AVENTURO ELITE | Entrepreneiston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE • IDEAS • PERFORMANCE • A BETTER TOMORROW

IL TUO

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE JOURNAL

30 GIORNI DI PRATICA

RIFLETTI • METTI A FUOCO • CRESCI • GUIDA



DISCIPLINA OGGI.
PIÙ CHIAREZZA DOMANI.
UN IMPATTO PIÙ GRANDE.

STESSA ENERGIA
PIÙ DIREZIONE
MAGGIORE IMPATTO.

AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

IL NOSTRO

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

4 DIMENSIONI INTEGRATE. UN SISTEMA UNICO.

> *Quattro dimensioni. Una sola direzione. Una versione migliore di te, ogni giorno.*

Un leader completo guida **se stesso**, guida il **team**, guida il **business** e guida **la propria energia**. Quando queste quattro dimensioni sono allineate, crei **risultati migliori, più sicurezza** e un **impatto duraturo.**



- Gestione dell'energia e del focus
- Sonno, nutrizione e movimento
- Resilienza e gestione dello stress
- Mindset di crescita
- Performance sostenibile

- Visione e strategia
- KPI, OKR e metriche di impatto
- Processi, sistemi e operatività
- Decision making e allocazione risorse

- Fiducia e sicurezza psicologica
- Feedback e confronto costruttivo
- Allineamento e accountability
- Delega e sviluppo delle persone
- Collaborazione e cultura

- Gestione delle emozioni
- Focus e attenzione
- Abitudini e disciplina personale
- Gestione dello stress
- Identità e valori
- Chiarezza di direzione

PIÙ ENERGIA. PIÙ IMPATTO.

Gestisci la tua energia fisica, mentale ed emotiva per mantenere alte le tue performance nel tempo.

PIÙ CHIAREZZA. PIÙ RISULTATI.

Trasforma la tua visione in azioni concrete, migliora i processi e prendi decisioni più efficaci basate sui dati.

PIÙ FIDUCIA. PIÙ COLLABORAZIONE.

Crea un ambiente di crescita, comunica con chiarezza, fornisci feedback costruttivi e sviluppa le persone.

PIÙ CONSAPEVOLEZZA. PIÙ LIBERTÀ.

Riconosci le tue emozioni, gestisci lo stress, sviluppa una mentalità orientata alla crescita e agisci con intenzione invece di reagire.

UN SISTEMA

Le 4 dimensioni sono interconnesse e si rafforzano a vicenda.

UN METODO PRATICO

Ogni giorno azioni semplici e mirate per ottenere risultati nel tempo.

UN PERCORSO DI 30 GIORNI

Strutturato, progressivo e applicabile alla vita reale.

UN IMPATTO DURATURO

Più chiarezza, più energia, migliori risultati, un team più allineato e una leadership più autentica.

AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

LEADERSHIP & PEAK PERFORMANCE SYSTEM™

LEADERSHIP CHECK-IN

IL TUO RITUALE GIORNALIERO

*"Stessa energia.
Più direzione.
Maggiore impatto."*

Ogni giorno, prenditi 5–10 minuti per fare il tuo Leadership Check-In.
Rifletti, metti a fuoco le tue priorità, allinea le tue azioni e monitora il tuo stato.
Piccole azioni quotidiane creano grandi risultati nel tempo.

DATA ____ / ____ / _____

L M M G V S D

01 GUIDARE TE STESSO

STATO INTERNO

Come mi sento oggi?

- ☐ Serenità
- ☐ Gioia
- ☐ Gratitudine
- ☐ Entusiasmo
- ☐ Fiducia
- ☐ Curiosità
- ☐ Calma
- ☐ Soddisfazione
- ☐ Tristezza
- ☐ Rabbia
- ☐ Paura
- ☐ Ansia
- ☐ Frustrazione
- ☐ Stress
- ☐ Solitudine
- ☐ Confusione

Intenzione di oggi

Come voglio essere oggi come leader?

02 GUIDARE IL TEAM

RELAZIONI E IMPATTO

Priorità relazionali di oggi

- ☐ Ascoltare
- ☐ Dare feedback
- ☐ Supportare
- ☐ Allineare
- ☐ Delegare
- ☐ Riconoscere
- ☐ Creare collaborazione

Una azione concreta

Come posso creare più fiducia e valore oggi?

03 GUIDARE IL BUSINESS

FOCUS E RISULTATI

Top 3 priorità di oggi

1. _____
2. _____
3. _____

Una azione ad alto impatto

Qual è l'azione più importante che può avvicinarmi ai miei obiettivi?

04 GUIDARE L'ENERGIA

SOSTENIBILITÀ E PERFORMANCE

Oggi mi prendo cura di

- ☐ Movimento
- ☐ Alimentazione
- ☐ Idratazione
- ☐ Respirazione / Pausa
- ☐ Tempo nella natura
- ☐ Digital detox
- ☐ Recupero / Sonno

La mia energia oggi

Cosa posso fare per mantenere o aumentare la mia energia?

GRATITUDINE

3 cose per cui sono grato oggi.

1. _____
2. _____
3. _____

RIFLESSIONE FINALE

Qual è il mio takeaway di oggi?
Cosa ho imparato? Cosa faccio meglio domani?



AVENTURO ELITE | Entrepreniston by Loris Lanzellotti | My Habits Coaching Academy by Germano Giansante

PEOPLE | IDEAS | PERFORMANCE | A BETTER TOMORROW

SCOPRI COME ACCELERARE LA TUA LEADERSHIP.

> *La leadership più potente inizia da te.*

Leadership & Peak Performance Accelerator

12 SETTIMANE. 4 DIMENSIONI. RISULTATI CONCRETI.

Un percorso di 12 settimane che ti guida passo dopo passo per diventare un leader più consapevole, efficace e di impatto. Unisce coaching, formazione pratica, strumenti concreti e una community esclusiva di CEO, executive, imprenditori e professionisti.

Ogni 3 settimane approfondiamo una dimensione fondamentale della leadership per aiutarti a integrare crescita personale, team, business ed energia in un sistema coerente e sostenibile.

LA ROADMAP DI 12 SETTIMANE

FASE 1 — GUIDA DI TE STESSO
SETTIMANE 1–3

1	2	3
Identità e valori	Mindset ed emozioni	Abitudini e disciplina

Maggiore consapevolezza, focus e autodirezione.

FASE 2 — GUIDA DEL TEAM
SETTIMANE 4–6

4	5	6
Leadership comunicazione	Delega e fiducia	Cultura e performance

Team più motivati, allineati e autonomi.

FASE 3 — GUIDA DEL BUSINESS
SETTIMANE 7–9

7	8	9
Visione e strategia	Processi e priorità	Esecuzione e risultati

Maggiore chiarezza, produttività e impatto nel business.

FASE 4 — GUIDA DELL'ENERGIA
SETTIMANE 10–12

10	11	12
Energia e salute	Gestione dello stress	Integrazione e impatto

Più energia, resilienza e performance sostenibile.

COSA OTTIENI

COACHING DI ALTO LIVELLO
Sessioni live con coach esperti e mentor internazionali.

MATERIALI PREMIUM
Workbook, guide pratiche, strumenti di self-assessment e risorse esclusive.

PIATTAFORMA ONLINE
Accesso a contenuti, esercizi e supporto continuo.

COMMUNITY DI ALUMNI
Una rete esclusiva di CEO, executive e professionisti per condividere esperienze e opportunità.

SUPPORTO CONTINUO
Q&A, discussioni, confronto tra pari e supporto asincrono con la community e il team.



> *Persone migliori creano risultati migliori in un mondo migliore.*

SCOPRI DI PIÙ

Scansiona il QR code e scopri come candidarti al Leadership & Peak Performance Accelerator. Consulta il programma completo e le prossime date.

VISITA WWW.AVENTUROELITE.COM →

PIÙ CONSAPEVOLEZZA. PIÙ RISULTATI. UN MAGGIORE IMPATTO.

AVENTURO ELITE