



Federación Andaluza  
**Piragüismo**

ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS

1.. 2.. 3..				Objetivo inicial
¿Qué tengo que hacer/saber hacer para lograrlo?				Cosas que pueda medir, ver objetivamente si las hago.
a)				
b)				
c)				
d)				
e)				
f)				
Objetivo A	Logro a largo plazo	Logro a medio plazo	Logro a largo plazo	Secuenciar las acciones de difícil a fácil
				Fechas concretas
				Ayudas para lograrlo
				Premio/castigo



Federación Andaluza  
**Piragüismo**

ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS

Objetivo B	Logro a largo plazo	Logro a medio plazo	Logro a largo plazo	Secuenciar las acciones de difícil a fácil
				Fechas concretas
				Ayudas para lograrlo
				Premio/castigo