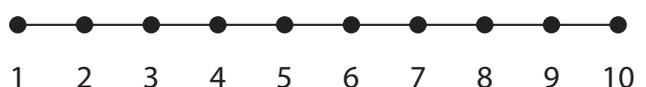
#3

Wie würdest du dein Immunsystem bewerten?



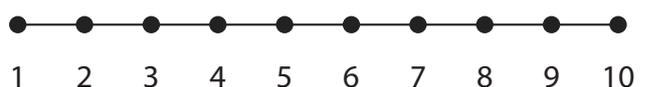
#4

Wie schätzt du deine Lust auf Sex ein?



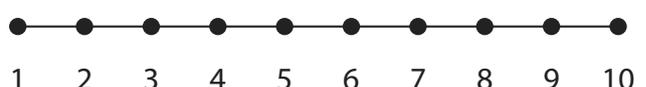
#5

Wie konzentriert bist du bei der Arbeit?



#6

Wie ist dein Energieniveau im Allgemeinen?





Nimm dir einen Moment Zeit und beantworte auch diese Fragen für dich.

#1

Was hat dich zu diesem Kurs inspiriert?

#2

Nimmst du Medikamente ein?

#3

Wie gehst du mit „Stresssituationen“ um?

#4

Wie oft trinkst oder konsumierst du Freizeitdrogen?

#5

Wie viel Koffein trinkst du am Tag (1, 2, 3, mehr als 3 Tassen)?

#6

Was erhoffst du dir von diesem Programm?