

TUS METAS

1 **Lista las 3 cosas que más ansías experimentar en los próximos 90 días:**
(descríbelas bajos con las **M.E.T.A.S.**-características : **M**anejables, **E**xplícitas, definidas en el **T**iempo, **A**lcanzables y **S**imples:

.....

.....

.....

.....

2 **¿Por qué las metas anteriores son importantes para ti?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

