


旅行日记



30 天引导式日记



混合格式



由 LoomJournals 制作

如何使用本日记

欢迎使用您的日记！以下是一些帮助您充分利用它的建议：

- 1 每天留出几分钟时间来书写
- 2 真诚地、自由地书写，不要自我评判
- 3 尝试每天在同一时间书写，养成习惯
- 4 每周回顾自己的日记，发现规律

-
- 在每页顶部写下地点和天气
 - 评估您的心情和这一天的总体感受
 - 记录您的每日预算和支出
 - 描述亮点、活动、美食和遇到的人
 - 记录当地发现和给未来旅行者的小贴士
 - 趁细节新鲜时每晚填写记录



扫描获取本日记的详细使用指南

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):



今日评分:



预算/支出: _____

今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):



今日评分:



预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):



今日评分:



预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____

今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____

今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____

今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):



今日评分:



预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____

今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

今日评分: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)

日期: _____

地点: _____

天气: _____

心情 (1-10): (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

今日评分: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

预算/支出: _____



今日亮点 (今天最精彩的时刻——一处风景、一次邂逅、一种味道、一个惊喜)

已完成的活动 (景点、游览、徒步、博物馆、集市——你今天做了什么?)

尝试的食物 (你尝试了什么当地菜肴、街头小吃或餐厅? 描述味道和你的感受)

遇见的人 (当地人、旅伴、导游——谁给你留下了深刻印象?)

当地发现 (让你意外的一种习俗、菜肴、短语、隐秘地点或文化细节)
