

# Pracovní list – DEN 1

**Když jsem si přečetla/a výsledek kvízu, došlo mi, že:**



---

 co mě nejvíc vystihuje:

---

---

## Můj fyzický popis

jaké vlastnosti zmíněné ve videu se ke mně nejvíc hodí

Váta: štíhlá, lehká kostra, suchá kůže, rychlé pohyby

Pitta: střední postava, pevné svaly, teplá pokožka, pronikavé oči

Kapha: silnější stavba, kulaté tvary, hladká a vlhká pokožka, pomalejší pohyby

 moje poznámky o fyzických rysech:

---

---

## Moje povahové rysy

jaké povahové rysy zmíněné ve videu se ke mně nejvíc hodí

Váta: kreativní, energická, živá, rychle uvažuje, někdy zapomíná

Pitta: cílevědomá, soutěživá, přímá, rozhodná, někdy netrpělivá

Kapha: klidná, trpělivá, vytrvalá, laskavá, někdy setrvačná

 moje poznámky o povaze:

---

---

## Moje uvědomění

 kdybych si z dnešního videa měl/a odnést jednu věc o sobě, byla by to:

---

