

✦ **Cómo usar esta plantilla para tu Bundle**

¡Bienvenida a tu sistema anti-agobio! Esta hoja está pensada para ayudarte a sacar el máximo partido a todos esos cursos, talleres y recursos sin sentirte desbordada.

Instrucciones

1. Elige tus cursos prioritarios

Marca solo los que realmente te entusiasmen. No tienes que hacerlos todos.

2. Rellena la tabla de seguimiento

Anota el nombre del curso, su duración estimada, el estado (pendiente, en curso, finalizado) y, cuando lo acabes, valóralo.

3. Planifica

Usa la tabla mensual para distribuir tus cursos según tu energía o tus intereses. Y si prefieres organizarte por bloques temáticos en lugar de por meses, imprime la versión sin fechas que encontrarás incluida.

4. Revisa tu progreso sin presión.

Esto no es una carrera. Disfruta del camino, no de la lista de “hechos”.

✦ Consejo: imprime tantas copias como necesites de la tabla. Puedes usar una por temática, por mes o según te organices mejor.

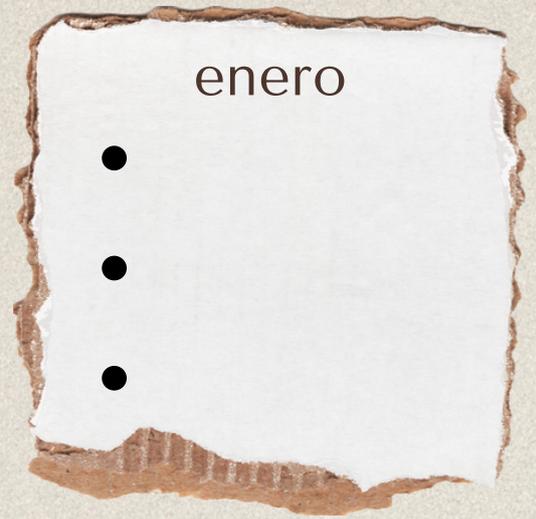
Mi Plan

Nombre del Curso	Acceso o link	Tiempo estimado	Estado	Valoración
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	
			<input type="radio"/> Pendiente <input type="radio"/> En curso <input type="radio"/> Finalizado	

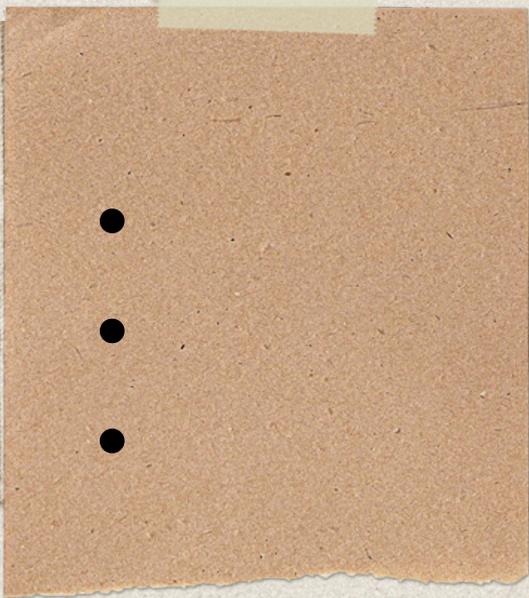
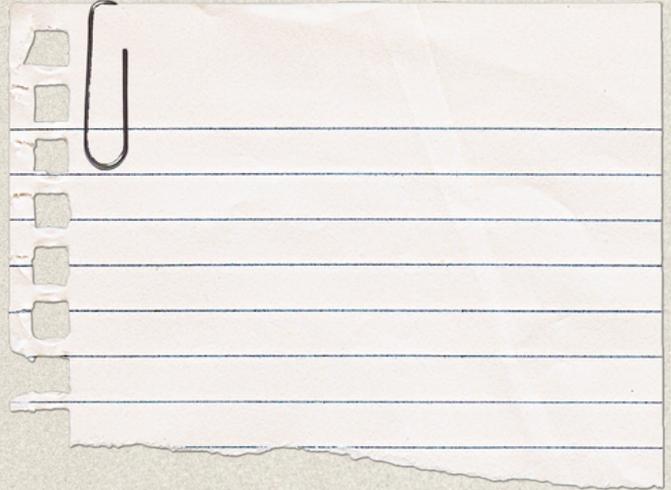
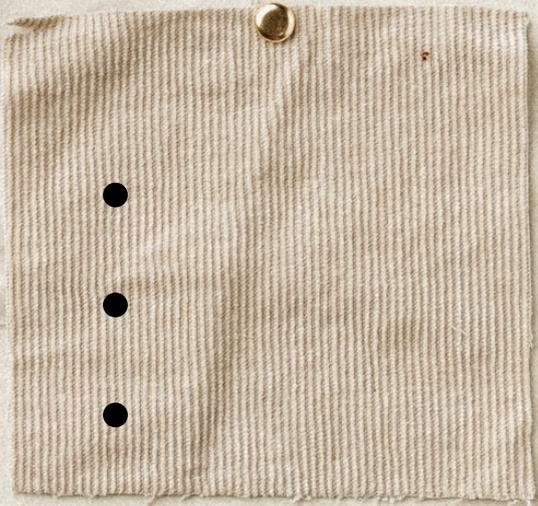
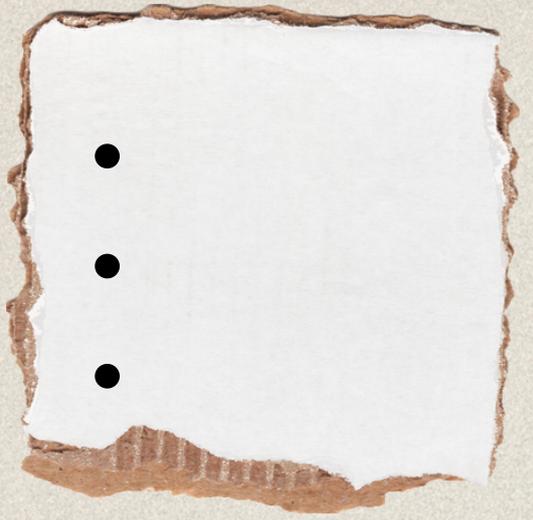
Mis Cursos



Mis Cursos



Mis Cursos



Mis Impresiones Finales

