



A MENTE MESTRA

VOCÊ É CAPAZ
de mudar



O AMBIENTE
QUE MAIS
motiva



TRIÂNGULO DO IMPULSO



AÇÃO 70%

INTENÇÃO 20%

REVISÃO 10%

	60 min	90 min
intenção	12 min	18 min
ação	42 min	63 min
revisão	6 min	9 min