



روتين الاحتراف

مسار الاحتراف ٣٠٠ دقيقة يوميًا • ٤ أسابيع = عادة

الطلاقة ما تجي من الحفظ، تجي من الممارسة اليومية. عي
كل خانة يوم بيوم، ولا تكسر السلسلة.

الأسبوع ١

اليوم	استماع	محادثة	تعلم	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

الأسبوع ٢

اليوم	استماع	محادثة	تعلم	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

الأسبوع ٣

اليوم	استماع	محادثة	تعلم	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

الأسبوع ٤

اليوم	استماع	محادثة	تعلم	تم
١				☐
٢				☐
٣				☐
٤				☐
٥				☐
٦				☐
٧				☐

ما تحب تمشي لحالك؟ في البرنامج الشامل يكون عندك أحد معاك خطوة بخطوة: خطة على مستواك وهدفك، وخلال شهر تشوف الفرق بعينك.

سجل في قائمة الانتظار