



**2025**

Если Вы нашли этот планер,  
верните, пожалуйста, он мне дорог!





Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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		

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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	

Апрель

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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				

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			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	

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						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	

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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			

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
				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

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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					

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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		

Ноябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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				

Планы на год

A large grid of small dots, arranged in approximately 25 rows and 40 columns, intended for planning or writing.

Планы на год

A large grid of small dots, arranged in approximately 25 rows and 40 columns, identical to the one on the left, intended for planning or writing.

17 февраля  
понедельник

18 февраля  
вторник

19 февраля  
среда

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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		

На этой неделе:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

1 января  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

13 февраля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

14 февраля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

15–16 февраля  
выходные

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Ваше время  
ограничено,  
не тратьте его, живя  
чужой жизнью.”

”  
Стив Джобс

10 февраля  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

11 февраля  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

12 февраля  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

2 января  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

3 января  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

4–5 января  
выходные

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Сложнее всего начать  
действовать, все  
остальное зависит  
только от упорства.”

Амелия Эрхарт

6 января  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

7 января  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

8 января  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

6 февраля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

7 февраля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

8–9 февраля  
выходные

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“ 80% успеха - это появиться в нужном месте в нужное время. ”

Вуди Аллен



3 февраля  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

4 февраля  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

5 февраля  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

9 января  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

10 января  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

11–12 января  
выходные

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Надо любить жизнь больше, чем смысл жизни.

”

Федор Достоевский

13 января  
понедельник

14 января  
вторник

15 января  
среда

30 января  
четверг

31 января  
пятница

1–2 февраля  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Начинать всегда  
стоит с того, что сеет  
сомнения.

”

Борис Стругацкий

27 января  
понедельник

28 января  
вторник

29 января  
среда

16 января  
четверг

17 января  
пятница

18–19 января  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Стремитесь не к успеху, а к ценностям, которые он дает.

”

Альберт Эйнштейн

20 января  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

21 января  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

22 января  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

23 января  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

24 января  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

25–26 января  
выходные

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Жизнь - это то, что  
с тобой происходит,  
пока ты строишь  
планы.  
”

Джон Леннон

14 апреля  
понедельник

15 апреля  
вторник

16 апреля  
среда

20 февраля  
четверг

21 февраля  
пятница

22–23 февраля  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Апрель

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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				

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

В моем словаре нет слова «невозможно».

”

Наполеон Бонапарт

24 февраля  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

25 февраля  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

26 февраля  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

10 апреля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

11 апреля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

12–13 апреля  
выходные

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Научитесь говорить  
 “Я не знаю”, и это уже  
 будет прогресс.  
 ”

Моисей Маймонид

7 апреля  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

8 апреля  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

9 апреля  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

27 февраля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

28 февраля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

1–2 марта  
выходные

Апрель

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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				

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Вы никогда не пересечете океан, если не наберетесь мужества потерять берег из виду.  
”

Христофор Колумб

3 марта  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

4 марта  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

5 марта  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

3 апреля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

4 апреля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

5–6 апреля  
выходные

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Стоит только  
поверить, что вы  
можете – и вы уже  
на полпути к цели.”

Теодор Рузвельт



31 марта  
понедельник

1 апреля  
вторник

2 апреля  
среда

6 марта  
четверг

7 марта  
пятница

8–9 марта  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Апрель

пн вт ср чт пт сб вс

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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“ Свобода ничего не стоит, если она не включает в себя свободу ошибаться. ”

Махатма Ганди

10 марта  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

11 марта  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

12 марта  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

27 марта  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

28 марта  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

29–30 марта  
выходные

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Лучше быть уверенным  
в хорошем результате,  
чем надеяться  
на отличный.”

Уоррен Баффет

24 марта  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

25 марта  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

26 марта  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

13 марта  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

14 марта  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

15–16 марта  
выходные

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Либо вы управляете  
вашим днем, либо  
день управляет вами.

”

Джим Рон

17 марта  
понедельник

18 марта  
вторник

19 марта  
среда

20 марта  
четверг

21 марта  
пятница

22–23 марта  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

В смелости гений,  
сила и магия.

”

Иоганн Вольфганг Гете

9 июня  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

10 июня  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

11 июня  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

17 апреля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

18 апреля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

19–20 апреля  
выходные

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Упади семь раз  
и восемь раз  
поднимись.

”

Японская поговорка

21 апреля  
понедельник

22 апреля  
вторник

23 апреля  
среда

5 июня  
четверг

6 июня  
пятница

7–8 июня  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Апрель

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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				

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Каждый хочет изменить  
 человечество, но никто  
 не задумывается о том,  
 как изменить себя.”

Лев Толстой

2 июня  
понедельник

3 июня  
вторник

4 июня  
среда

24 апреля  
четверг

25 апреля  
пятница

26–27 апреля  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						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						

На этой неделе:

---

---

---

---

---

---

---

---

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○

2. ○○○○○○○○

3. ○○○○○○○○

4. ○○○○○○○○

5. ○○○○○○○○

Не забыть:

---

---

---

---

---

---

---

---

“ У всего есть своя красота, но не каждый может ее увидеть. ”

Конфуций

28 апреля  
понедельник

29 апреля  
вторник

30 апреля  
среда

29 мая  
четверг

30 мая  
пятница

31 мая – 1 июня  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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			

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Успех — это способность  
идти от поражения  
к поражению, не теряя  
оптимизма.  
”

Уинстон Черчилль



26 мая  
понедельник

27 мая  
вторник

28 мая  
среда

1 мая  
четверг

2 мая  
пятница

3–4 мая  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			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	

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Как прекрасно, что не нужно ждать ни минуты, чтобы начать делать мир лучше.

”

Анна Франк

5 мая  
понедельник

6 мая  
вторник

7 мая  
среда

22 мая  
четверг

23 мая  
пятница

24–25 мая  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			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	

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Если нет ветра,  
беритесь за вёсла.

”

Латинская поговорка

19 мая  
понедельник

20 мая  
вторник

21 мая  
среда

8 мая  
четверг

9 мая  
пятница

10–11 мая  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			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	

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Когда я освобождаюсь  
 от того, кто я есть,  
 я становлюсь тем,  
 кем я могу быть.”

”  
 Лао Цзы

12 мая  
понедельник

13 мая  
вторник

14 мая  
среда

15 мая  
четверг

16 мая  
пятница

17–18 мая  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			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	

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Счастье – это не нечто  
готовое. Счастье  
зависит только  
от ваших действий.”

Далай Лама

4 августа  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

5 августа  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

6 августа  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

12 июня  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

13 июня  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

14–15 июня  
выходные

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Определенность цели  
 – отправная точка  
 всех достижений.  
 ”  
 Уильям Клемент Стоун

16 июня  
понедельник

17 июня  
вторник

18 июня  
среда

31 июля  
четверг

1 августа  
пятница

2–3 августа  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○

2. ○○○○○○○○

3. ○○○○○○○○

4. ○○○○○○○○

5. ○○○○○○○○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“ Не столь важно, как медленно ты идешь, как то, как долго ты идешь, не останавливаясь. ”

Конфуций

28 июля  
понедельник

29 июля  
вторник

30 июля  
среда

19 июня  
четверг

20 июня  
пятница

21–22 июня  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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			

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○

2. ○○○○○○○○

3. ○○○○○○○○

4. ○○○○○○○○

5. ○○○○○○○○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Все дети - художники.  
 Проблема в том, чтобы  
 остаться художником,  
 когда ты вырос. ”

Пабло Пикассо

23 июня  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

24 июня  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

25 июня  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

24 июля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

25 июля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

26–27 июля  
выходные

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						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						

На этой неделе:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○  
2. ○○○○○○○○  
3. ○○○○○○○○  
4. ○○○○○○○○  
5. ○○○○○○○○

Не забыть:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

“  
Наше сознание - это  
все. Вы становитесь  
тем, о чем думаете.”  
Будда



21 июля  
понедельник

22 июля  
вторник

23 июля  
среда

26 июня  
четверг

27 июня  
пятница

28–29 июня  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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			

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Мало хотеть чего-то,  
нужно делать.

”

Леонардо да Винчи

30 июня  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

1 июля  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

2 июля  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

17 июля  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

18 июля  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

19–20 июля  
выходные

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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			

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Я лучше умру от страсти,  
чем от скуки.

”

Винсент ван Гог

14 июля  
понедельник

15 июля  
вторник

16 июля  
среда

3 июля  
четверг

4 июля  
пятница

5–6 июля  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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						

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○

2. ○○○○○○○○

3. ○○○○○○○○

4. ○○○○○○○○

5. ○○○○○○○○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“ Неудача – это просто возможность начать снова, но уже более мудро. ”

”  
Генри Форд

7 июля  
понедельник

8 июля  
вторник

9 июля  
среда

10 июля  
четверг

11 июля  
пятница

12–13 июля  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	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			

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Никогда не делает ошибок только тот, кто не пробует ничего нового.  
 ”

Альберт Эйнштейн

29 сентября  
понедельник

30 сентября  
вторник

1 октября  
среда

7 августа  
четверг

8 августа  
пятница

9–10 августа  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Октябрь

пн вт ср чт пт сб вс

	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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Чтобы вести людей за собой, иди за ними.

”

Лао Цзы

11 августа  
понедельник

12 августа  
вторник

13 августа  
среда

25 сентября  
четверг

26 сентября  
пятница

27–28 сентября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
				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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Приносить пользу  
 миру — это  
 единственный способ  
 стать счастливым. ”

Ханс Кристиан Андерсен

22 сентября  
понедельник

23 сентября  
вторник

24 сентября  
среда

14 августа  
четверг

15 августа  
пятница

16–17 августа  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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					

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Всегда выбирайте  
 самый трудный путь –  
 на нем вы не встретите  
 конкурентов.  
 ”

Шарль де Голль

18 августа  
понедельник

19 августа  
вторник

20 августа  
среда

18 сентября  
четверг

19 сентября  
пятница

20–21 сентября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
				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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Вопрос не в том,  
 кто мне разрешит,  
 а в том, кто сможет  
 мне запретить.”

Айн Рэнд



15 сентября  
понедельник

16 сентября  
вторник

17 сентября  
среда

21 августа  
четверг

22 августа  
пятница

23–24 августа  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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					

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Всякая мысль подобна  
тесту, стоит помять ее  
хорошенько — все  
из нее сделаешь.”

Иван Тургенев

25 августа  
понедельник

26 августа  
вторник

27 августа  
среда

11 сентября  
четверг

12 сентября  
пятница

13–14 сентября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
				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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Выживает не самый  
 сильный, а самый  
 восприимчивый  
 к переменам.  
 ”

Чарльз Дарвин

8 сентября  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

9 сентября  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

10 сентября  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

28 августа  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

29 августа  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

30–31 августа  
выходные

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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					

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Делай все, что можешь, там, где ты находишься, используя все, что имеешь.”

Теодор Рузвельт

1 сентября  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

2 сентября  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

3 сентября  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

4 сентября  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

5 сентября  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

6–7 сентября  
выходные

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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					

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Единственное  
 счастье в жизни  
 — это постоянное  
 стремление вперед.”

Эмиль Золя

24 ноября  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

25 ноября  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

26 ноября  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

2 октября  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

3 октября  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

4–5 октября  
выходные

Ноябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Единственный способ  
 сделать что-то очень  
 хорошо – любить то,  
 что ты делаешь.”

Стив Джобс

6 октября  
понедельник

7 октября  
вторник

8 октября  
среда

20 ноября  
четверг

21 ноября  
пятница

22–23 ноября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Потраченный  
 впустую день — это  
 день без смеха.  
 ”  
 Эдвард Эстлин Каммингс

17 ноября  
понедельник

18 ноября  
вторник

19 ноября  
среда

9 октября  
четверг

10 октября  
пятница

11–12 октября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Ноябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“

Велики те, кто видит,  
что миром правят  
мысли.

”

Ральф Эмерсон

13 октября  
понедельник

14 октября  
вторник

15 октября  
среда

13 ноября  
четверг

14 ноября  
пятница

15–16 ноября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Иногда, разбив  
хорошее, можно  
сложить что-то  
лучшее.  
”

Мэрилин Монро



10 ноября  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

11 ноября  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

12 ноября  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

16 октября  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

17 октября  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

18–19 октября  
выходные

Ноябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
У истоков каждого  
успешного предприятия  
стоит однажды принятое  
смелое решение.  
”

Питер Друкер

20 октября  
понедельник

21 октября  
вторник

22 октября  
среда

6 ноября  
четверг

7 ноября  
пятница

8–9 ноября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
 Всем великим  
 переменам  
 предшествует хаос.  
 ”  
 Дипак Чопра

3 ноября  
понедельник

4 ноября  
вторник

5 ноября  
среда

23 октября  
четверг

24 октября  
пятница

25–26 октября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Ноябрь

пн вт ср чт пт сб вс

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

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“ На самом деле жизнь проста, но мы настойчиво ее усложняем. ”

Конфуций

27 октября  
понедельник

28 октября  
вторник

29 октября  
среда

30 октября  
четверг

31 октября  
пятница

1–2 ноября  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
		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		

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○

2. ○○○○○○○○

3. ○○○○○○○○

4. ○○○○○○○○

5. ○○○○○○○○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“ Мы продукты своего прошлого, но мы не обязаны быть его заложниками. ”

Рик Уоррен

Large grid area for notes on the left side of the page.

27 ноября  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

28 ноября  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

29–30 ноября  
выходные

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○
2. ○○○○○○○○
3. ○○○○○○○○
4. ○○○○○○○○
5. ○○○○○○○○

Не забыть:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

“  
Когда мы больше не  
в состоянии изменить  
ситуацию, нам надо  
менять себя.”

Виктор Франкл

1 декабря  
понедельник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

2 декабря  
вторник

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

3 декабря  
среда

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

Декабрь

пн вт ср чт пт сб вс

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

На этой неделе:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Blank dotted grid for journaling on the left side of the page.

4 декабря  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

5 декабря  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

6–7 декабря  
выходные

Blank dotted grid for journaling on the right side of the page.

Ежедневно:

1. ○○○○○○○○
2. ○○○○○○○○
3. ○○○○○○○○
4. ○○○○○○○○
5. ○○○○○○○○

Не забыть:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

“  
Одни люди ищут  
красивое место.  
Другие сами делают  
место красивым.”

Хазрат Инайят Хан

8 декабря  
понедельник

9 декабря  
вторник

10 декабря  
среда

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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				

На этой неделе:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Large grid of dotted lines for writing notes.

11 декабря  
четверг

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

12 декабря  
пятница

7.00  
8.00  
9.00  
10.00  
11.00  
12.00  
13.00  
14.00  
15.00  
16.00  
17.00  
18.00  
19.00  
20.00  
21.00  
22.00  
23.00

13–14 декабря  
выходные

Ежедневно:

- 1. ○○○○○○○○
- 2. ○○○○○○○○
- 3. ○○○○○○○○
- 4. ○○○○○○○○
- 5. ○○○○○○○○

Не забыть:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

“  
Плохая новость: время  
летит незаметно.  
Хорошая новость:  
вы — пилот.  
”

Михаил Альтицуллер

15 декабря  
понедельник

16 декабря  
вторник

17 декабря  
среда

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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				

На этой неделе:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

29 декабря  
понедельник

30 декабря  
вторник

31 декабря  
среда

18 декабря  
четверг

19 декабря  
пятница

20–21 декабря  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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				

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Ваша задача —  
не предвидеть  
будущее, а сделать  
его возможным.”

Антуан де Сент-Экзюпери

22 декабря  
понедельник

23 декабря  
вторник

24 декабря  
среда

25 декабря  
четверг

26 декабря  
пятница

27–28 декабря  
выходные

7.00	7.00	7.00
8.00	8.00	8.00
9.00	9.00	9.00
10.00	10.00	10.00
11.00	11.00	11.00
12.00	12.00	12.00
13.00	13.00	13.00
14.00	14.00	14.00
15.00	15.00	15.00
16.00	16.00	16.00
17.00	17.00	17.00
18.00	18.00	18.00
19.00	19.00	19.00
20.00	20.00	20.00
21.00	21.00	21.00
22.00	22.00	22.00
23.00	23.00	23.00

7.00	7.00
8.00	8.00
9.00	9.00
10.00	10.00
11.00	11.00
12.00	12.00
13.00	13.00
14.00	14.00
15.00	15.00
16.00	16.00
17.00	17.00
18.00	18.00
19.00	19.00
20.00	20.00
21.00	21.00
22.00	22.00
23.00	23.00

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
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				

На этой неделе:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ежедневно:

1. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Не забыть:

.....

.....

.....

.....

.....

“  
Невозможно  
остановить волны,  
но можно научиться  
плавать.  
”

Джон Кабат-Зинн







