

# 2022

ELENALIN PLANNER

# 目 录

- 总目录
- 2022年历
- 功能页面
- 目标计划
- 2022月历
- 回忆记录
- 周计划
- 周计划 (夜猫版)
- 一日三栏
- 自填三栏
- 学习计划
- 年度回顾
- 笔记页面
- 贴纸收纳

名字

QUOTE OF THE YEAR

## JANUARY

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## FEBRUARY

M	T	W	T	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

## MARCH

M	T	W	T	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## APRIL

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## MAY

M	T	W	T	F	S	S
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## JUNE

M	T	W	T	F	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## JULY

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## AUGUST

M	T	W	T	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## SEPTEMBER

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## OCTOBER

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## NOVEMBER

M	T	W	T	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

## DECEMBER

M	T	W	T	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



回忆记录



周计划



周计划(夜)



一日三栏



自填三栏



学习计划



笔记页面



贴纸收纳

你想成为一个怎样的人?	抽取具体目标	这个目标为什么重要?	选择主要的三个目标	分成4个小目标	确定KPI	能变成什么习惯?
1/2/5年后,或下个人生阶段的理想生活	学业/事业/财务/健康/感情/娱乐/爱好	没有动力的时候看一下这里	如:提升核心竞争力	如:修营销相关课程	具体数量,要求 如:修2门课,均分90+	把小目标融入生活变成习惯 如:周六9:00-15:00去图书馆学习

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY	
W52	27	28	29	30	31	1	2	
已完成的事情	W1	3	4	5	6	7	8	9
未完成的事情	W2	10	11	12	13	14	15	16
学到的事情	W3	17	18	19	20	21	22	23
需要自省的事情	W4	24	25	26	27	28	29	30
其他	W5	31	1	2	3	4	5	6

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W5	31 1	2	3	4	5	6	
已完成的事情							
W6	7	8	9	10	11	12	13
未完成的事情							
W7	14	15	16	17	18	19	20
学到的事情							
W8	21	22	23	24	25	26	27
需要自省的事情							
W9	28	1	2	3	4	5	6
其他							

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W9	28 1	2	3	4	5	6	
已完成的事情							
W10	7	8	9	10	11	12	13
未完成的事情							
W11	14	15	16	17	18	19	20
学到的事情							
W12	21	22	23	24	25	26	27
需要自省的事情							
W13	28	29	30	31	1	2	3
其他							



本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W13	28	29	30	31	1	2	3
已完成的事情							
W14	4	5	6	7	8	9	10
未完成的事情							
W15	11	12	13	14	15	16	17
学到的事情							
W16	18	19	20	21	22	23	24
需要自省的事情							
W17	25	26	27	28	29	30	1
其他							

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY	
W17	25	26	27	28	29	30	1	
已完成的事情	W18	2	3	4	5	6	7	8
未完成的事情	W19	9	10	11	12	13	14	15
学到的事情	W20	16	17	18	19	20	21	22
需要自省的事情	W21	23	24	25	26	27	28	29
其他	W22	30	31	1	2	3	4	5

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W22	30	31	1	2	3	4	5
已完成的事情							
W23	6	7	8	9	10	11	12
未完成的事情							
W24	13	14	15	16	17	18	19
学到的事情							
W25	20	21	22	23	24	25	26
需要自省的事情							
W26	27	28	29	30	1	2	3
其他							

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W26	27	28	29	30	1	2	3
已完成的事情							
W27	4	5	6	7	8	9	10
未完成的事情							
W28	11	12	13	14	15	16	17
学到的事情							
W29	18	19	20	21	22	23	24
需要自省的事情							
W30	25	26	27	28	29	30	31
其他							

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W31	1	2	3	4	5	6	7
已完成的事情							
W32	8	9	10	11	12	13	14
未完成的事情							
W33	15	16	17	18	19	20	21
学到的事情							
W34	22	23	24	25	26	27	28
需要自省的事情							
W35	29	30	31	1	2	3	4
其他							

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W35	29	30	31	1	2	3	4
已完成的事情							
W36	5	6	7	8	9	10	11
未完成的事情							
W37	12	13	14	15	16	17	18
学到的事情							
W38	19	20	21	22	23	24	25
需要自省的事情							
W39	26	27	28	29	30	1	2
其他							

本月目标	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY	
W39	26	27	28	29	30	1	2	
已完成的事情	W40	3	4	5	6	7	8	9
未完成的事情	W41	10	11	12	13	14	15	16
学到的事情	W42	17	18	19	20	21	22	23
需要自省的事情	W43	24	25	26	27	28	29	30
其他	W44	31	1	2	3	4	5	6

本月目标		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W44		31 1		2	3	4	5	6
已完成的事情								
W45	7	8	9	10	11	12	13	
未完成的事情								
W46	14	15	16	17	18	19	20	
学到的事情								
W47	21	22	23	24	25	26	27	
需要自省的事情								
W48	28	29	30		1	2	3	4
其他								



本月目标		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
W48		28	29	30	1	2	3	4
已完成的事情								
W49	5	6	7	8	9	10	11	
未完成的事情								
W50	12	13	14	15	16	17	18	
学到的事情								
W51	19	20	21	22	23	24	25	
需要自省的事情								
W52	26	27	28	29	30	31		1
其他								

# MEMORIES 2022

1月 | 2月 | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月

目录 | 年历 | 功能

JANUARY							FEBRUARY							MARCH							APRIL							MAY							JUNE								
S	1						T	1							T	1							F	1					S	1						W	1						
S	2						W	2							W	2							S	2					M	2						T	2						
M	3						T	3							T	3							S	3					T	3													
T	4						F	4							F	4							M	4					W	4													
W	5						S	5							S	5							T	5					T	5													
T	6						S	6							S	6							W	6				F	6														
F	7						M	7							M	7							T	7				S	7														
S	8						T	8							T	8							F	8				S	8														
S	9						W	9							W	9							S	9				M	9														
M	10						T	10							T	10							S	10				T	10														
T	11						F	11							F	11							M	11				W	11														
W	12						S	12							S	12							T	12				T	12														
T	13						S	13							S	13							W	13				F	13														
F	14						M	14							M	14							T	14				S	14														
S	15						T	15							T	15							F	15				S	15														
S	16						W	16							W	16							S	16				M	16														
M	17						T	17							T	17							S	17				T	17														
T	18						F	18							F	18							M	18				W	18														
W	19						S	19							S	19							T	19				T	19														
T	20						S	20							S	20							W	20				F	20														
F	21						M	21							M	21							T	21				S	21														
S	22						T	22							T	22							F	22				S	22														
S	23						W	23							W	23							S	23				M	23														
M	24						T	24							T	24							S	24				T	24														
T	25						F	25							F	25							M	25				W	25														
W	26						S	26							S	26							T	26				T	26														
T	27						S	27							S	27							W	27				F	27														
F	28						M	28							M	28							T	28				S	28														
S	29														T	29							F	29				S	29														
S	30														W	30							S	30				M	30														
M	31														T	31											T	31															

月度回顾							月度回顾							月度回顾							月度回顾							月度回顾																

JULY							AUGUST							SEPTEMBER							OCTOBER							NOVEMBER							DECEMBER								
F	1						M	1							T	1						S	1					T	1						T	1							
S	2						T	2							F	2						S	2					W	2						F	2							
S	3						W	3							S	3						M	3					T	3						S	3							
M	4						T	4							S	4						T	4					F	4						S	4							
T	5						F	5							M	5						W	5					S	5						M	5							
W	6						S	6							T	6						S	6					S	6						T	6							
T	7						S	7							W	7						F	7					M	7						W	7							
F	8						M	8							T	8						S	8					T	8						T	8							
S	9						T	9							F	9						S	9					W	9						F	9							
S	10						W	10							S	10						M	10					T	10						S	10							
M	11						T	11							S	11						T	11					F	11						S	11							
T	12						F	12							M	12						W	12					S	12						M	12							
W	13						S	13							T	13						T	13					S	13						T	13							
T	14						S	14							W	14						F	14					M	14						W	14							
F	15						M	15							T	15						S	15					T	15						T	15							
S	16						T	16							F	16						S	16					W	16						F	16							
S	17						W	17							S	17						M	17					T	17						S	17							
M	18						T	18							S	18						T	18					F	18						S	18							
T	19						F	19							M	19						W	19					S	19						M	19							
W	20						S	20							T	20						T	20					S	20						T	20							
T	21						S	21							W	21						F	21					M	21						W	21							
F	22						M	22							T	22						S	22					T	22						T	22							
S	23						T	23							F	23						S	23					W	23						F	23							
S	24						W	24							S	24						M	24					T	24						S	24							
M	25						T	25							S	25						T	25					F	25						S	25							
T	26						F	26							M	26						W	26					S	26						M	26							
W	27						S	27							T	27						T	27					S	27						T	27							
T	28						S	28							W	28						F	28					M	28						W	28							
F	29						M	29							T	29						S	29					T	29						T	29							
S	30						T	30							F	30						S	30					W	30						F	30							
S	31						W	31							M	31						M	31												S	31							
月度回顾							月度回顾							月度回顾							月度回顾							月度回顾							月度回顾								

日期	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
<b>本周目标</b>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程
	6	6	6	6	6	6	6
	7	7	7	7	7	7	7
<b>待办事项</b>							
<input type="checkbox"/>	8	8	8	8	8	8	8
<input type="checkbox"/>	9	9	9	9	9	9	9
<input type="checkbox"/>	10	10	10	10	10	10	10
<input type="checkbox"/>	11	11	11	11	11	11	11
<input type="checkbox"/>	12	12	12	12	12	12	12
<input type="checkbox"/>	13	13	13	13	13	13	13
<input type="checkbox"/>	14	14	14	14	14	14	14
<input type="checkbox"/>	15	15	15	15	15	15	15
<input type="checkbox"/>	16	16	16	16	16	16	16
	17	17	17	17	17	17	17
	18	18	18	18	18	18	18
	19	19	19	19	19	19	19
	20	20	20	20	20	20	20
M							
T							
W							
T							
F							
S							
S							
	22	22	22	22	22	22	22
	23	23	23	23	23	23	23

习题打卡

日期	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
本周目标							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程	今日行程
	9	9	9	9	9	9	9
	10	10	10	10	10	10	10
待办事项							
	11	11	11	11	11	11	11
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
习题打卡							
	20	20	20	20	20	20	20
	21	21	21	21	21	21	21
	22	22	22	22	22	22	22
	23	23	23	23	23	23	23
M							
T							
W							
T							
F	1	1	1	1	1	1	1
S							
S	2	2	2	2	2	2	2

日期	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
	早	早	早	早	早	早	早
本周目标							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
待办事项							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
习题打卡							
M							
T							
W							
T							
F							
S							
S							

日期	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
本周目标							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
待办事项							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
<input type="checkbox"/>							
习题订正							
M							
T							
W							
T							
F							
S							
S							

## STUDY PLANNER 22

1月

2月

3月

4月

5月

6月

7月

8月

9月

10月

11月

12月

目录

年历

功能

日期		复习内容	预估时间	实际时间	进展	完成
科目						
目标						
考试要求						
完成奖励						
反思总结						



今年我最大的成就是什么？

今年我最重要的决定是什么？

今年我最重要的教训是什么？

今年最感激的事情是什么？

今年发生的三件打击/影响最大的事情是什么？

我是如何应对这些事情？

以后怎样应对这些事情会更好？

我对明年的期望是什么？

今年我最大的成就是什么？

今年我最重要的决定是什么？

今年我最重要的教训是什么？

今年最感激的事情是什么？

今年发生的三样打击/影响最大的事情是什么？

我是如何应对这些事情的？

以后怎样应对这些事情会更好？

我对明年的期望是什么？









