



2025

MONTHLY HABIT TRACKER

"One day, you will wake up and there won't be any more time to do the things you've always wanted. DO IT NOW."
-Paulo Coelho

Month: JAN FEB MAR APR MAY JUN JUL AUG SEP OCT NOV DEC

Habit 1: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Goal: _____ Due: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Reward: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Habit 2: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Goal: _____ Due: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Reward: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Habit 3: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Goal: _____ Due: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Reward: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Habit 4: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Goal: _____ Due: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Reward: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Habit 5: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Goal: _____ Due: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Reward: _____

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Notes: _____

2025 WEEKLY HABIT TRACKER



"I can't change the direction of the wind, but I can adjust my sails to always reach my destination." - Jimmy Dean

Dates: _____ to _____

Morning Activities

S	M	T	W	TH	F	S
<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"/>	<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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Afternoon Activities

S	M	T	W	TH	F	S
<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"/>	<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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Night Activities

S	M	T	W	TH	F	S
<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"/>	<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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>