

Mi mejor versión

¿He hecho todo lo posible para...?

Objetivo concreto

Acción llevada a cabo para alcanzarlo

Día 1	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Día 2	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Día 3	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Día 4	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Día 5	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Día 6	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Día 7	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Puntúa el esfuerzo o empeño que has puesto para lograr el objetivo