



	Anoto la fecha para - mis EE	Tipo de Ejercicio	Tema del día: ● Necesario EE ● Puedo saltar/ver después	🕒 Hora a la que veré el material	🕒 Hora a la que Meditaré (*)	👍 ¿Hice Ejercicio?	👍 ¿Hice Examen?
1		Plática	i				
2		Plática	i	Pueden ver las 3 en un día. Pláticas 50min; Meditaciones 30 min.	NO se medita		
3		Plática	i		NO se medita		
4		Meditación	●				<input type="checkbox"/>
5		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44		Plática	●		NO se medita	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50		Meditación	●			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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