



Ben jij al fit voor defensie?

AANVALSPLAN – VERDIEPING

Het Labyrint

Hoi!

Wat leuk dat je deze PDF hebt gedownload! Je vindt in deze PDF de opdrachten om je skills te testen in het krijgen van overzicht in je labyrint, en het bereiken van je doelen.

In het blog op de site van defensiefit.nl staat de uitleg en toelichting, en in deze download vind je de 3 niveaus van de uitdagende labyrinten om op te lossen: lukt het jou om alle 3 de niveaus op te lossen?

Tot slot heb ik een BONUS niveau toegevoegd als echt hersenkraker... Dit is alleen weggelegd voor de grootste doorzetters 😊.

Heel veel succes en plezier gewenst. Zet 'm op!

Gr,

Djack :)

PS. DEZE PDF is een aanvulling op het BLOG over het Labyrint op www.defensiefit.nl/aanvalsplan

Check het volledige BLOG ARTIKEL op:

<https://defensiefit.nl/aanvalsplan/aanvalsplan-deel-ii-jouw-doel-in-jouw-labyrint/>

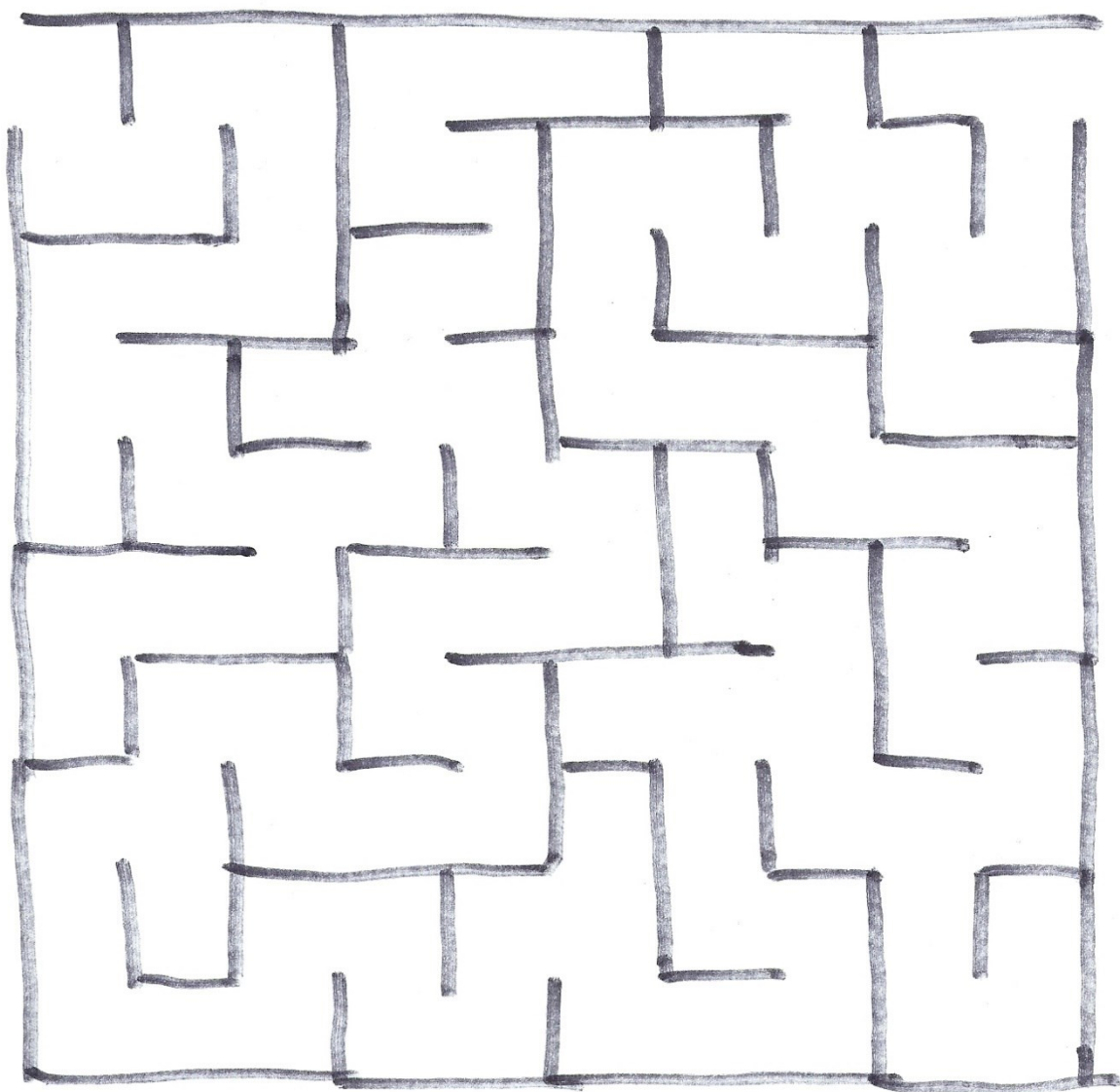
Inhoud:

- Niveau 1
- Niveau 2
- Niveau 3
- BONUS Niveau 4 tot Niveau 4 ++++
- OPDRACHTEN
- TIPS en TRICKS

Niveau 1:

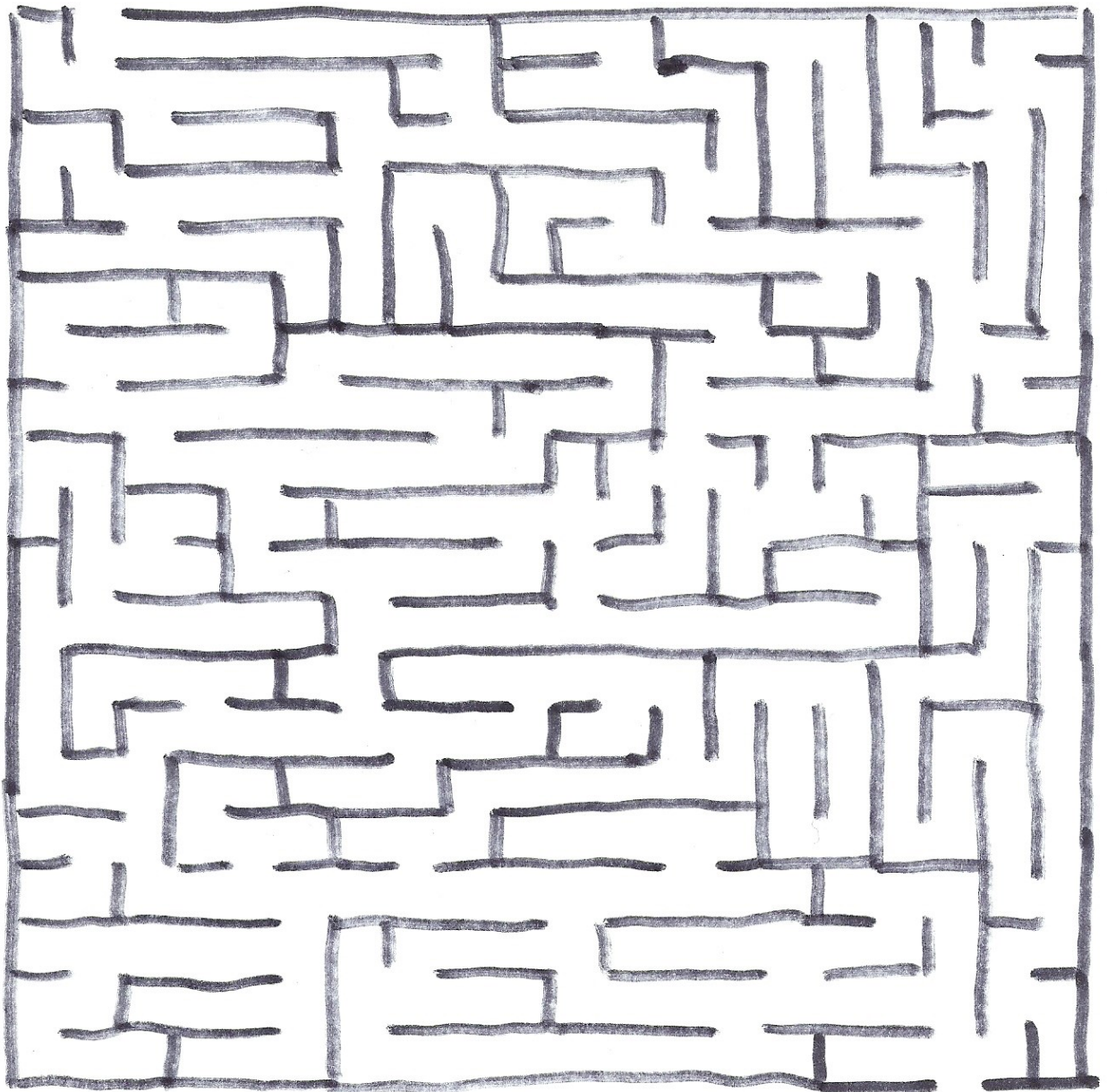
Kun je jouw labyrint in 1 oogopslag oplossen? Dan is jouw uitdaging gelukkig niet al te groot, en zul je snel je doel bereiken. Helemaal top! Los het labyrint op, en ga door naar niveau 2.

NIVEAU 1

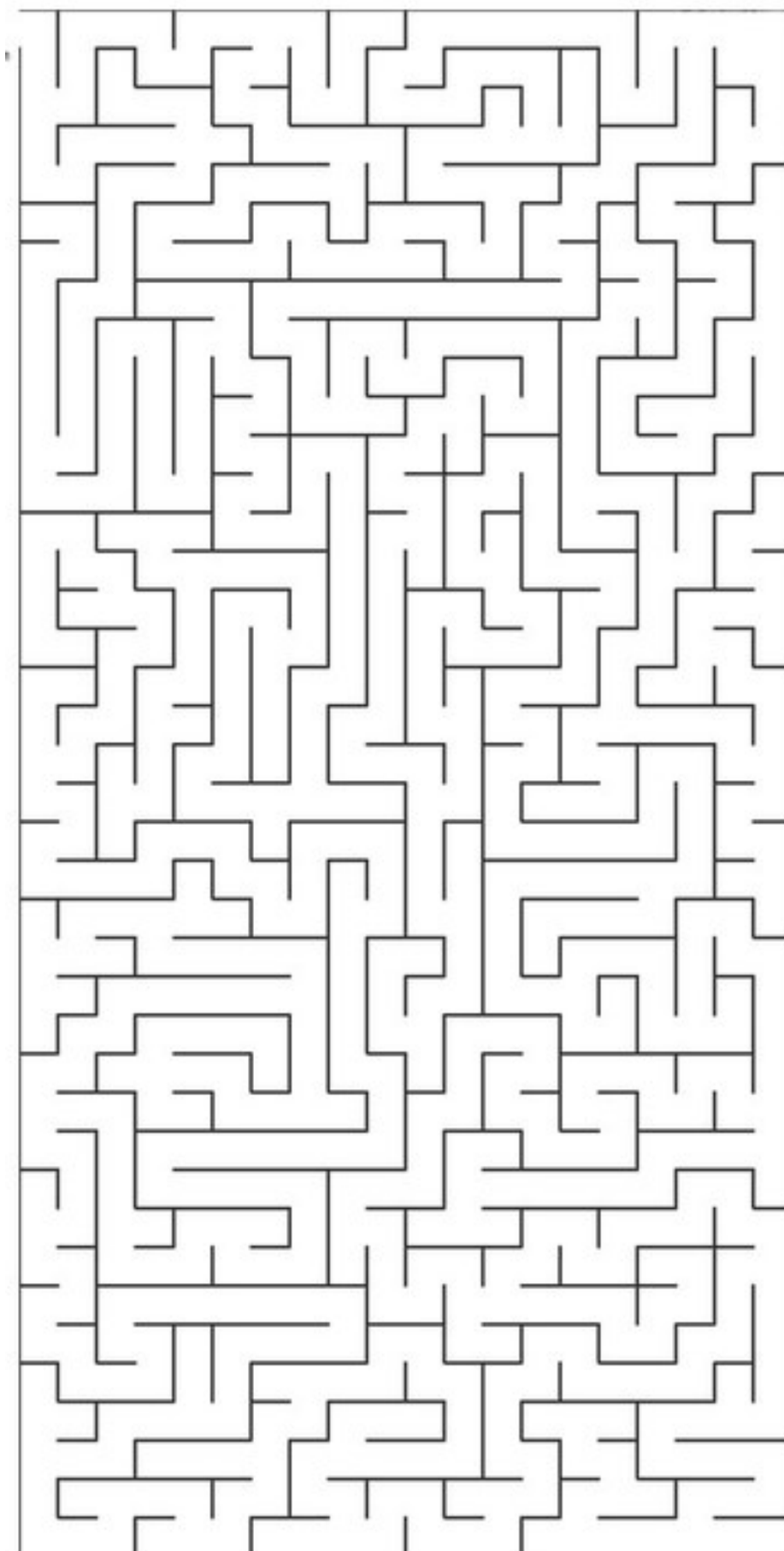


Niveau 2

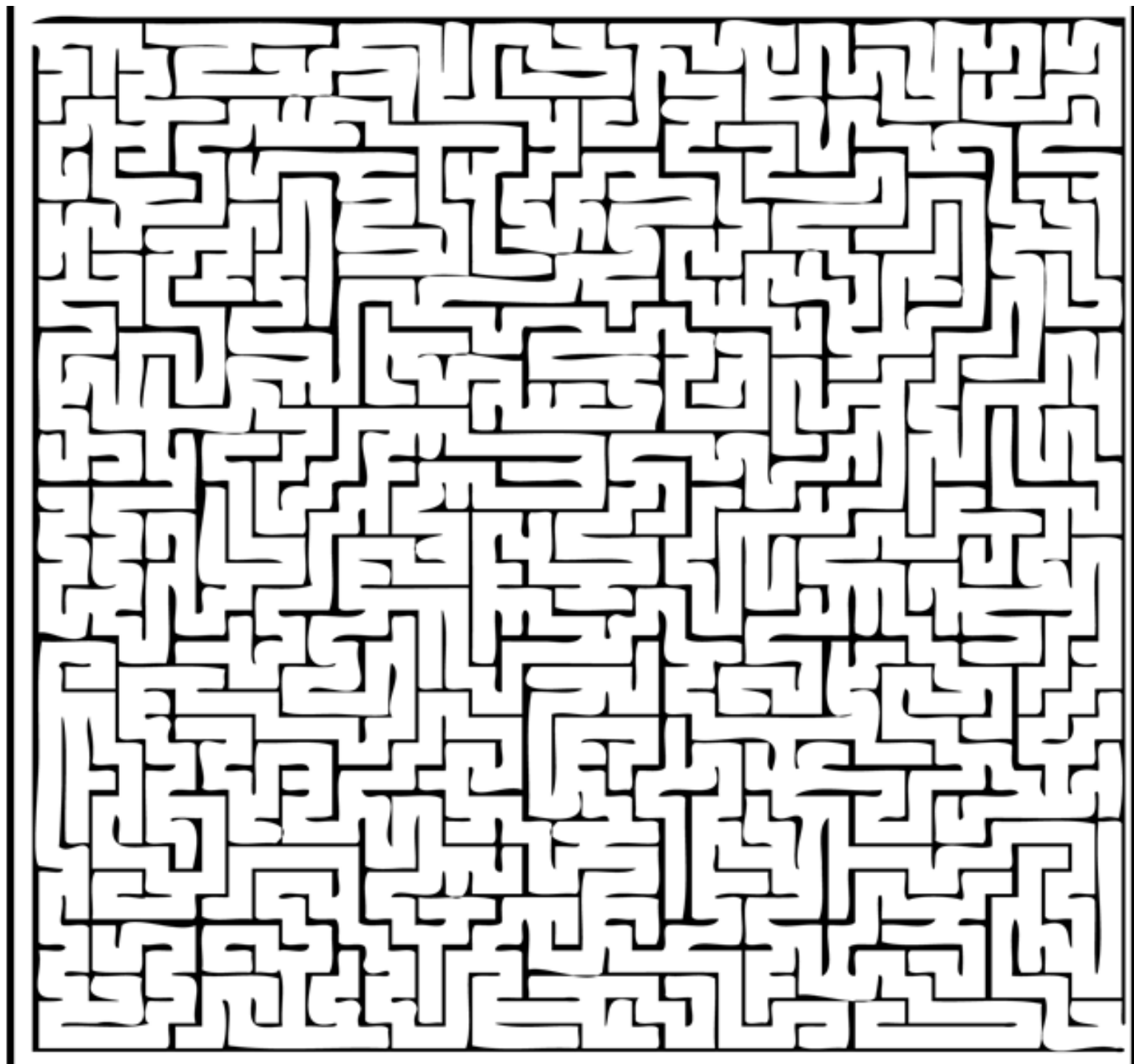
NIVEAU 2



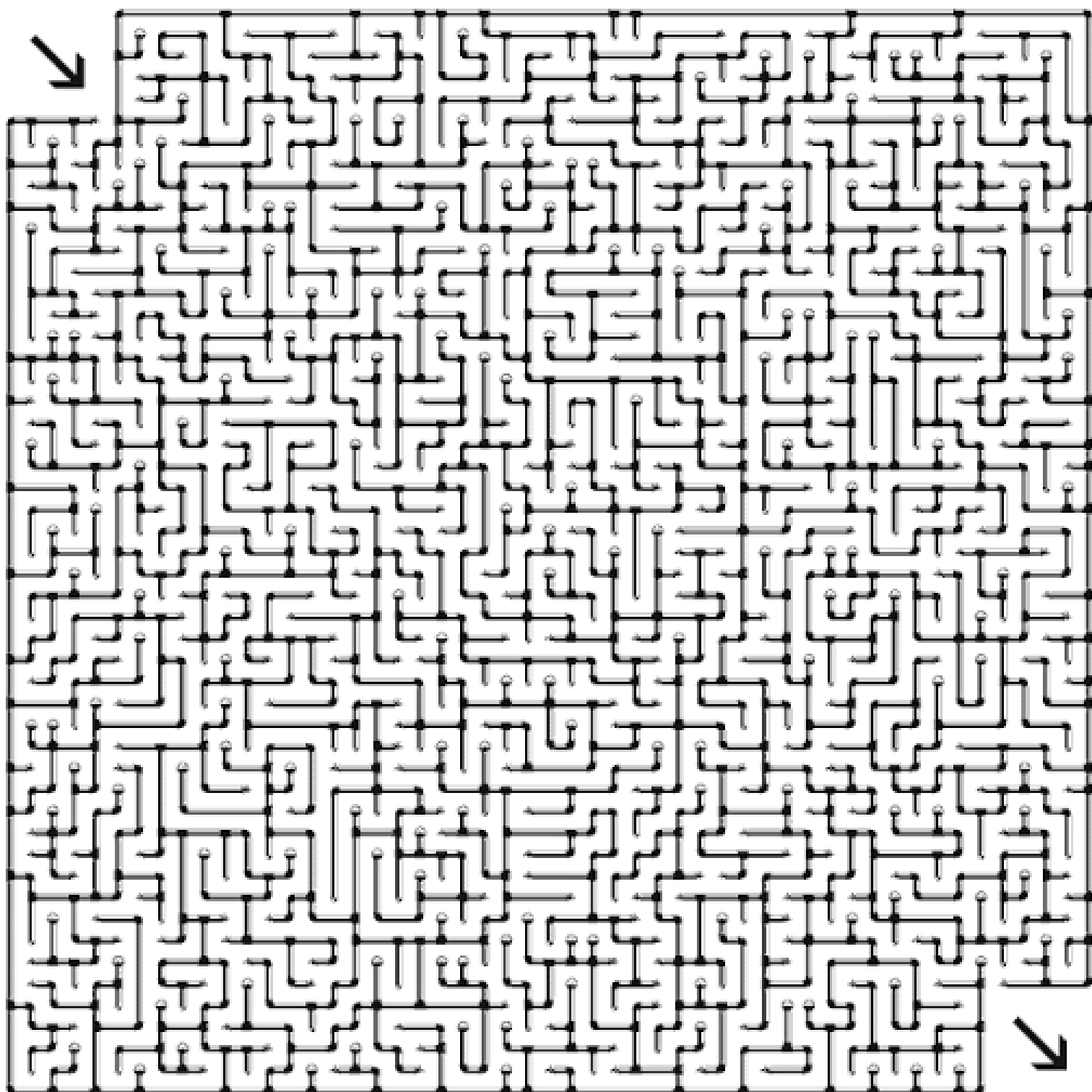
Niveau 3:



Niveau 3 +

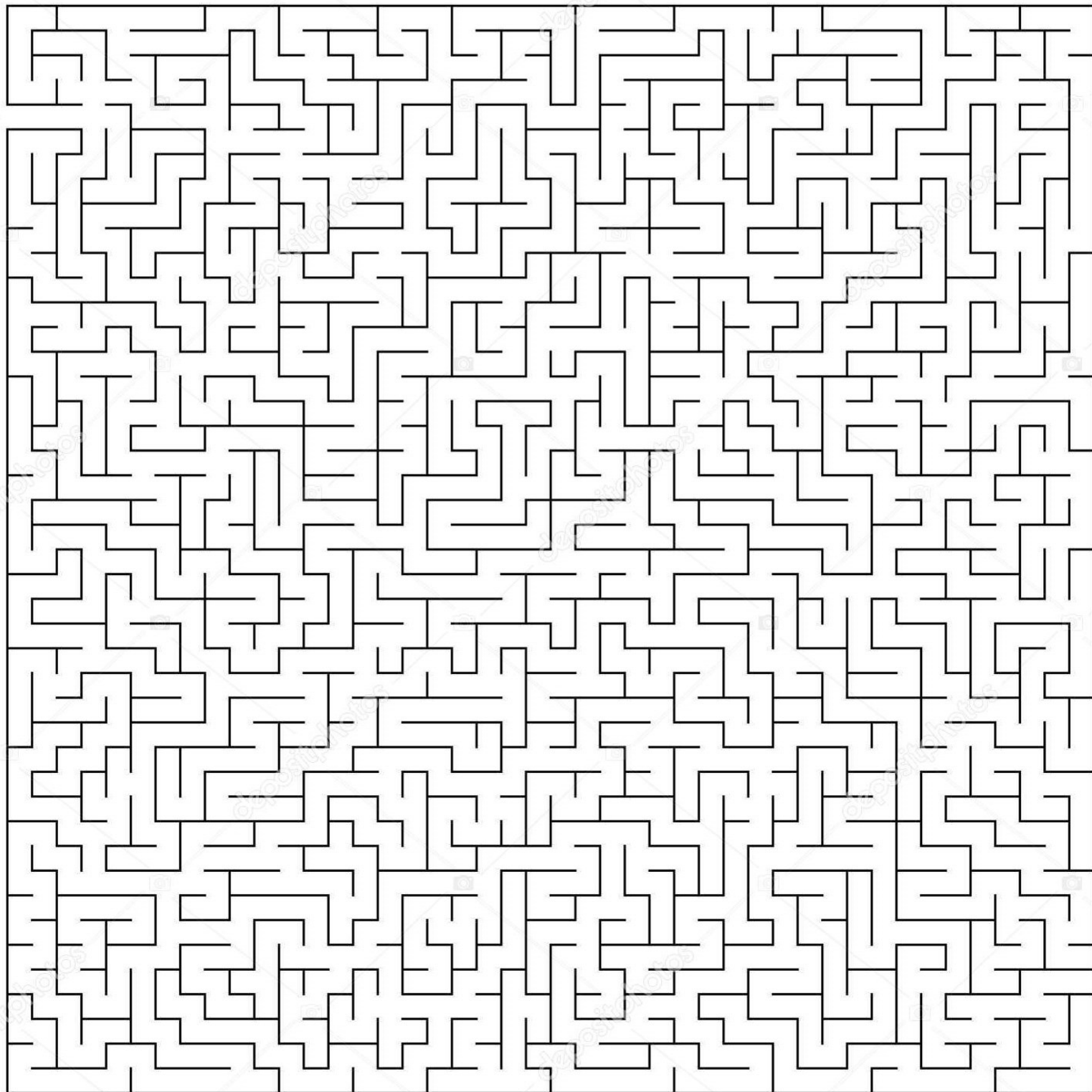


Niveau 3 ++

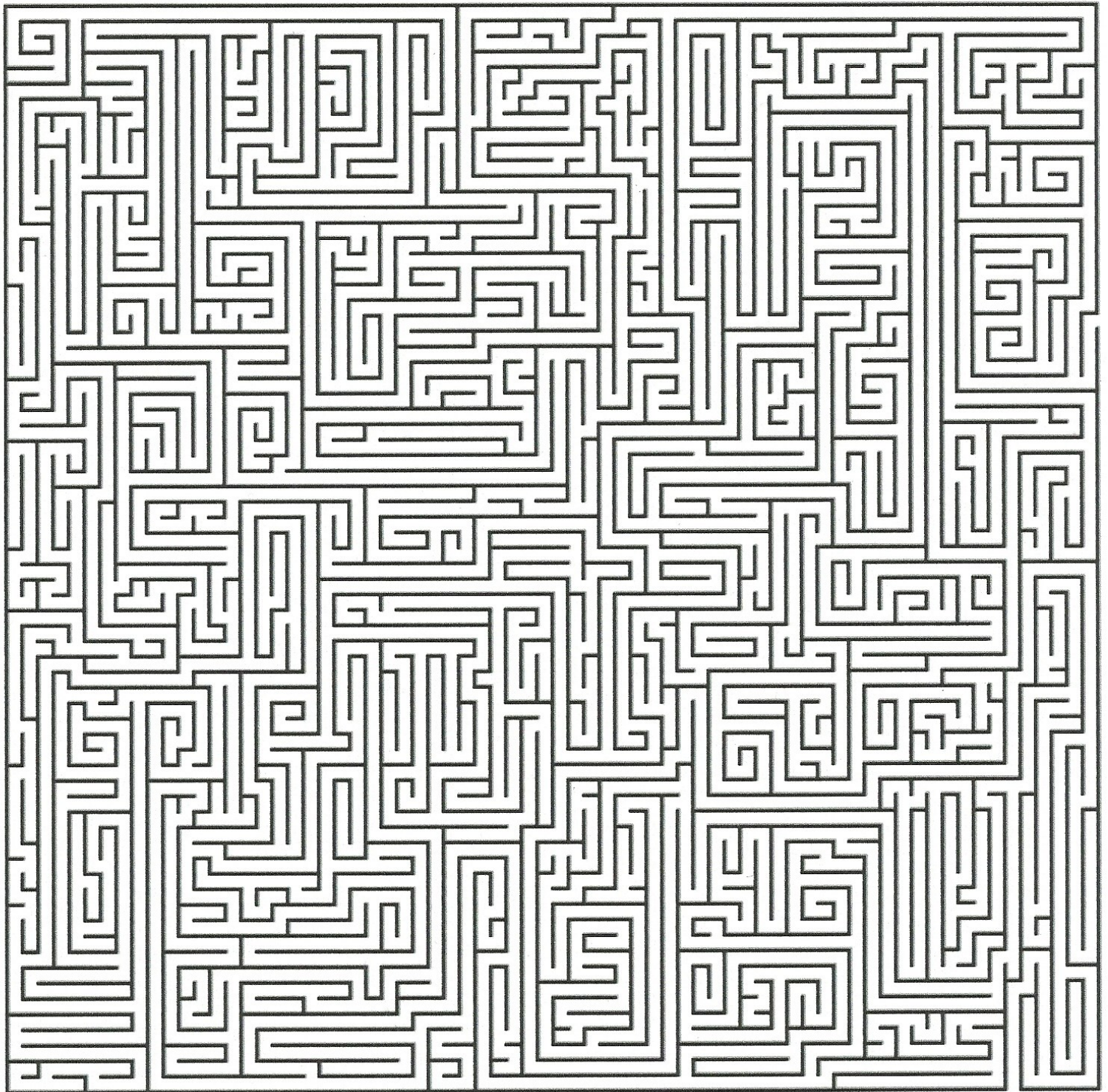


BONUS Niveau (alleen voor de echt doorzetters!!)

Niveau 4

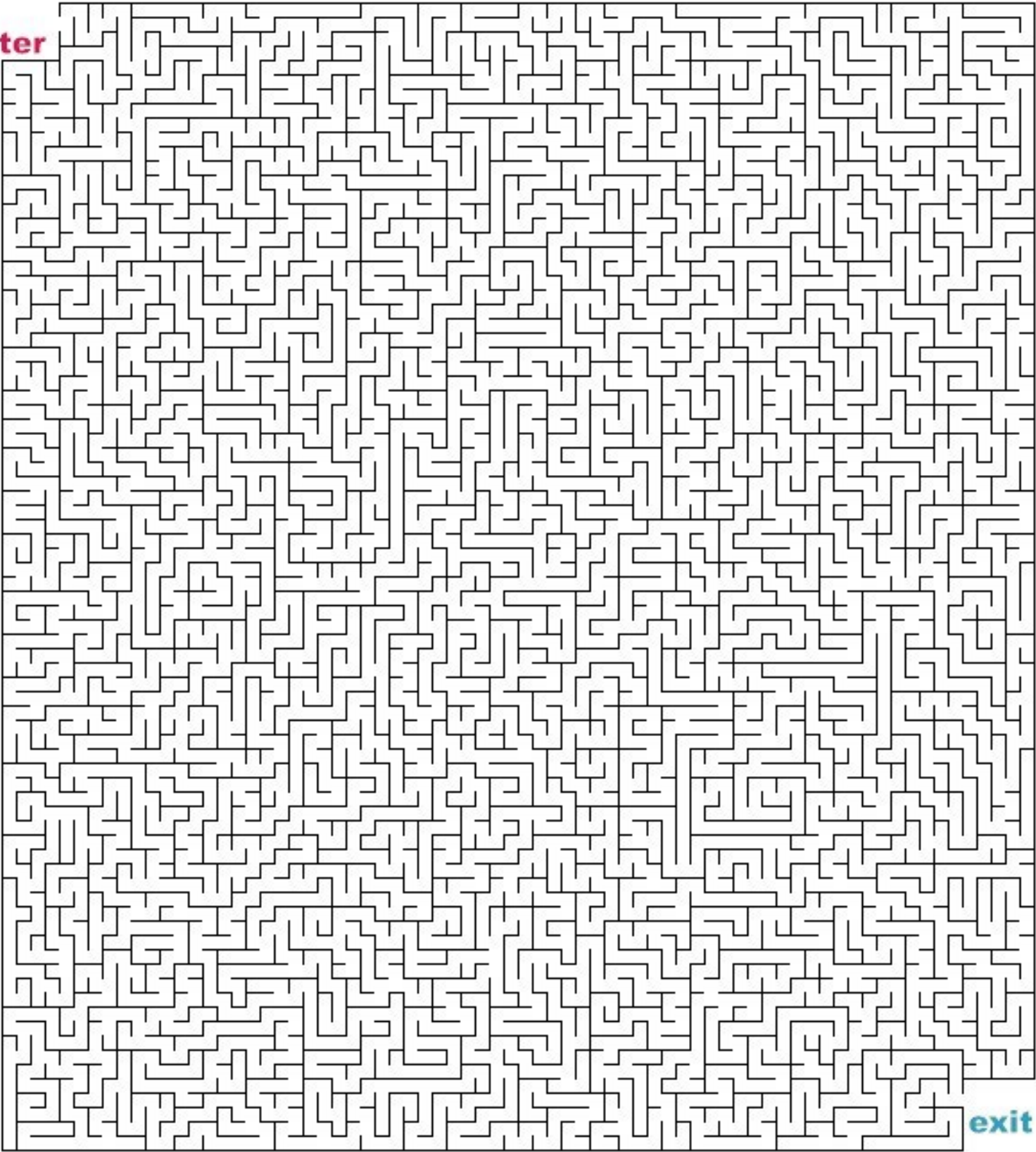


Niveau 4 +



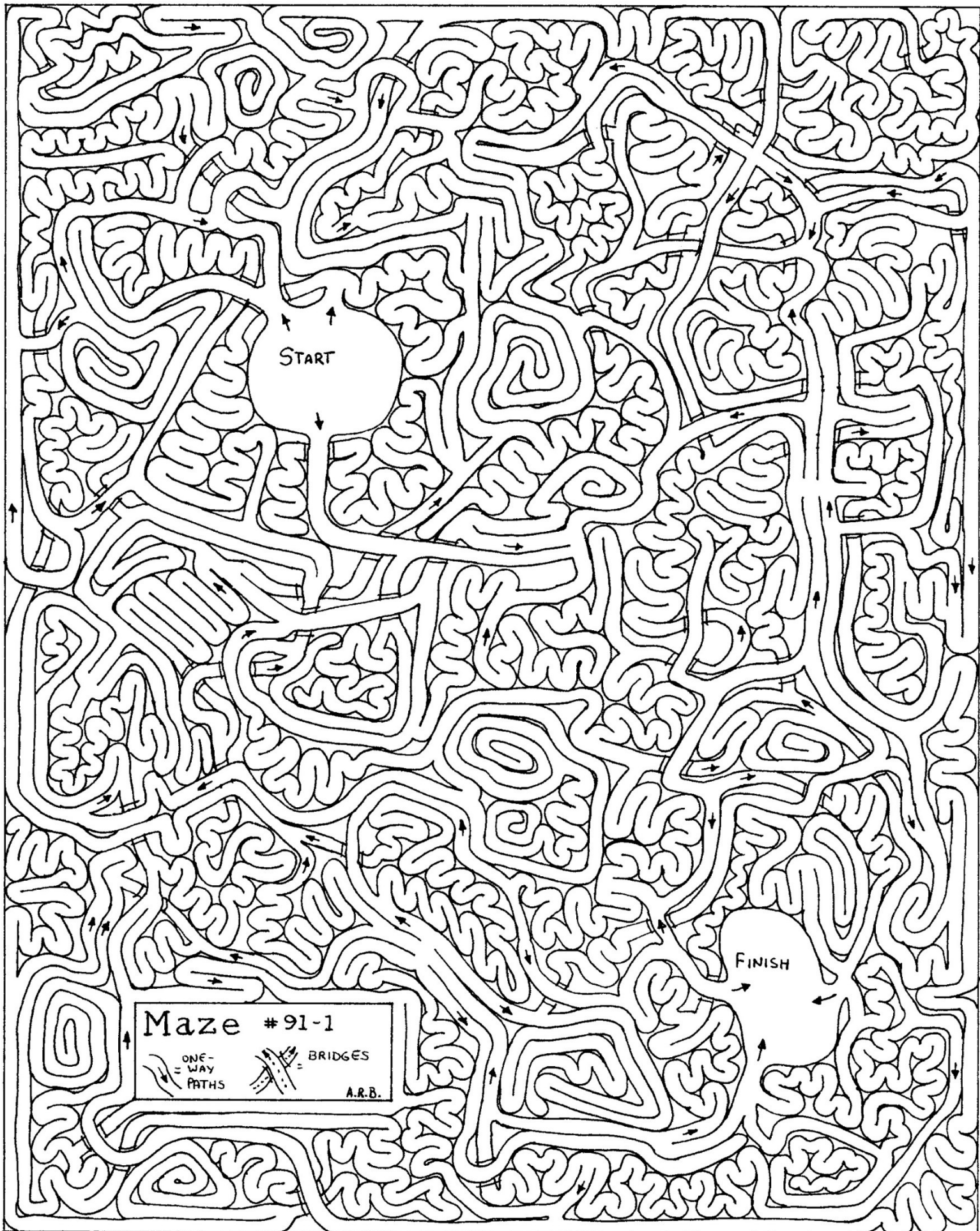
Niveau 4 ++

enter



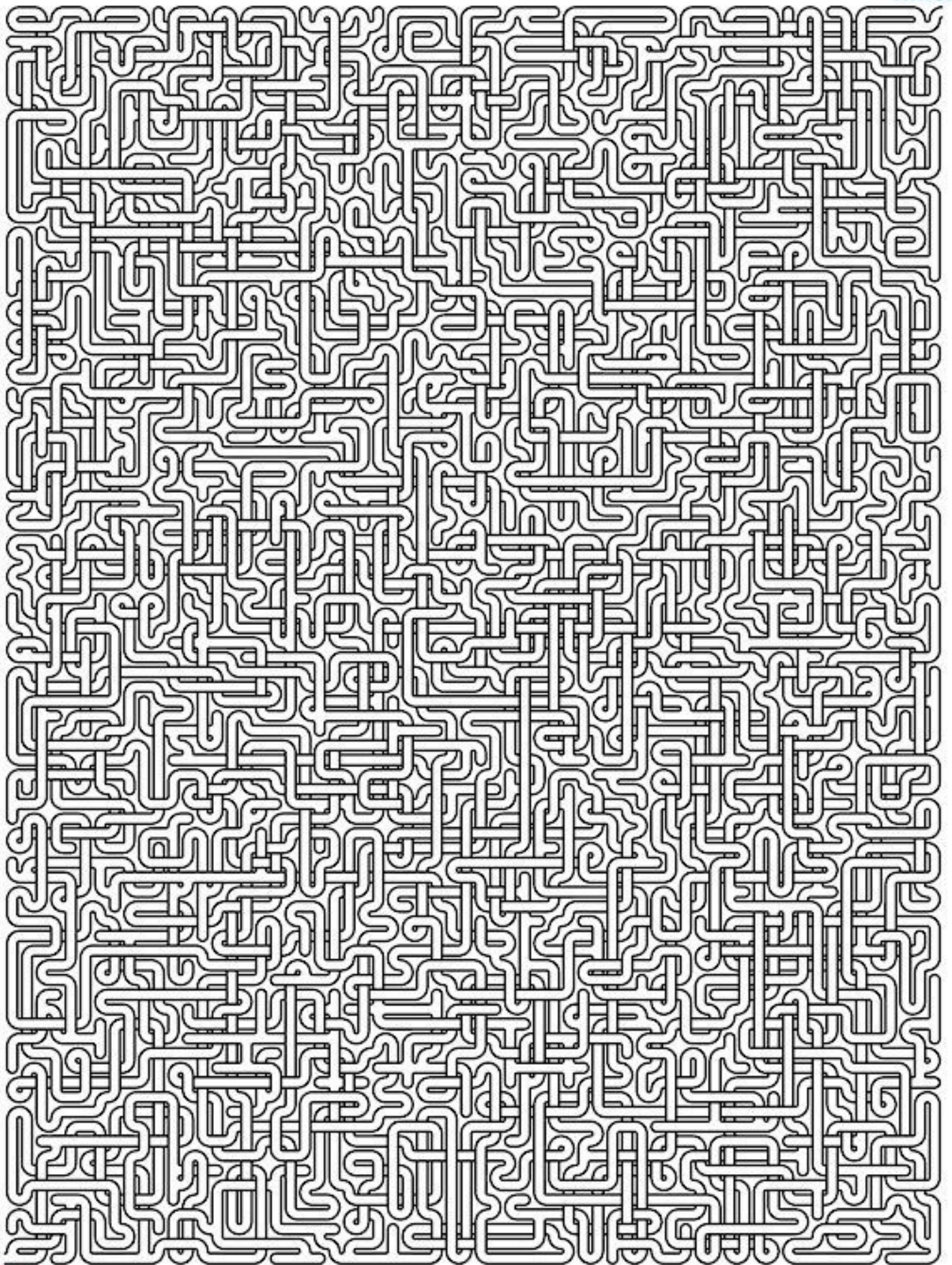
exit

Niveau 4 +++



Niveau 4 ++++ (hersenkraker...)

finish



start

OPDRACHTEN

Opdracht: Je Bolletje Wol

- Route 1: van de eindbestemming naar de ingang
- Route 2: van de eindbestemming naar je huidige positie (zet een stip in het midden van het labirint en maak een route daarnaartoe)

Opdracht: De Fakkel

- Maak een route vanaf de ingang
- Ontdek waar je je hoofd stoot tegen doodlopende paden
- Ontdek waar de verkeerde afslagen zijn
- Voorkom de 'loop' waarbij je in rondjes blijft rondlopen, zonder vooruitgang te boeken richting je doel (deze vind je vooral in Niveau 4 labyrinten; al tegengekomen?).

Aanvulling op de Fakkel:

- Wat WIL ik zien op mijn route?
- Wat VERWACHT ik te zien op mijn route?
- Welke obstakels verwacht ik en wil ik voorkomen (preventie), om je winkansen op succes te vergroten
- Wat is voor mij belangrijk om mee te maken of te zien op mijn reis (is het reeel en past het in deze reis)?

Opbrengst

- Waarom doe je wat je doet?
- Verloopt de huidige route naar wens?
- Is de eindbestemming helder
- Zet ik stappen in de juiste richting van mijn gekozen doel?
- Sta ik in het juiste labirint (are you fighting the right battle?)
- Wat is de opbrengst als ik mijn doel heb bereikt (is het je tijd en effort waard om te volharden je doel te bereiken).

TIPS & TRICKS:

Eerst uitzoomen tot je het hele overzicht hebt van het volledige labyrint

3 basis stappen:

- Stap1: Kijk naar het labyrint en probeer alleen met je ogen de route te volgen van de ingang tot het doel
 - Stap 2: Doe het nog een keer, en nu laat je je oog gidsen door een potlood of pen (zonder een afdruk achter te laten)
 - Stap 3: Je hebt nu een beeld van de route, teken nu in 1 keer met je potlood de route in. Fouten maken mag, en als je in een verkeerde afslag zit, keer dan terug naar je laatst bekende punt, heroriënteer, en ga verder richting je eindbestemming. Je past alle inzichten toe die je in de voorgaande stappen hebt geleerd (juiste route is bekend, en je weet waar en wanneer je verkeerde afslagen moet vermijden).
-

Tips & tricks:

Soms zijn er meerdere routes (meerdere wegen die naar Rome leiden); accepteer dat, omarm dat en maak er eventueel gebruik van als het je helpt.

Hulpmiddelen:

Laat je gidsen (zoals het gebruik van een potlood om je ogen te gidsen door het labyrint)

Doe je het voor de 2^e keer: pas je geleerde lessen en inzichten toe

Look forward:

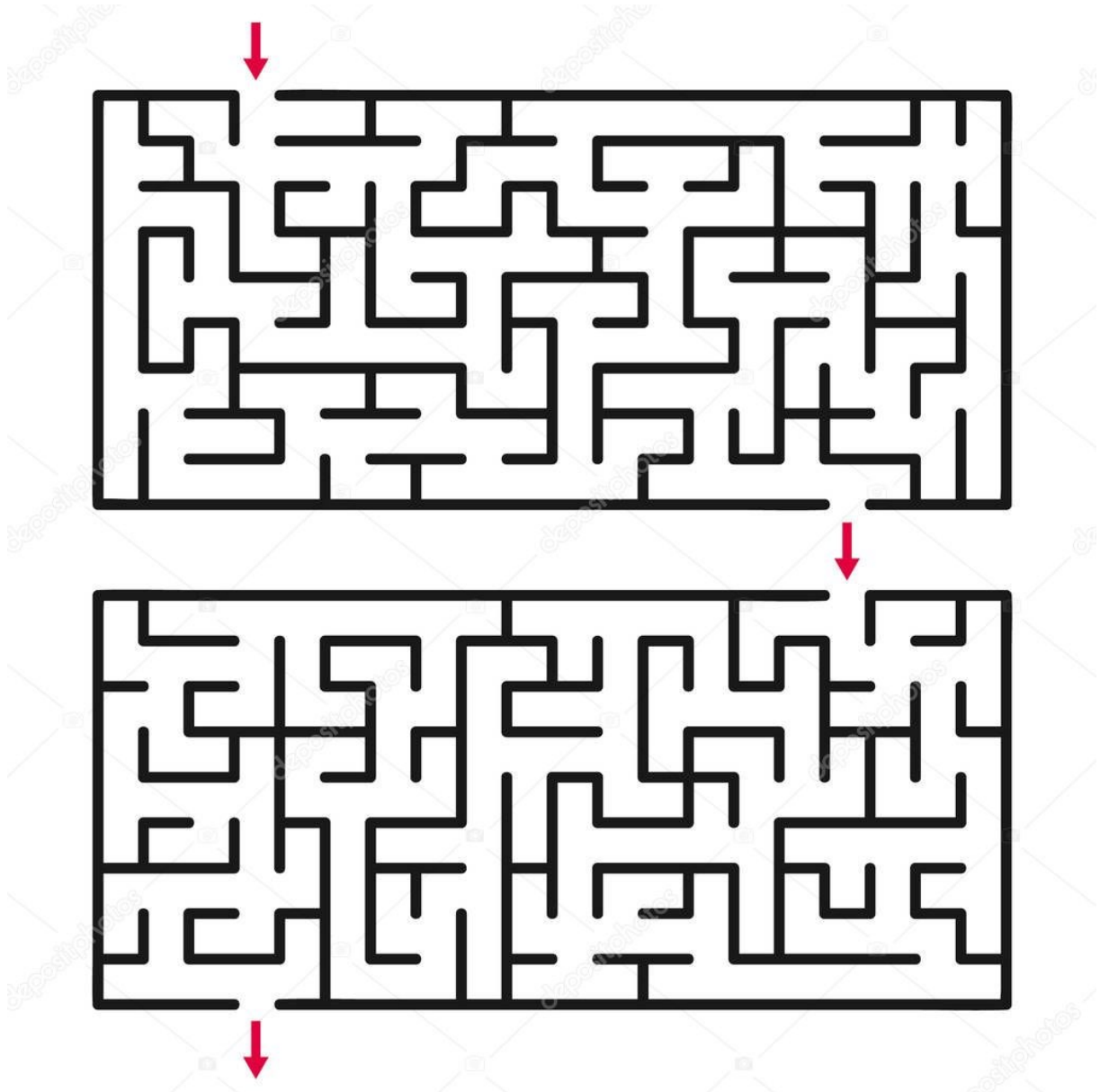
Soms is het einde (de bestemming; je doel) weer het begin van een volgende reis. Zorg ervoor dat je voortdurend leert en jezelf blijft ontwikkelen. Bereid je reis voor, voer hem uit, reflecteer (wat ging goed, wat kan beter) en wikkel af om weer voor te bereiden voor de volgende reis.

Dit laatste labyrint op de volgende pagina is een mooi voorbeeld van deze cyclus 😊.

Geniet van deze inzichten, en pas deze anekdote van het labyrint eens toe op een real life situatie. Ik hoop van harte dat het je inzichten brengt 😊. Mij helpt het altijd weer vooruit, en je hebt even lol met deze gekke anekdote.

Go get them! Gr, Djack 😊

SOMS IS HET EINDE, WEER HET BEGIN 😊



THE END (OF TOCH NIET...)

EEN MEER PASSENDE AFSLUITING ZOU ZIJN:

'SOMS IS HET EIND VAN EEN REIS, WEER HET BEGIN VAN EEN NIEUWE REIS'

THE END (FOR REAL)

OK. DOEI.