Я ПРОЙДУ ЗА ЭТУ НЕДЕЛЮ.

1 НЕДЕЛЯ НОВОГО СЦЕНАРИЯ.

ПОНЕДЕЛЬНИК

- [ ] 1. Утренние страницы
- [ ] 2. Распечатать календарь
- [ ] 3. Приготовить большую тетрадь, ручку, планшет с бумагой.
- [ ] 4. Приготовить себе красивую чашку и вкусный чай (кофе, сок, воду)
- [ ] 5. Приготовить себе место для медитаций и работы.
- [ ] 6. Написать в тетради дату начала. и ответить, для чего мне этот квест.

ВТОРНИК

- [ ] 1. Утренние страницы.
- [ ] 2. Мускульный тест. Посмотреть видео, настроить, освоить.
- [ ] 3. Распечатать трекер привычек.
- [ ] 4. Создать папку "Моя идеальная жизнь" и начать ее заполнять.

- [ ] 5. Написать в тетради Мой идеальный день.

СРЕДА

- [ ] 1. Утренние страницы
- [ ] 2. Практика Благодарности.
- [ ] 3. Практика ХооПоноПоно
- [ ] 4. Практика Упс - Я хороший.
- [ ] 5. Редакция "Идеального дня"
- [ ] 6. Трекер привычек.
- [ ] 7. Анализ дня

ЧЕТВЕРГ

- [ ] 1. Утренние страницы
- [ ] 2. Практики Благодарности.
- [ ] 3. Трекер привычек
- [ ] 4. Колесо баланса.
- [ ] 5. Где я сегодня с двух позиций.
- [ ] 6. Редакция "Идеального дня"
- [ ] 7. Анализ дня

ПЯТНИЦА

- [ ] 1. Трекер привычек
- [ ] 2. Сектор здоровье. Отвечаем на вопросы.
- [ ] 3. Сектор Здоровье. Идеальный чек-лист.
- [ ] 4. Сектор Здоровье. Индивидуальный план. первые шаги. Расписание на год.
- [ ] 5 . 150 способов поднятия энергии.
- [ ] 6. Анализ дня

СУББОТА

- [ ] 1. Трекер привычек.
- [ ] 2. Медитация.
- [ ] 3. Анализ дня.

ВОСКРЕСЕНЬЕ.

- [ ] 1. Трекер привычек.
- [ ] 2. Медитация.
- [ ] 3. Анализ дня.
- [ ] 4. Намерение на следующую неделю.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?