

Training quotidiano per alimentare la fiducia in se stessi

自 信 感

Fai una promessa a te stesso

1 mese di pratica di 21 bowings - Nome: _____ Data di inizio: _____							
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
Bowing	3 giugno	4 giugno	5 giugno	6 giugno	7 giugno	8 giugno	9 giugno
Bowing	10 giugno	11 giugno	12 giugno	13 giugno	14 giugno	15 giugno	16 giugno
Bowing	17 giugno	18 giugno	19 giugno	20 giugno	21 giugno	22 giugno	23 giugno
Bowing	24 giugno	25 giugno	26 giugno	27 giugno	28 giugno	29 giugno	30 giugno
Bowing	1 luglio	2 luglio	3 luglio	4 luglio	5 luglio	6 luglio	7 luglio