Режим дня

- [ ] **1.** Пробуждение
  Старайся просыпаться каждый день в одно и то же время
- [ ] **2.** Утренняя зарядка
- [ ] **3.** Водные процедуры
- [ ] **4.** Завтрак
- [ ] **5.** Время для нужных дел
- [ ] **6.** Ланч
- [ ] **7.** Личное время
- [ ] **8.** Ужин
- [ ] **9.** Хобби
- [ ] **10.** Водные процедуры
- [ ] **11.** Доброй ночи

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

как это убрать?