

## TYDZIEŃ

... / ... - ... / ...

MOJA INTENCJA NA TEN TYDZIEŃ:

JESTEM WDZIĘCZNA ZA:

MOJE NAWYKI:

	pn	wt	śr	czw	pt	sb	ndz
joga							
medytacja							
przemyslenia							

## MOJA JOGA

CO PRAKTYKUJĘ W TYM TYGODNIU?

CELE:

TRUDNOŚCI:

SUKCESY:

MOJE SAMOPOCZUCIE PO JODZE:

poniedziałek:

wtorek:

środa:

czwartek:

piątek:

sobota:

niedziela: