

Registro de ritmo diario (Weekly Rhythm Register)

Registro de ritmo diario

Comportamiento/Acción	Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sá	Do	Logrado	Objetivo	No logrado
TOTAL										

Comprometerse significa hacer realmente y de forma constante lo que dijo que haría, incluso después de perder el entusiasmo inicial que le impulsó a decirlo.

Fechas De _____ A _____