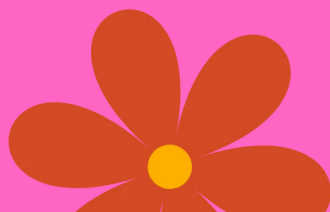
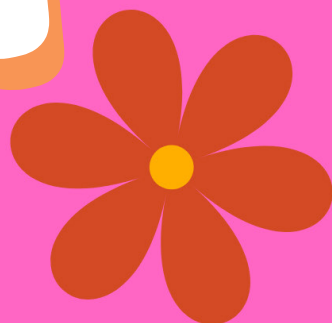
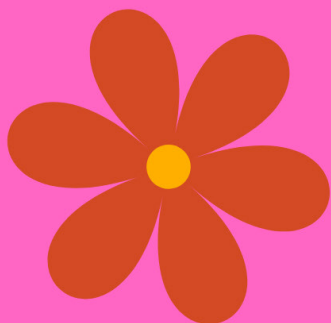
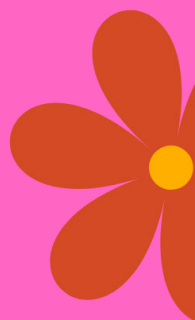
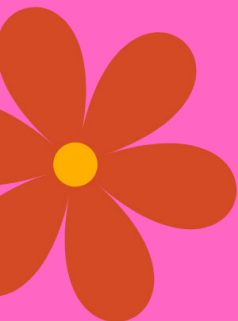
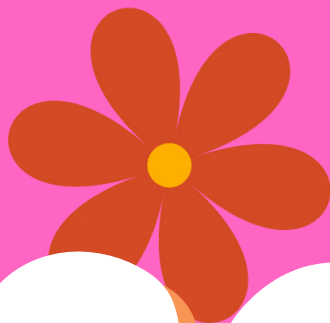
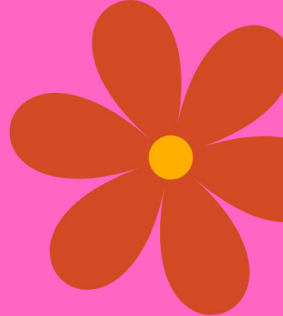
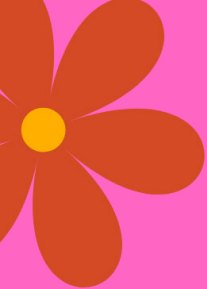


20  
24



# Rutinas

## Mañana:

Me despierto a las .....A.M


## Noche:

Me acuesto a las .....M


# Mis metas



# Enero

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	8
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

# Febrero

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

# Julio

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

# Agosto

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# Marzo

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

# Abril

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
	23	24	25	26	27	28
29	30					

# Septiembre

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

# Octubre

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

# Mayo

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

# Junio

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

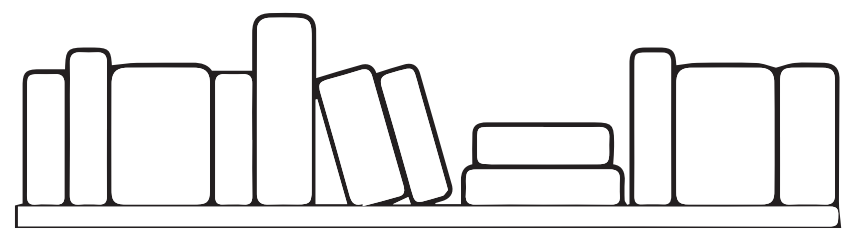
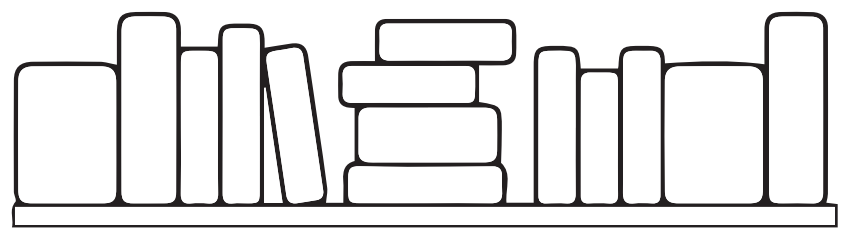
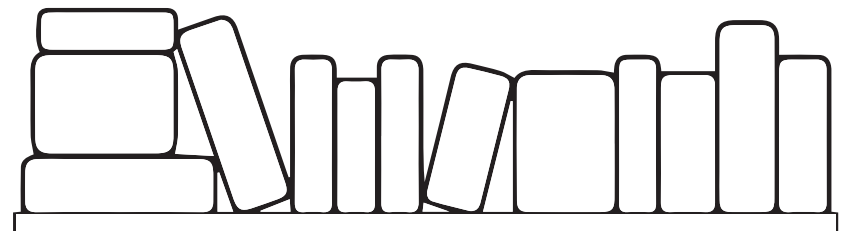
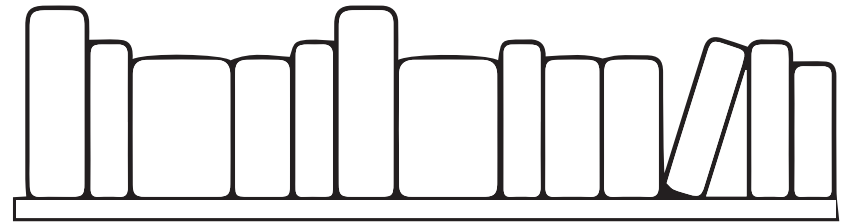
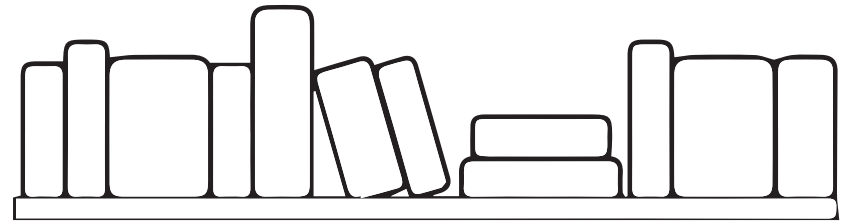
# Noviembre

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

# Diciembre

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

**Enero** ✨  
TIME TO GLOW UP



# Enero

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

1	2	3
8	9	10
15	16	17
22	23	24
29	30	31

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

4	5	6	7
11	12	13	14
18	19	20	21
25	26	27	28

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



# Febrero

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

5	6	7
12	13	14
19	20	21
26	27	28

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

1	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
29			

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion      ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones      ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



# Marzo

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

4	5	6
11	12	13
18	19	20
25	26	27

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

	1	2	3
7	8	9	10
14	15	16	17
21	22	23	24
28	29	30	31

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

**Abril**

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Abril

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

1	2	3
8	9	10
15	16	17
22	23	24
29	30	

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

4	5	6	7
11	12	13	14
18	19	20	21
25	26	27	28

# Revision del mes

## Metas

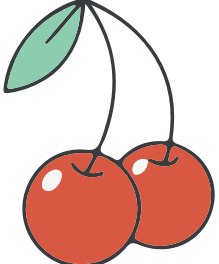
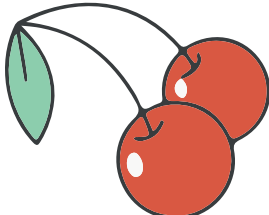
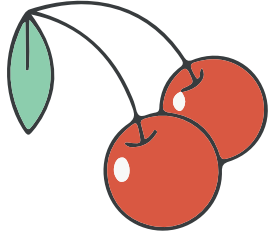
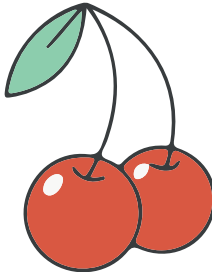
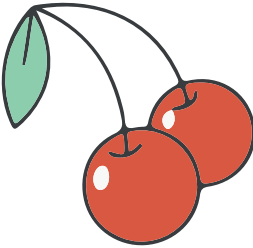
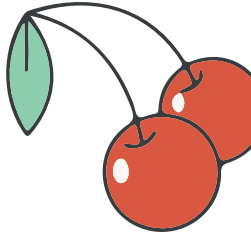
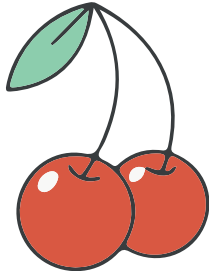
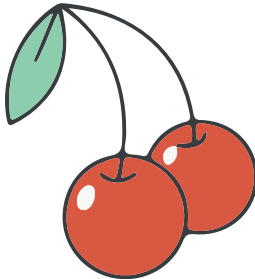
1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Mayo



# Mayo

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

		1
6	7	8
13	14	15
20	21	22
27	28	29

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

2	3	4	5
9	10	11	12
16	17	18	19
23	24	25	26
30	31		

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

Junio

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Junio

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

3	4	5
10	11	12
17	18	19
24	25	26

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

		1	2
6	7	8	9
13	14	15	16
20	21	22	23
27	28	28	30

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

Julio

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Julio

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

1	2	3
8	9	10
15	16	17
22	23	24
29	30	31

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

4	5	6	7
11	12	13	14
18	19	20	21
25	26	27	28

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Agosto



# Agosto

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

5	6	7
12	13	14
19	20	21
26	27	28

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

1	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
29	30	31	

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



# Septiembre

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

2	3	4
9	10	11
16	17	18
23	24	25
30		

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

5	6	7	1 8
12	13	14	15
19	20	21	22
26	27	28	29

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Octubre



# Octubre

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

	1	2
7	8	9
14	15	16
21	22	23
28	29	30

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

3	4	5	6
10	11	12	13
17	18	19	20
24	25	26	27
31			

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

Noviembre

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Noviembre

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

4	5	6
11	12	13
18	19	20
25	26	27

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

	1	2	3
7	8	9	10
14	15	16	17
21	22	23	24
28	29	30	

# Revision del mes

## Metas

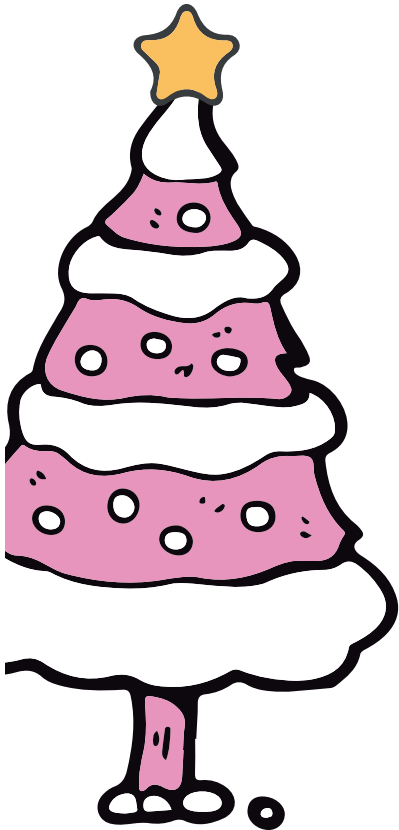
1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

# Diciembre



# Diciembre

Lunes	Martes	Miercoles
-------	--------	-----------

2	3	4
9	10	11
16	17	18
24	25	26

Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
--------	---------	--------	---------

5	6	7	1 8
12	13	14	15
19	20	21	22
27	28	29	30

# Revision del mes

## Metas

1-  
2-  
3-  
4-

¿Que hice para avanzar en mis metas?

¿Como me califico este mes?

- Alimentacion ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- Relaciones ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆
- ☆ ☆ ☆ ☆ ☆