

# CHECKLIST

VINK DE ACTIVITEITEN AAN DIE JE DEZE WEEK  
DOET OM LOS TE LATEN EN OM TE BUIGEN

## Oefening zithoudingen

- maandag
- dinsdag
- woensdag
- donderdag
- vrijdag
- zaterdag
- zondag

## Meditaties geluisterd

- ma  di  wo  do  vr  za  zo

*week 4*