



Monika Osl KOPFSTARK Mental Coaching [www.kopfstark.at](http://www.kopfstark.at)

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
3	12	7	16	1	5	9	22	2	17	26	4	11	19	21	8	10	13	23	14	18	15	20	24	6	25

.....  
 11 2 14 16 1 13 16 3 18 1 13 16 1 13 25 1 2 14 19 2 11 11 14

.....  
 16 2 1 23 1 1 4 1 16 2 1 5 3 13 12 1 16 1 2 19 1 13

.....  
 9 1 16 3 19 26 1 19 3 19.

*Mark Aurel 121- 180 n. Chr.*

