

WEEK OF _____



DESIGN YOUR LIFE

HABIT TRACKER

M T W T F S S

CLEAN/DECLUTTER (30 MIN)

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

WORKOUT

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

READ

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

MEDITATE

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

HEALTHY EATING

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

SLEEP (7-8 HOURS)

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

PROJECT 1

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

PROJECT 2

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

TO DO LIST

•
•
•
•
•
•
•
•
•
•

NOTES

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