ЧЕК-ЛИСТ "РИТУАЛЫ ЛИДЕРА"

НА НЕДЕЛЮ

УТРЕННИЙ ТАНЕЦ/ЗАРЯДКА

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

СПОРТ/ЙОГА/МФР

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

ФРИРАЙТИНГ И БЛАГОДАРНОСТЬ

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

ПРАКТИКА "Я ЛЮБЛЮ СЕБЯ БЕЗУСЛОВНО"

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

ОБНИМАШКИ С БЛИЗКИМИ/СЕМЬЁЙ

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐