Kontrolna lista za audio-stabilizacijske vežbe		DAN 1:				DAN 2:				DAN 3:			
		Jutro	Dan	Veče	Noć	Jutro	Dan	Veče	Noć	Jutro	Dan	Veče	Noć
Koliko često ste vežbali? 0x/1x/2x/3x													
Koju vežbu?	Disanje	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Bodyscan	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Bezbedno mesto	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	sve vežbe	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Da li Vam je pomogla ova vežba?		☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne

Kontrolna lista za audio-stabilizacijske vežbe		DAN 4:				DAN 5:				DAN 6:			
		Jutro	Dan	Veče	Noć	Jutro	Dan	Veče	Noć	Jutro	Dan	Veče	Noć
Koliko često ste vežbali? 0x/1x/2x/3x													
Koju vežbu?	Disanje	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Bodyscan	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Bezbedno mesto	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	sve vežbe	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Da li Vam je pomogla ova vežba?		☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne	☺ da 😐 malo ☹ ne