



Mein Sankalpa

MONAT: _____ JAHR: _____

Ich bin so froh, dass ...

(Bitte formuliere Deine Absicht klar, detailliert, kurz und konkret, messbar, realistisch, inspirierend, in der 1. Person und in Präsens)

LANGZEIT ZIELE

1. in 3 Jahren _____
2. in 5 Jahren _____
3. in 10 Jahren _____

KURZZEIT

GESUNDHEIT

1. _____
2. _____
3. _____

FAMILIE

1. _____
2. _____
3. _____

BEZIEHUNGEN (Freundschaften, Partner, Soziales Umfeld)

1. _____
2. _____
3. _____

FINANZIELLES

1. _____
2. _____
3. _____

GESCHÄFTLICHES / KARRIERE

1. _____
2. _____
3. _____

INTELLEKTUELLES

1. _____
2. _____
3. _____

KREATIVES

1. _____
2. _____
3. _____

SPIRITUELLES

1. _____
2. _____
3. _____



www.yogabali.com