

Date : _____

Activité : _____

Health Log	Tâches principales
Body Battery : _____ % → _____ %	<input type="checkbox"/> _____
Sleep : _____ h _____ min ; _____ %	<input type="checkbox"/> _____
Training Readiness : _____ %	<input type="checkbox"/> _____

Pensées

Sport

Lecture du jour

Verset en or :

Réflexions :