

# RELEVÉ DE PRATIQUE

WelloW - cohérence cardiaque

Mois .....

Date	Pratique	MS	Ce que j'ai remarqué
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		
	1. 2. 3. 4		



# 3-6-5

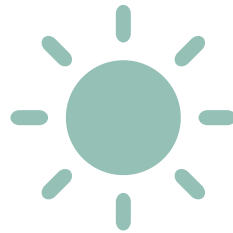
Meilleurs moments de la journée

Avant le premier café



.....

Midi



.....

En fin d'après-midi



.....

Optionnel



.....

Micro-sessions



.....

**Le plus important: au lever**



wellow