

METAS



Para ayudarnos a amb@s a clarificar cuáles son las metas o inquietudes de salud en las que quieres trabajar durante tu programa, por favor, tómate unos momentos para llenar este documento y traerlo para nuestra primera llamada de coaching. Por favor, escribe tres metas por cada periodo de tiempo.

Primer mes

1. _____

2. _____

3. _____

Segundo mes

1. _____

2. _____

3. _____

Es importante que mandes este documento por mail a paulina@amatuvida.tv, la primera semana.