

Energierad

Betrachten Sie die vier Bereiche und bewerten Sie diese an Ihrem aktuellen Zustand. Malen Sie nun auf einer Skala von 1 bis 10 die Kuchenstücke entsprechend aus. Es zeigt Ihnen auf, wo Ihre Energievampire lauern und in welchen Bereichen Sie Ihr Energiemanagement verbessern können.

