

Jeden wiersz = jedna transakcja. Wynik R = wynik netto ÷ 1R. Bez kwoty 1R: (wyjście – wejście) ÷ (wejście – stop), gdy stop stoi po stronie straty – wtedy bez kosztów. Ocena 1-5 dotyczy wykonania planu, nie wyniku.

#	Data	Instrument	K / S	Wejście	Stop	Wyjście	1R	Wynik netto	Wynik R	Suma R	Ocena 1-5	Notatka
1			K S									
2			K S									
3			K S									
4			K S									
5			K S									
6			K S									
7			K S									
8			K S									
9			K S									
10			K S									
11			K S									
12			K S									
13			K S									
14			K S									
15			K S									
16			K S									
17			K S									
18			K S									

PODSUMOWANIE STRONY

Transakcje _____ Wygrane _____ Skuteczność _____ %

Suma _____ R Średnio _____ R Najdłuższa seria strat _____

Pełny dziennik (136 stron) jako książka na Amazonie i darmowy dziennik online: **rulesbeforeresults.app**

Tydzień od _____ Transakcje _____ Suma _____ **R** Średnia ocena _____

Transakcje	Wygrane	Suma (R)	Średnio (R)	Maks. obsunięcie (R)	Najdłuższa seria strat

Najlepsza decyzja w tym tygodniu (nie najlepszy wynik)

Najgorsza decyzja w tym tygodniu

Czy któraś zasada została złamana? Która i dlaczego?

Co robię dalej tak samo?

Na co uważam — bez zmieniania zasad?

Skupienie / energia w tym tygodniu ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5**Notatki**
