

# 91DAYS

Baue Deinen Traum.

CREATED FOR YOU.  
BY JUULIANE

# Dieser Planer ist nur für dich.

91 Tage, um intensiv an deinem Ziel zu arbeiten! Du wirst überrascht sein, wie viel sich in 3 Monaten schaffen lässt. Am besten planst du deinen Tag immer schon am Vorabend, dann kannst du direkt loslegen. So arbeitest du mit dem Planer.

## **Setze dein Signature Goal**

**01**

Das ist dein Fokus-Ziel für die nächsten 3 Monate. Arbeitet die nächsten 91 Tage intensiv daran. Wenn du noch kein Signature Goal hast: Im Audiotraining + Workbook (kostenfrei) finden wir eins für dich. In der Kopfzeile kannst du das Datum eintragen und die 91 Tage tracken.

## **Kläre Signature Steps**

**02**

Definiere 3 Schritte, die auf dein Signature Goal einzahlen. Es können kleine Schritte sein. Wir unterschätzen oft, wie viel schon kleinste Schritte bewegen. Wichtig ist nur: Sie müssen von *dir* machbar sein!

## **Admin-List**

**03**

Mental-Load-Detox! Hier kannst du alles aufschreiben, was erledigt werden muss. Damit der Laden läuft, sozusagen. In der Familie, im Job, überall. Und: Abhaken, was erledigt ist! Immer das beste Gefühl.

## **Notizen**

**04**

Platz nur für dich! Schreibe alles auf, was dir über den Tag so einfällt. Damit es dich nicht ablenkt - du es aber auch nicht vergisst. Gehe die Notizen am Ende des Tages durch, ordne ein und plane, was du wann umsetzen möchtest.

## **Symbole**

**05**

Ganz unten findest du Symbole, mit denen du deine Listen klar strukturieren und führen kannst.

Day /91

Date:

Ich baue meinen Traum.

## Signature Goal



NOTIZEN

## Signature Steps

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## Admin List

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

TO START

OK

↗ DELAY

⏻ STUCK

✖ CANCEL

# The Fine Print

Dieses Produkt ist eine Sample-Page des Planers  
91Days.

Konzept, Text & Design: Juliane Scheel

© 2025 Juliane Scheel  
Alle Rechte vorbehalten.

Die Inhalte, Texte und Designs dieses Workbooks  
sind urheberrechtlich geschützt. Vervielfältigung,  
Weitergabe oder Verkauf – auch auszugsweise –  
nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Autorin.

Mehr über meine Arbeit: [julianescheel.com](http://julianescheel.com)

**Die  
schönsten  
Geschichten  
im Leben  
schreibt man  
immer selbst.**