

Checklist Appuntamento Magnetico

Pianificazione e Organizzazione

- ☐ **Scelta del tipo di appuntamento:** Se puoi scegli un appuntamento dinamico, altrimenti un aperitivo andrà benissimo (evita cinema, discoteca ecc)
- ☐ **Scelta del luogo:** Opta per un luogo confortevole, non troppo affollato, che faciliti la comunicazione e che non sia troppo lontano

Preparazione Personale

- ☐ **Toilette:** Una doccia, barba (se necessario) e denti puliti sono fondamentali.
- ☐ **Vestiti adeguati:** Scegli un abbigliamento che sia adeguato al luogo e all'occasione. Non troppo formale, ma neanche troppo casual.
- ☐ **Profumo:** Un leggero tocco può fare la differenza, ma che sia un ottimo profumo.
- ☐ **Carte e portafoglio:** Assicurati di avere contanti, carte, documenti e tutto ciò che potresti necessitare.

Materiali e Strumenti

- ☐ **Telefono carico:** Assicurati che il tuo telefono sia carico nel caso abbia bisogno di contattarla.
- ☐ **Menta o gomma da masticare:** Può essere utile avere qualcosa per rinfrescare l'alito poco prima dell'appuntamento.

Atteggiamento e Mentalità

- ☐ **Svolgi gli esercizi per gestire ansia e stress**
- ☐ **Arriva puntuale:** Meglio arrivare qualche minuto in anticipo piuttosto che in ritardo.
- ☐ **Positività:** Entra nell'atteggiamento giusto; sii positivo e aperto (rilassati e divertiti)
- ☐ **Ascolto attivo:** Preparati a prestare attenzione e concentrati sul conoscere la ragazza.
- ☐ Ricorda di abbracciarla e **iniziare il contatto fisico al più presto**
- ☐ **Ripassa il modulo 5:** guida pratica all'appuntamento perfetto

Dettagli Finali

- ☐ **Piano B:** Nel caso l'appuntamento andasse particolarmente bene, pensa ad un piano B per continuare la serata insieme.