

# Plan Działania

(Twoje Imię) ! Czy już dałeś z siebie 100%?!

Dzień →

Godzina	Zadania do wykonania	V / X (Wykonane / Niewykonane)	Uwagi / Notatki (Ewentualne poprawki lub zmiany w planie)
05:00			
06:00			
07:00			
08:00			
09:00			
10:00			
11:00			
12:00			
13:00			
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00			
21:00			
22:00			
23:00			
00:00			
01:00			
02:00			
03:00			
04:00			



Zaprojektował:  
mgr Arkadiusz Prałat  
Podróżnik, Trener, Sportowiec

**Podsumowanie / Wnioski + Ocena dnia:**

→

*(W kilku słowach z czego jestem zadowolony, co jest jeszcze do poprawy, za co jestem wdzięczny lub z czego jestem naprawdę dumny. Z kolei ocena w skali 1-10, gdzie 10 oznacza doskonały dzień)*

***Czy rzeczywiście potrzebujemy więcej czasu?  
Czy też potrzebujemy więcej dyscypliny, by wykorzystać czas, który mamy?***

Kerry Johnson  
grafik, karykaturzysta



Zaprojektował:  
**mgr Arkadiusz Prałat**  
*Podróżnik, Trener, Sportowiec*