



BY DIMA & JELENA

MIT MRR RECHTEN

12-3 Planner

Mit diesem Planner werden deine Träume in 12 Monaten wahr: Schreibe täglich dein „Warum“ auf und setze 3 klare Aktionen, die dich deinem Ziel näherbringen.



DJ MARKETING HUB LLC

12-3



DJ MARKETING HUB

ÜBER UNS

Hi, wir sind Dima und Jelena von D&J Marketing Hub.

Seit über 12 Jahren sind wir im Online-Business tätig und haben auf unserer Reise unzählige Erfahrungen gesammelt – von unserer ersten Erfindung, einer Luftdusche, über eine weltweit bekannte App bis hin zu unserer eigenen erfolgreichen Amazon-Marke. Unser Wissen und unsere Leidenschaft führten uns schließlich zum Digital Marketing, das uns völlig neue Möglichkeiten eröffnet hat.

Mit all dem Wissen, das wir auf diesem Weg gesammelt haben, haben wir den 12-3 Journal Planner entwickelt. Dieser Planner ist nicht nur ein Tool, sondern ein durchdachtes System, das dir hilft, deine Ziele zu erreichen und deine Träume in die Realität umzusetzen.

Unser Ziel ist es, dich mit unserem Know-how zu unterstützen und dir die besten Werkzeuge an die Hand zu geben, damit du dich auf das Wesentliche konzentrieren kannst: deinen Erfolg! 💡

EMAIL

info@djmarketinghub.de

WEBSITE

www.djmarketinghub.de



ÜBER DEN 12-3 PLANNER

12 Monate - 3 Aktionen

MIT DIESEM PLANNER WERDEN DEINE ZIELE UND TRÄUME IN 12 MONATEN WAHR, WEIL DU...

- **Jeden Tag deinen Traum fokussierst:** Indem du deinen Traum oder dein „Warum“ täglich niederschreibst, stärkst du dein Unterbewusstsein und bringst dich mental in die Richtung deines Ziels.
- **Gezielte Aktionen planst:** Mit nur 3 klar definierten Todos pro Tag arbeitest du fokussiert an deinem Traum – keine Ablenkungen, nur Fortschritt.
- **Deinen Alltag strukturierst:** Das 12-3 Journal verbindet Reflexion, Planung und Aktion in einem einfachen, aber effektiven System, das dich organisiert und motiviert hält.

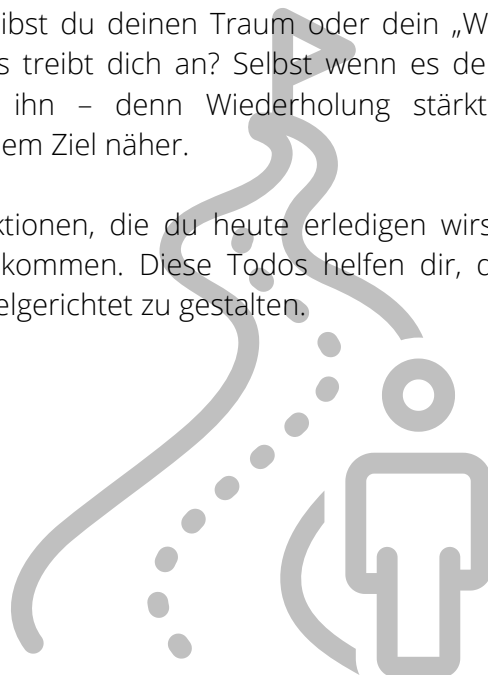
DAS 12-3 JOURNAL: DEIN WERKZEUG FÜR FOKUS, KLARHEIT UND ERFOLG



Das 12-3 Journal ist mehr als nur ein Notizbuch – es ist dein täglicher Begleiter, um deine Träume in die Realität umzusetzen. Mit seiner klaren Struktur hilft es dir, jeden Tag bewusst und zielgerichtet zu leben.

WIE FUNKTIONIERT DAS 12-3 JOURNAL?

- **12:** Jeden Tag (12 Monate lang) schreibst du deinen Traum oder dein „Warum“ auf. Was möchtest du erreichen? Was treibt dich an? Selbst wenn es derselbe Traum wie gestern ist, wiederhole ihn – denn Wiederholung stärkt dein Unterbewusstsein und bringt dich deinem Ziel näher.
- **3:** Ergänze dazu die 3 wichtigsten Aktionen, die du heute erledigen wirst, um deinem Traum einen Schritt näherzukommen. Diese Todos helfen dir, deinen Fokus zu behalten und deinen Alltag zielgerichtet zu gestalten.



ÜBER DEN 12-3 PLANNER

12 Monate - 3 Aktionen

DIE DREI KATEGORIEN FÜR DEINE TODOS:

- **Pflicht-Todos:** Aufgaben, die erledigt werden müssen, um den Alltag zu managen (z. B. Rechnungen zahlen, Haushalt erledigen).
- **Warum-Todos:** Aktionen, die direkt auf deinen Traum einzahlen und dich deinem Ziel näherbringen.
- **Wachstums-Todos:** Aufgaben, die langfristig dein persönliches oder berufliches Wachstum fördern (z. B. Weiterbildung, Netzwerken).

WARUM DAS 12-3 JOURNAL FUNKTIONIERT:



Viele Menschen träumen groß, aber handeln nicht. Das 12-3 Journal hilft dir, deine Träume mit konkreten Schritten zu verbinden. Es erinnert dich daran, dass jeder Traum ein Seinszustand ist – und dass du durch gezielte Aktionen dorthin gelangen kannst.

DEINE VORTEILE MIT DEM 12-3 JOURNAL:

- Klarheit über deine Ziele und Prioritäten.
- Struktur und Fokus in deinem Alltag.
- Tägliche Motivation, an deinen Träumen zu arbeiten.
- Eine Methode, die sowohl einfach als auch wirkungsvoll ist.

Mach jeden Tag einen Schritt in Richtung deines Traums – mit dem 12-3 Journal. Dein Erfolg beginnt hier!

Why?

ÜBER DEN 12-3 PLANNER

12 Monate - 3 Aktionen

BEACHTE DIESE GRUNDSÄTZE FÜR DEIN 12-3 JOURNAL:

Damit du das volle Potenzial deines Journals entfalten kannst, gibt es ein paar wichtige Punkte, die du beim Ausfüllen beachten solltest:

➔ **Schreibe im Präsens und nutze kraftvolle Formulierungen**

Vermeide schwache Wörter wie „möchte“, „kann“ oder „sollte“. Stattdessen nutze entschlossene Aussagen wie „Ich will“ oder „Ich erreiche“.

Beispiel:

✗ „Ich möchte irgendwann finanziell frei sein.“

✓ „Ich bin finanziell frei, weil ich jeden Tag daran arbeite.“

➔ **Verbanne das Wort „muss“**

Es erzeugt Druck und blockiert deine Motivation. Ersetze es durch positive Formulierungen, die Freude ausstrahlen.

Beispiel:

✗ „Ich muss heute trainieren.“

✓ „Ich will trainieren, weil es mich stärker macht.“

➔ **Fokussiere dich auf dein „Warum“**

Dein Traum ist die Energiequelle für deine Aktionen. Schreibe ihn täglich auf und lass dich davon leiten.

➔ **Sei spezifisch und messbar**

Klar definierte Träume und konkrete Todos bringen echte Ergebnisse.

Beispiel:

✗ „Ich will fitter werden.“

✓ „Ich trainiere 30 Minuten, 4-mal pro Woche, um stärker und gesünder zu sein.“

➔ **Visualisiere dein Ziel**

Male dir dein zukünftiges Ich lebhaft aus und halte es schriftlich fest.

➔ **Sei ehrlich zu dir selbst**

Kleine Schritte sind besser als Perfektion. Reflektiere ehrlich, was funktioniert und passe dich an.



MRR RECHTE

Master Resell Rights (MRR) - Nutzungsbedingungen

Mit dem Erwerb dieses Produkts unter den Master Resell Rights (MRR) erklärst du dich mit den folgenden Nutzungsbedingungen einverstanden:

Weiterverkauf erlaubt:

Du bist berechtigt, dieses Produkt unverändert weiterzuverkaufen und den vollen Verkaufspreis zu behalten.

Keine Änderungen:

Es ist nicht erlaubt, den Inhalt, das Design, die Struktur oder den Namen des Produkts zu bearbeiten, zu modifizieren oder umzugestalten. Das Produkt muss in seiner Originalform weiterverkauft werden.

Keine Weitergabe von Rechten:

Du darfst keine Resell-Rechte, PLR-Rechte oder weitere Lizenzen an Dritte weitergeben. Nur der direkte Weiterverkauf des unveränderten Produkts ist gestattet.

Eigene Nutzung:

Du kannst das Produkt selbst nutzen oder es weiterverkaufen – jedoch ausschließlich gemäß den hier festgelegten Bedingungen.

Preissetzung:

Der Verkaufspreis darf nicht unter 4,99€ festgelegt werden, um den Wert des Produkts zu gewährleisten.

Markenschutz:

Der Markenname, das Logo oder andere Elemente des Originalprodukts dürfen nicht entfernt, ersetzt oder angepasst werden.

Haftungsausschluss:

Der ursprüngliche Anbieter übernimmt keine Haftung für die Verwendung oder den Weiterverkauf des Produkts durch Dritte.

Hinweis:

Ein Verstoß gegen diese Bedingungen führt zur sofortigen Beendigung deiner Resell-Rechte und kann rechtliche Schritte nach sich ziehen.

MORGENS STARTEN:

01

- Nutze den Planner morgens gleich vor der Arbeit oder vor anderen Tätigkeiten.
- Für Arbeiter: Bitte vor der Arbeit.
- Für Hausmänner/-frauen: Bitte erst dann, wenn es euch zeitlich wirklich passt. Nur keinen Druck!

SCHREIBE DEIN WARUM:

02

- Warum tust du das, was du gerade tust?
- Wenn du keine Antwort darauf hast, überlege dir dein Warum für die Zukunft.
- Dein Warum sollte nicht lange überlegt sein. Schreib einfach los. Es ist dein Warum!

PLANE DEINE TODOS AUF DER ANDEREN SEITE:

Deine Pflicht-Todos:

03

- Das sind die Todos, die du heute machen willst.
- Beispiel: Aufräumen. Es ist dreckig, du willst es sauber halten, also willst du aufräumen.
- Halte deine Pflicht-Todos immer kurz. Schreib dahinter sogar „KURZ“. Das zwingt dich, sie kurz zu halten.

Deine Warum-Todos:

04

- Schreibe alles auf, was du tun willst, um dein Warum auf der linken Seite zu erreichen.
- Beispiel: Du willst einen flachen Bauch, weil du dich hast gehen lassen. Dein Warum-Todo: Bauchtraining um 15 Uhr.
- Lege dir auch eine Zeit fest. Das bringt deine Disziplin richtig in Schwung.

Dein Wachstums-Todo:

05

- Mit deinem Warum willst du auch wachsen. Dein Mindset ist so wichtig. Du kannst Millionen Dinge tun und viele Businesses starten, aber wenn dein Herz bzw. dein Mindset nicht dabei ist, wirst du höchstwahrscheinlich scheitern.
- Schreibe jeden Tag ein Wachstums-Todo auf. Beispiele: Ein bestimmtes Buch lesen, mit jemandem sprechen, der Erfolg hat oder dein Warum schon erreicht hat, oder einen Podcast hören. Nur mache jeden Tag etwas für dein Mindset!

PLANE DEINE TODOS AUF DER ANDEREN SEITE:

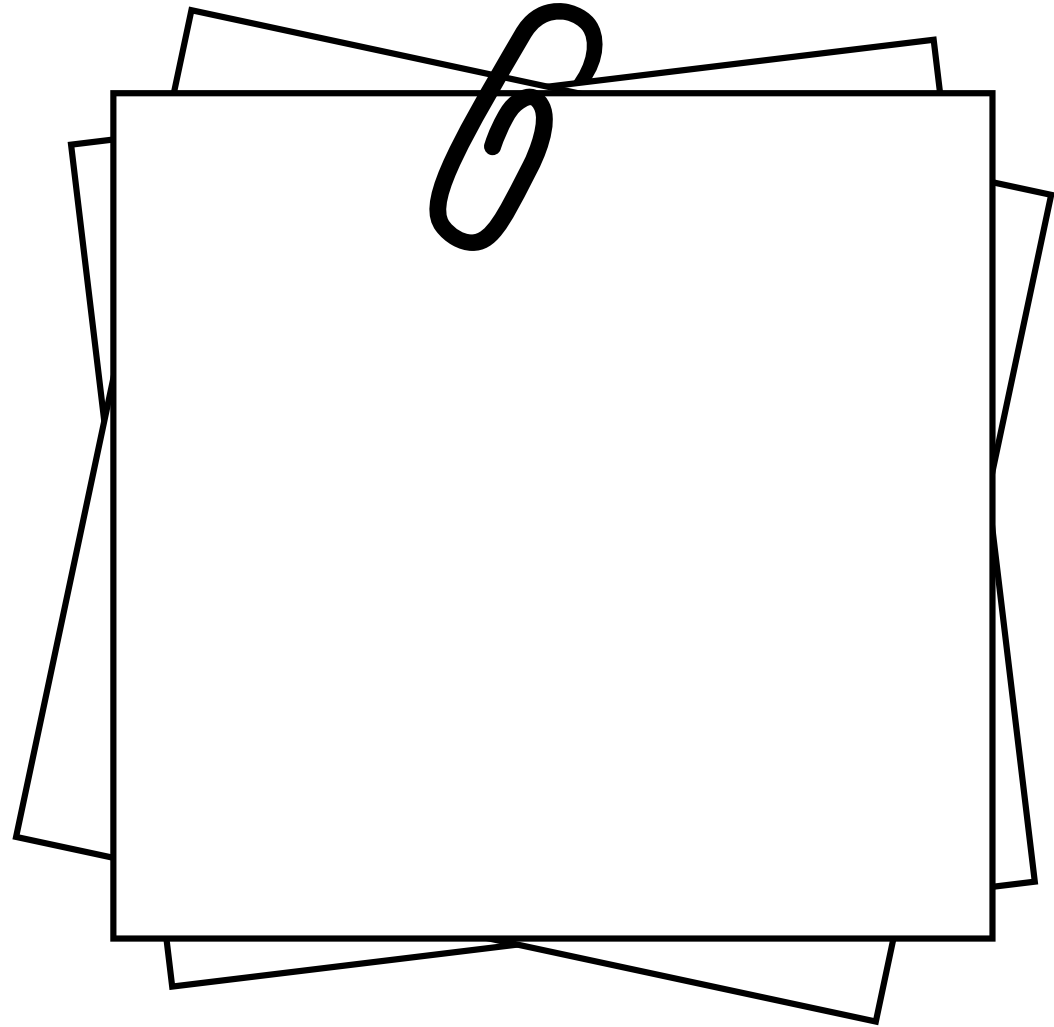
06

- Schreibe jeden Tag in diesen Planner und reflektiere kurz vor dem Schlafengehen, was du heute von deinen Todos gemacht hast.
- Wichtig: Wenn einige Todos runtergefallen sind und du sie nicht geschafft hast, ist das kein Problem. Der nächste Tag kommt, und du wirst entweder das gleiche Warum schreiben oder sogar ein neues definieren, weil du gemerkt hast, dass dein Warum von gestern doch nicht richtig war.

ÜBER DEN 12-3 PLANNER

12 Monate - 3 Aktionen

NOTIZ AN DICH SELBST
VOM: _____



MEIN WARUM! (?)

DATUM: _____

1. Ich will meinen Kindern jede Bildungsmöglichkeit bieten, die sie brauchen, ohne dabei auf das Geld zu achten.
2. Ich will mir jedes Haus bzw. Villa mieten, ohne dabei auf das Geld zu achten
3. Ich will First Class fliegen, egal wo ich hin will
4. Ich will einen flachen Bauch haben

MEINE TODOS FÜR HEUTE!

PFLICHT-TODOS:

1. Kind zur Kita (Zeit zusammen genießen!)
2. Aufräumen (schnell)
3. Mittagessen kochen (ausgewogen, aber leicht)

WARUM-TODOS:

1. Im Netz nach Verdienstmöglichkeiten umschauen
2. Mit erfolgreichen Menschen connecten
3. Schulungen suchen und Fortbildung anfragen
4. Milen Programm der Amex checken!

WACHSTUMS-TODOS:

1. Buch 4-Stunden-Woche kaufen und lesen beginnen
2. Heute Nachmittags will ich meditieren
3. Abends mit Kindern zusammen ein Spiel spielen

Follow your dreams and don't give up!

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich bin schlau

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin ein Gewinner

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich schaffe alles

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Der Weg ist das Ziel

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich bin mutig

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich habe Disziplin

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin groß

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich liebe mich

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin es wert

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin wertvoll

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich liebe mein Leben

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich bin dankbar

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich liebe meinen Körper

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich bin dankbar für meinen Wohlstand

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich will Erfolg

PFLICHT-TODOS:

MEIN WARUM! (?)

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich fühle tiefe Liebe

MEINE TODOS FÜR HEUTE!

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich bin zuvorkommend

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich helfe anderen Menschen

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich lasse die Energie fließen

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich nehme das Geld an

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ozeld ist toll

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Sport ist für mich wichtig

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich baue ein tolles Leben auf

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on its right side, suggesting it's resting on a surface.

[illegible]

This image shows a single page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines, and the page is completely blank except for the lines themselves.

DATUM: _____

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich bin ...

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin dankbar für mich

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin gesund

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ich lache gerne

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich habe Gefühle

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich atme tief durch

PFLICHT-TODOS:

DATUM: _____

[illegible]

Ich bin hier und jetzt

PFLICHT-TODOS:

WARUM-TODOS:

WACHSTUMS-TODOS:
