

MINE KNÆK KURVEN STRATEGIER

Tag styringen over din energi og drop de (dumme) vaner på autopilot. Skriv alle dine ideer til strategier, som du kan bruge - hjemme eller ude - til at "knække kurven"; til at slappe af eller samle energi.

☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	