

# Tagesprotokoll

DATUM \_\_\_\_\_

Halte fest, womit du deine Zeit verbringst, wie lange – und wie zufrieden du damit warst. So erkennst du, was du optimieren kannst.

WOCHE \_\_\_\_\_

Zeit	Tätigkeit	Dauer	Happy?	Kategorie / Optimierung
<b>7.00</b>				
7.30				
<b>8.00</b>				
8.30				
<b>9.00</b>				
9.30				
<b>10.00</b>				
10.30				
<b>11.00</b>				
11.30				
<b>12.00</b>				
12.30				
<b>13.00</b>				
13.30				
<b>14.00</b>				
14.30				
<b>15.00</b>				
15.30				
<b>16.00</b>				
16.30				
<b>17.00</b>				
17.30				
<b>18.00</b>				
18.30				
<b>19.00</b>				
19.30				
<b>20.00</b>				
20.30				
<b>21.00</b>				
21.30				
<b>22.00</b>				
22.30				
<b>23.00</b>				