

Monatlicher Habit Tracker

Ein Zeichen pro Tag. Eine kleine Routine reicht.

MONAT / JAHR _____

MEIN FOKUS DIESEN MONAT _____

GEWOHNHEIT + ZIEL	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

LEGENDE Haken = erledigt Strich = nicht geplant Leer = verpasst oder nicht eingetragen
Streiche Tage, die es in diesem Monat nicht gibt. Lege vorher fest, wann die Gewohnheit ansteht.

WAS HAT GUT FUNKTIONIERT? _____

EINE ÄNDERUNG FÜR NÄCHSTEN MONAT _____