

## СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ СОСТОЯНИЕМ

Оцените по 10 бальной шкале, где 1 - минимум, а 10 максимум

	До начала курса	После окончания курса
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ память</li><li>✓ качество сна</li><li>✓ ясность мысли</li><li>✓ уровень энергии</li><li>✓ настроение</li> <li>✓ Другие важные для вас характеристики</li></ul>		