


Journal de randonnée



Un journal guidé de 30 jours



Tableau / Journal

Créé avec LoomJournals

Comment utiliser ce journal

Bienvenue dans votre journal ! Voici quelques conseils pour en tirer le meilleur parti :

- 1 Réservez quelques minutes chaque jour pour écrire
- 2 Soyez honnête et écrivez librement, sans vous juger
- 3 Essayez d'écrire à la même heure chaque jour pour créer une habitude
- 4 Relisez vos entrées chaque semaine pour repérer des tendances

-
- Fill in the date, trail name, and location after each hike
 - Record distance, elevation gain, and total duration
 - Rate difficulty from 1 to 5 and note the weather and terrain
 - Add companions you hiked with and your overall enjoyment rating
 - Use the highlights column to capture what made the hike special



Scannez pour un guide détaillé sur l'utilisation de ce journal

