

# RÜCKBLICK AUF MEINEN VERZICHT

Teilnahme am (z. B. time:out classic)

---

Mein Verzicht

---

Mein Gewinn

---

Verzichtsdauer von

bis

---

## Auswertung

Dein Highlight während des Verzichtes?

---

Dein Tiefpunkt während des Verzichtes?

---

Worauf bist du besonders stolz?

---

Was hat dich besonders herausgefordert?

---

Was hat dir am meisten beim Verzichten geholfen?

---

Welche Erkenntnisse nimmst du aus deiner Teilnahme mit? Was nimmst du dir für deine Zukunft vor?

---

Was machst du beim nächsten Verzicht anders?

---