Günlük alışkanlık takip çizelgesi

Bir gün için bir sayfa. Her alışkanlığı yaptıkça işaretle.

Tarih _____

Gün _____

Alışkanlık	Kaç kez	Yapıldı
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐
	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	☐

Bugün nasıl geçti