

r

Jour	Activité	Pourcentage temps	Taux de plaisir	Score
<b>Jour de la semaine</b>	Brève description de l'activité	Une heure = environ 7%	Entre 1 et 5	Multipliez le pourcentage par le taux
Lundi				
Lundi				
Lundi				
Lundi				
Lundi				
Lundi				
Lundi				
Lundi				
<b>Total lundi</b>	Faites la somme des scores et notez la ici =>			
Mardi				
Mardi				
Mardi				
Mardi				
Mardi				
Mardi				
Mardi				
Mardi				
<b>Total mardi</b>	Faites la somme des scores et notez la ici =>			
Mercredi				
Mercredi				
Mercredi				
Mercredi				
Mercredi				
Mercredi				
Mercredi				
Mercredi				
<b>Total mardi</b>	Faites la somme des scores et notez la ici =>			

Jour	Activité	Pourcentage temps	Taux de plaisir	Score
Jeudi				
Jeudi				
Jeudi				
Jeudi				
Jeudi				
Jeudi				
Jeudi				
Jeudi				
Total lundi	Faites la somme des scores et notez la ici =>			
Vendredi				
Vendredi				
Vendredi				
Vendredi				
Vendredi				
Vendredi				
Vendredi				
Vendredi				
Total mardi	Faites la somme des scores et notez la ici =>			
Samedi				
Samedi				
Samedi				
Samedi				
Samedi				
Samedi				
Samedi				
Samedi				
Total mardi	Faites la somme des scores et notez la ici =>			

Jour	Activité	Pourcentage temps	Taux de plaisir	Score
Dimanche				
Dimanche				
Dimanche				
Dimanche				
Dimanche				
Dimanche				
Dimanche				
Dimanche				
Total lundi	Faites la somme des scores et notez la ici =>			