

Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_\_\_ Elo : \_\_\_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_\_\_ Elo : \_\_\_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_\_\_ Elo : \_\_\_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_\_\_ Elo : \_\_\_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_\_\_ Elo : \_\_\_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_



Semaine du \_\_\_\_\_

Niveau élo : \_\_\_\_\_ Elo tactique : \_\_\_\_\_

## Motivation

Mon niveau élo échiquéen progresse de jour en jour:

---

## Tactique

- 30 min tactique lundi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mardi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Mercredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique jeudi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique vendredi : \_\_\_\_\_
- 30 min tactique Week-end : \_\_\_\_\_

## Parties

- Partie 1 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 2 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 3 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 4 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_
- Partie 5 : \_\_\_ Elo : \_\_\_ Ouverture: \_\_\_\_\_

## Etude

- Mon étude de la semaine:

Ouverture: \_\_\_\_\_ Temps: \_\_\_\_\_

