DATA

PLANNER GIORNALIERO

Priorità del giorno

Acqua

Pasti

C

S

P

S

C

Cose da fare

Gratitudine

5:00 -5:30	
5:30 - 6:00	
6:00 - 6:30	
6:30 - 7:00	
7:00 - 7:30	
7:30 - 8:00	
8:00 - 8:30	
8:30 - 9:00	
9:00 - 9:30	
9:30 -10:00	
10:00 - 10:30	
10:30 - 11:00	
11:00 - 11:30	
11:30 - 12:00	
12:00 - 12:30	
12:30 - 13:00	
13:00:13:30	
13:30 - 14:00	

14:30 - 15:00	
15:00 - 15:30	
15:30 - 16:00	
16:00 - 16:30	
16:30 - 17:00	
17:00 - 17:30	
17:30 - 18:00	
18:00 - 18:30	
18:30 - 19:00	
19:00 - 19:30	
19:30 - 20:00	
20:00 - 20:30	
20:30 - 21:00	
21:00 - 21:30	
21:30 - 22:00	
22:00 - 22:30	
22:30 - 23:00	
23:00 - 23:30	

Natale a colazione