

Von: Dirk Diefenbach info@diefenbach-coaching.de
Betreff: [🎄 XMAS-Challenge] Wie sieht dein Weihnachten jetzt aus?
Datum: 18. Dezember 2025 um 06:01
An: [REDACTED]



Hallöchen Dirk !

**Erinnerst du dich noch, mit welchen Gedanken
du zu dieser Zeit in unsere gemeinsame
Challenge gestartet bist?**

*Du bekommst diese eMail, weil du Teil meiner Weihnachts-Challenge bist. Wenn du keinerlei
Infos mehr dazu bekommen möchtest, klicke bitte [>>>hier](#).*

Ich würde jetzt gern von dir wissen:

**Was hat sich im Vergleich zum Beginn dieser
Challenge, heute bei dir in den Gedanken, Gefühlen
und Handlungen geändert?**

- Was hast du an deiner Einstellung verändert?
- Was hast du gelernt?
- Wo hast du komplett anders gehandelt oder gedacht?

Ich will es alles wissen.

**Bitte sei doch so nett und trage deine wichtigsten
Erkenntnisse in [>>>dieses Formular](#) ein.**

*(Bitte trage hier in jedem Fall etwas ein, weil wir dann auch
im Abschluss-Meeting darüber sprechen können und das
wäre wirklich toll 😊)*

Du findest das Board mit den gesammelten Ergebnissen zeitnah auf unserer [>>> Challenge-Info-Seite](#) im "Fazit & Ergebnis-Board" und wir werden es laufend zwischendurch aktualisieren.

Du kannst also gern immer mal wieder reinschauen.

Ich muss wohl nicht erwähnen, wie neugierig ich bin 🤔

PS: Hast du dich eigentlich schon für unser Live-Abschluss-Meeting am Samstag (20.12.) um 10:00 angemeldet? Wenn nicht, kannst du das noch fix [>>>hier](#) nachholen.

Also: let's go!



Dein entspanntestes
Weihnachten
aller Zeiten !

Wir bleiben gemeinsam und
stressfrei auf unserem
erfolgreichen Abspeck-Weg!



PS: Bei Fragen zur Challenge kannst du mein Team und mich per eMail unter fragen@abspecken-kann-jeder.de erreichen.

Hab einen tollen Tag und wir lesen uns morgen wieder 😊

Dein virtueller Abspeck-Coach

Dirk

Abspecken kann jeder

...AUCH DU!



www.abspecken-kann-jeder.de



Gesendet an: [REDACTED]

Du erhältst diese eMail, weil du dich für meine Dezember-Challenge angemeldet hast.
Wenn du nicht mehr teilnehmen möchtest, klicke bitte auf den Link oben in der blauen Box.

Dirk Diefenbach
Geschäftsführer
Diefenbach Coaching Operations GmbH
Kopernikusstraße 14
30167 Hannover
Deutschland

[Impressum](#)

[Datenschutz](#)

[AGB](#)