

MĚSÍC 2020

NE

PO

ÚT

ST

ČT

PÁ

SO

			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	

AKTIVITA

BĚH

JOGGING

CHŮZE

TURISTIKA

NORDIC WALKING

NEAKTIVITA

B

J

CH

T

W



MOJE PŘEDSEVZETÍ NA ROK 2020

1. Proč jsem si dal (a) novoroční předsevzetí?
2. Co chci ve svém životě změnit a proč?
3. Jsem si vědom(a), že se budu muset aktivně přičinit o dosažení svého cíle?
4. Uvědomuji si, že splnění novoročního předsevzetí mi může trvat až 366 dní.

Moje novoroční předsevzetí pro rok 2020 je: