# Curso de Hábitos: Ser productivo para cumplir sus metas personales

# Clase 1: Reconociendo tus hábitos

# Objetivos y metas:

# El loop del habito:

# Objetivos más específicos:

# Clase 2: Habitos clave

# Cambio de habitos:

# Habitos clave:

# Clase 3: Adios viejos habitos

# Dilacion:

# Recompensas:

# Clase 4: Autodisciplina

# Organización:

# Vida perdonal y profesional:

# Clase 5: Productividad

# Tecnica pómodoro:

# Gestionar interrupciones:

# Getting things done:

# Conclusion: