מעקב הרגלים שבועי

סמנו משבצת בכל יום שעשיתם את ההרגל. התחילו דף חדש בכל שבוע.

שבוע _____

הרגל	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת	בוצע
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	/ 7