

## *CHECKLISTE*

*FÜR DEIN ABSCHLUSS-EVENT MIT RUEDIGER DAHLKE*

- Dicke Matte
  
- Decke
  
- Warme Socken
  
- Warmer Pullover
  
- Lockere Hose  
(für den freien Atem)
  
- Augenmaske  
(optional)
  
- Persönliches Notizbuch/Journal  
(optional)
  
- Mittagessen  
(falls du keinen Lunch-Bon kaufen möchtest)
  
- Etwas zu knabbern für zwischendurch
  
- Vorfreude!