PLANNER GIORNALIERO

Organizza le tue giornate con semplicità e chiarezza

Data: _____ **Giorno:** _____

🎯 OBIETTIVO PRINCIPALE (TOP PRIORITY)

⏰ PROGRAMMA ORARIO

08:00	
09:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	*Pausa Pranzo / Relax*
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	

✅ COSE DA FARE (TO-DO LIST)

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

💧 IDRATAZIONE (ACQUA)

(1) (2) (3) (4) (5) (6) (25cl / bicchiere)

💡 NOTE E IDEE AL VOLO

🧘 NOTE DI BENESSERE / GRATITUDINE