



**DAGELIJKS WERKBOEK  
DEEL #3**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**





Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie** M#1 Inner power



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie** M#1 Inner power



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie** M#1 Inner power





Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**





Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**



Dag \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

1. Zet alles uit wat je kan afleiden (fb, skype, email, tv, internet)
2. Start je dag met de **Brainwave technologie** (minimaal 10 minuten).
3. Beluister en beleef jouw visualisatie audio (vanaf week 2).
4. Doe je **dagelijkse les**, opdracht of bonus materiaal:
5. Wat heb je vandaag **geleerd**:
  
6. Wat is je grootste **inzicht** van vandaag
  
7. Hoe gaat je dit inzicht vertalen naar een **concrete actie**:  
-  
-
8. Schrijf minimaal 1 **succes** op van vandaag:
  
9. Schrijf 1 ding op waar je **dankbaar** voor bent vandaag:
  
10. Beluister voor het slapengaan je **Hypnotherapie M#1 Inner power**