

PLANIFICACIÓN DIARIA - EJERCICIOS ESPIRITUALES EN LA VIDA COTIDIANA

	Día (fecha en la que haré el Ejercicio)	Ejercicio	🕒 Horario Visualización	🕒 Horario Meditación (*)	👍 ¿EE Completados?	👍 ¿Hice Examen?
1		Plática		NO		
2		Plática		NO		
3		Plática		NO		
4		Meditación				
5		Meditación				
6		Meditación				
7		Plática		NO		
8		Meditación				
9		Meditación				
10		Plática		NO		
11		Meditación				
12		Meditación				
13		Meditación				
14		Plática		NO		
15		Meditación				
16		Meditación				
17		Plática		NO		
18		Meditación				
19		Meditación				
20		Meditación				
21		Plática		NO		
22		Meditación				
23		Plática		NO		
24		Meditación				
25		Meditación				
26		Plática		NO		
27		Meditación				
28		Meditación				
29		Meditación				
30		Plática		NO		
31	(Fin EE)	Meditación				

(*) se recomienda hacer la meditación inmediatamente después de ver el video del día.