



ABOGADO TOTAL
CONVIERTETE EN UN REFERENTE DE TU SECTOR

PLANIFICADOR TOTAL

- ⊕ Aprovecha al máximo tus días
- ⊕ Prioriza las tareas en función de su importancia
- ⊕ Vuélvete mucho más productivo

Bienvenido/a a tu **PLANIFICADOR TOTAL**

Hola compañero/a.

GRACIAS por estar leyendo estas líneas, y sobre todo, **FELICIDADES**. Felicidades por haberte descargado este planificador, por abrirlo, por leerlo, pero sobre todo, y lo más importante, por querer cambiar tus resultados como abogado/a. Ahora mismo pensarás por qué este hombre me felicita si tampoco he hecho nada del otro mundo. Pues te digo una cosa, llevas razón.

No obstante hay un problema con las cosas fáciles de hacer, que también son muy fáciles de **NO HACER**.

Y en esa situación viven el 95% de los abogados que te rodean, sin hacer esas pequeñas cosas, esos pequeños cambios, que dan lugar a consecuencias **EXTRAORDINARIAS**.

¿Qué tipo de Abogado/a te gustaría ser?

Yo siempre lo he tenido claro: **EL MEJOR**.

Espero que tú seas de los míos.

Eso si, debo advertirte que en esta vida lo que más cuesta conseguir, es lo que más valor tiene. Y para cambiar esos resultados estas aquí, acompañándome, pero te insisto, este camino es precioso, pero muy exigente. Si fuera fácil, primero no sería tan divertido, y segundo, todo el mundo lo haría.

Me gusta mucho repetirme a mí mismo **“haz lo que no hace nadie, para conseguir lo que nadie consigue.”**

Quiero ofrecerte el planificador que yo mismo utilizo para que mi día a día sea lo más productivo posible, cuando lo leas pensarás que es muy fácil, y lo es, pero recuerda, también es muy fácil de no hacer.

Gracias por acompañarme en este sueño.

Un fuerte abrazo.

Salvador González-Moncayo Cuevas
ABOGADO || Creador de ABOGADOTOTAL





ABOGADO**TOTAL**
CONVIÉRTETE EN UN REFERENTE DE TU SECTOR

CÓMO UTILIZAR TU PLANIFICADOR TOTAL

Este planificador está pensado para utilizarlo durante cuatro semanas. Una vez terminadas, sencillo, vuelves a empezar.

Para completarlo, únicamente tendrás que buscar dos huecos en tu día para completarlo: 5 minutos por la mañana y 5 minutos por la tarde/noche cuando acabe tu jornada de trabajo.

Has leído bien, 10 minutos al día.

Si no tienes 10 minutos al día, o bien no tienes vida o bien te estás mintiendo a tí mismo.

No busques hacerlo perfecto o con el máximo de detalle, simplemente hazlo.

Mi consejo es que **SIEMPRE** completes el planificador en el mismo momento del día, yo, por ejemplo, lo suelo completar por la mañana mientras me tomo el café con leche, y justo antes de irme al despacho. Lo que consigo con eso es tener el hábito perfectamente integrado en mi vida, y no me cuesta hacerlo, es más, cuando por algún motivo algún día me retraso, me siento raro.

Te aconsejo que imprimas el planificador para completarlo con boli.

Da igual el día del mes que estés leyendo esto o que no sea lunes, empieza HOY MISMO.

SEMANA 1

DEL ___/___/___ AL ___/___/___

OBJETIVOS DE LA SEMANA

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE QUE VOY A HACER CON MI TIEMPO ESTA SEMANA?

OBJETIVOS PERSONALES:

OBJETIVOS PROFESIONALES:

DÍA 1

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO** ●

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 2

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 3

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 4

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 5

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 6

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 7

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

SEMANA 2

DEL __/__/__ AL __/__/__

OBJETIVOS DE LA SEMANA

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE QUE VOY A HACER CON MI TIEMPO ESTA SEMANA?

OBJETIVOS PERSONALES:

OBJETIVOS PROFESIONALES:

DÍA 1

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO** ●

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 2

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 3

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 4

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 5

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 6

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 7

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

SEMANA 3

DEL __/__/__ AL __/__/__

OBJETIVOS DE LA SEMANA

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE QUE VOY A HACER CON MI TIEMPO ESTA SEMANA?

OBJETIVOS PERSONALES:

OBJETIVOS PROFESIONALES:

DÍA 1

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? SÍ NO ●

¿He cuidado mi alimentación? SÍ NO

¿He cuidado mi descanso? SÍ NO

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? SÍ NO

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? SÍ NO

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? SÍ NO

DÍA 2

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 3

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 4

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 5

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 6

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 7

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

SEMANA 4

DEL ___/___/___ AL ___/___/___

OBJETIVOS DE LA SEMANA

¿QUÉ ES LO MÁS IMPORTANTE QUE VOY A HACER CON MI TIEMPO ESTA SEMANA?

OBJETIVOS PERSONALES:

OBJETIVOS PROFESIONALES:

DÍA 1

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO** ●

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 2

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 3

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 4

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 5

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 6

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**

DÍA 7

__/__/__

PLANIFICADOR MATUTINO

3 cosas que tengo que hacer hoy **SÍ** o **SÍ**

Hoy visualizo que mi día va a ser muy productivo porque:

¿Cuáles son las 3 acciones más importantes que voy a hacer hoy para conseguir la vida que sueño?

PLANIFICADOR NOCTURNO

REVISIÓN DE HÁBITOS

¿He hecho ejercicio? **SÍ** ● **NO**

¿He cuidado mi alimentación? **SÍ** **NO**

¿He cuidado mi descanso? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado del tiempo con mis seres queridos? **SÍ** **NO**

¿He disfrutado de tiempo conmigo mismo/a? **SÍ** **NO**

MI MEJOR MOMENTO del día ha sido:

LA PREGUNTA CLAVE:

¿He hecho todo lo posible para acercarme a mis objetivos? **SÍ** **NO**



ABOGADO TOTAL
CONVIERTETE EN UN REFERENTE DE TU SECTOR



@abogado_total



Abogadototal