

# 30 TAGE SKIZZIEREN

Um eine Gewohnheit aufzubauen, skizzierst du 30 Tage ..... Minuten täglich. Notiere deine Fortschritte, das Datum und schreibe auf, was du geübt hast.

Tag 1 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 2 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 3 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 4 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 5 Übung: <input type="checkbox"/>
Tag 6 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 7 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 8 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 9 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 10 Übung: <input type="checkbox"/>
Tag 11 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 12 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 13 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 14 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 15 Übung: <input type="checkbox"/>
Tag 16 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 17 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 18 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 19 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 20 Übung: <input type="checkbox"/>
Tag 21 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 22 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 23 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 24 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 25 Übung: <input type="checkbox"/>
Tag 26 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 27 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 28 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 29 Übung: <input type="checkbox"/>	Tag 30 Übung: <input type="checkbox"/>