



# TABLEAU DE BORD DE LA SEMAINE

Semaine du .....

Objectif de la semaine (Facultatif) :

<b>DATE</b>							
<b>SÉANCE SPORT</b>							
<b>PETIT DÉJEUNER</b>							
<b>DÉJEUNER</b>							
<b>COLLATION</b>							
<b>DINER</b>							

Bilan, observations, sensations :