

<div>jeudi 28 Novembre</div>		2019	
		Levé : 8H	
		Nbs d'heures de sommeil : 6H	
		État psychologique : 15/ 20 → Curieux, thanksgiving Comment vont réagir les marchés ?	
État de fatigue : 10/ 20 → Je me sens éveillé malgré 6h De sommeil		Travail des cartes : 10/ 20 → oui GMT	
SL Journalier 20 points		Rituel matinale/d'avant trading respecté : oui	
TP Journalier 10 points		Relecture de ses règles de trading : oui	
00H			
01H			
02H			
03H			
04H			
05H			
06H			
07H			
08H45		Conditions d'entré remplis sur le Dax, mais l'opportunité en pré-market ne me plais pas ...je reste en dehors du mouvement baissier qui passe sous la S1	
09H		Trade anticipé sur UT m1, je remarque des mouvements en 2 temps, lorsque je rentre sur ma bougie M5 après Doji + Q Plat, c'est sur respiration du M1, cette anticipation réussi me donne le sentiment de franchir un palier dans ma méthode	
10H		Au cour de cette matinée, je me rend compte de plus en plus que mon entré n'est pas idéal sur M5, pour la seconde fois J'entre sur respiration du mouvement sur UT M1.	
11H		News →	
12H		News → <input type="checkbox"/> Relecture de ses règles de trading	
14H		News →	
15H			
16H		News →	
17H			
18H			
19H			
20H		News →	
21H			
22H			
23H			

Niveaux du jour : 16,33 sur 20		Notes
9H10 Trade 1 :	Les prix sont revenue taper la S1, j'entre sur M1 pour anticiper la bougie M5 car fort taux de rebond sur S1/S2/S3	18 sur 20
Sentiment de maîtrise Sur cet anticipation	Conditions d'entré rempli entré après Doji et Q plat validé mon SW Ce place rapidement, les prix s'éloigne +8, et retrace sur mon SW	Condition d'entré remplis entre les UT, faible gain mais gestuel parfaite
9H40 Trade 2 :	Entré sur Condition d'entré M5 SW +1 rapidement appliqué et touché J'avais le M1 + M5 + M1 ouvert, la confusion vient certainement De la, les prix on retracer, j'ai la preuve que l'entré M5 arrive en Respiration du mouvement M1	16 sur 20
Timing d'entré à revoir		Même si condition d'entré respecté Je me suis senti un peu confus
9H57 Trade 3 :	Condition d'entré respecté ,hors prix au dessus de S1, sortie rapide Flat, ce trade est un trade « reflex » typiquement Je tenais ma souris voyageais entre mes écran, mon cerveaux à Aperçu la configuration, « clic » 1second après j'interprétais la S1	15 sur 20
__H__ Trade __ :		Trade Reflex mon cerveau ce Programme ça se ressent
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
Conclusion :	<p>La mise en place du SW +1 automatique est sécurisante, même si celui-ci coupe mes positions sur Retracement, il me permet de travailler mes conditions de sortie et d'entré en sécurité</p> <p>Je remarque que le timing d'entré sur M5 arrive souvent sur respiration M1, je vais travailler cela...</p> <p>Le but n'est pas d'anticiper comme un gros cochon, mais d'entré au meilleur moment</p> <p>la condition de sortie reste elle inchangé pour le moment (ralentissement, fin de Q plat etc)</p> <p>Je retournerai sur UT M1 lundi, cela seras plus coriace en terme de charge mental et concentration</p> <p>Mais si je respect mon horaire quotidienne, je devrais tenir le « choc ». La base de ma gestuel et des Conditions d'entré étant bien assimilé, je devrais pouvoir appliqué cet automatisme sur cet UT</p> <p>Un trade « reflex » me conforte dans mon idée d'appliqué la méthode sur M1</p>	

Entraînement bougie Heikin Ashi

25/11/2019 : de 9h à 11h = 2h (7 trade) M1

26/11/2019 : de 9h à 11h = 2h (10 trade) M1

27/11/2019 : de 9h à 12h = 3h (4 trade) M5 [Passage du QCM de Validation résultat 14/20]

28/11/2019 : de 9h à 10h = 1h (3trade) M1 et M5 (premier trade "Reflex")

La journée étant particulière, jour férié au US, je décide d'arrêter mon trading quotidien plus tôt car volatilité affaiblie, cela se ressent