

Дэйв Томпсон

ПЛАНИРОВЩИК  
ДНЯ 4.0

Помогает планировать  
время

**Дэйв Томпсон**  
**Планировщик дня 4.0.**  
**Помогает планировать время**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=24391094](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24391094)  
ISBN 9785448531545*

**Аннотация**

Самая высокооплачиваемая профессия в мире – это продавцы. Профессия, которой гордятся чемпионы и стесняются неудачники. Присоединяйтесь к чемпионам и заработайте больше при помощи эффективных инструментов продаж от Дэйва Томпсона. Вы должны заработать больше. А главное – можете.

# Содержание

Планировщик времени	5
Практика	6
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# **Планировщик дня 4.0**

## **Помогает планировать время**

**Дэйв Томпсон**

© Дэйв Томпсон, 2018

ISBN 978-5-4485-3154-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Планировщик времени

Самое главное что у нас есть это время.

От того как хорошо ты его планируешь зависит очень много.

Этот планировщик поможет тебе распланировать время по специальным отрезкам: таким образом ты сможешь делать рабочие блоки по четыре часа каждый день.

# Практика

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

**с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_**

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

**с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_**

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

**с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_**

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

**С 6 до 10 утра я буду:** \_\_\_\_\_

**С 10 до 14 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 14 до 18 дня я буду:** \_\_\_\_\_

**С 18 до 22 часов я буду:** \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

С 10 до 14 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 14 до 18 дня я буду: \_\_\_\_\_

С 18 до 22 часов я буду: \_\_\_\_\_

**Время на сон: не менее 8 часов ежедневно:**

с \_\_\_\_\_ до \_\_\_\_\_

С 6 до 10 утра я буду: \_\_\_\_\_

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.