



Hoja Tracker

Usa esta hoja de ruta para registrar el avance que vayas teniendo a lo largo de la lectura de los capítulos y la ejecución de los ejercicios.

1 Acción _____

Me sentí... _____

2 Mi sueño y su para qué: _____

3 Pasos concretos:

- _____
- _____
- _____

Fecha: __/__/__

6 Acciones para cruzar el puente:

7 Notas de mentoreo:

3

Día 1

Día 2

Día 3

Día 7

Día 4

Día 5

Día 6

4 Mi creencia repetida: _____

En mí cambió... _____

8 Mi influencia en acciones:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

5 Cambiando mi manera de pensar:

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21

9

Meta a largo plazo: _____

Mediano plazo: _____

Corto plazo: _____

