

		2019
Vendredi 29 Novembre	Levé : 8H10	Nbs d'heures de sommeil : 8H
	État psychologique : 15/ 20 → Partage de mon « angoisse » De l'oubli sur le forum, je me sens ...réconforté État de fatigue : 10/ 20 → dès les signes de fatigues hier, Je suis allé me coucher...il faut que je continue ainsi Travail des cartes : 10/ 20 → Pas de GMT néanmoins, la Lecture du livre ma fait comprendre que je la réalisais	
SL Journalier 10 points	Rituel matinale/d'avant trading respecté : oui (en recherche)	
TP Journalier 10 points	Relecture de ses règles de trading : oui	
00H		
01H		
02H		
03H		
04H		
05H		
06H		
07H		
08H	A peine ouvert la plate-forme je suis prêt à cliqué sur une config que je commence à connaître ...non !, il n'est pas 9h	
09H	2 position qui fonctionne bien , le SW +1 me sort de position malgré une continuité du mouvement, je ne ressent pas de Frustration , la gestuel est rempli. Je remarque des rebonds de mèche qui pourrais offrir d'avantage de point à l'avenir... Dans la fil du jour , je remarque un trader qui entre sur chaque Q plat en TP+1, cela rejoint ce que je pensais travailler Une fois la gestuel d'entrée parfaitement assimilé 3 trade en peu de temps, la dernière fois que j'ai réalisé cela je me souviens avoir perdu le contrôle au fur et à mesure Des prise de position	
9H40	Une drôle de sensation, suite à ce taux de réussite aussi élevé...je ne ressent plus le marché, des conditions d'entrée. Ce forme toujours devant moi, mais je n'est plus le trade « reflex » qui fût présent toute la matinée...j'ai presque atteint mon objectif journalier de 10 point...mais je ne suis plus dedans je le ressent, comme si ma limite psychologique était Atteinte, pour ne pas tourner dans l'over-trading et gâché cette matinée je décide d'arrêter ici mon trading...plus d'une heure avant la fin quotidienne...d'autant plus que nous somme vendredi + pont US ..c'est la bonne décision	
11H		
12H	News → <input type="checkbox"/> Relecture de ses règles de trading	
14H	News →	
15H		
16H	News →	
17H		
18H		
19H		
20H	News →	
21H		

Niveaux du jour : 17,4 sur 20		Notes
9H01 Trade 1 :	Entré dans les conditions Doji puis Q plat à la clôture, suite à L'ouverture de 9h SW +1 touché le prix continue de chuté Je suis bien entré bien sortie, à l'aide de mon assistant. La gestuel est parfaite	
9H05 Trade 2 :	Condition d'entré remplis , après très fort rebond des prix sur S2 Le SW +1 est mise en place ,est touché quelque seconde après	
9H15 Trade 3 :	Entré parfaite, de nombreux doji de plus en plus petit, une première Bougie Q plat en clôture, SW +1 rapide et les prix chute vers S2 C'est après ralentissement sur la S2 que je sort + 4 . Ce sont ces Quelque trade qui me conforte dans mes conditions d'entré	
9H21 Trade 4 :	Entré un peu tardive, pendant que je tentais de ne pas me laisser Emporter par cet réussite une nouvel configuration à attiré mon œil Rentré dans les conditions un peu tard et le SW +1 me sauve	
9H26 Trade 5 :	Condition d'entré respecté, fort rebond sur S2 une nouvel fois. J'entre même si je sens un mouvement qui fatigue. Sortie manuel à +1 le mouvement hésite de plus en plus. Condition de sortie respecté et en manuel !	
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
j'attends curieusement les pertes, pour travailler ma psychologie sur ce point		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
__H__ Trade __ :		
Conclusion :		
J'ai la confirmation que la mise en place du SW +1 via mon assistant de trading est pertinente. J'ai Ressenti le marché intensément durant un peut moins d'une heure, et j'ai su m'arreté lorsque je ne le sentais plus...la difficulté à présent seras de retourner sur les marché dans la journée en cas d'alerte Ou lundi après le week-end...Sans avoir la peur au ventre de gâché la matinée/		

22H

23H

Un trade « idéal » c'est produit ce matin ...les prix sont parti rapidement ma sécurité SW +1 n'a pas été Touché et j'ai clôturé moi même suite à un ralentissement de la tendance en +4, la flexibilité de la

méthode prend tout son sens lorsque ce genre de trade ce produit, je prendrais beaucoup de petite Position et parfois une grosse viendra combler le tableau...néanmoins malgré cette belle matinée..