

30일 해빗 트래커

최대 8개의 습관을 30일 동안. 원하는 날 시작하고, 마지막에 줄마다 합계를 적으세요.

시작일

이번 30일의 목표

습관 + 목표	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	/30

범례 체크 = 완료 대시(-) = 계획 없음 빈칸 = 놓침 파란 선 = 주 구분
위에 시작일을 적고 그날부터 세어 보세요. 달력의 한 달이 아니어도 어떤 30일이나 쓸 수 있습니다.

잘된 점

다음 30일에 바꿀 한 가지