

2019**Lundi 9
Décembre**

Levé : 7H

Nbs d'heures de sommeil : 7H

État psychologique : 15/ 20 → Lecture du livre fini, motivé

État de fatigue : 10/ 20 → bien dormis

Travail des cartes : 12/ 20 → pas de GMT

SL Journalier 10 points

Rituel matinale/d'avant trading respecté : oui

TP Journalier 30 points

Relecture de ses règles de trading : oui

00H

01H

02H

03H

04H

05H

06H

07H

08H Mise en place de SL et TP journalier cohérent, calculé sur le potentiel de chaque trade à l'ouverture de 9h les prix casse le PP mensuel mais la seconde ligne de défense est trop. Je n'entre pas

09H nervosité de 9h mais rien n'entre dans mes config de rebonds, il y a bien des doji + Q plat dans le Sens M5 mais à proximité des PP qui ne me tente pas, je reste safe. Alertes placé, je vais trader en nomad aujourd'hui

10H

11H Les marché sont en range depuis ce matin, je suis en déplacement aucune alertes n'est touché pour le moment, j'ai la sensation de ne pas être suffisamment agressif, lorsque la methode de tendance aurais bien fonctionné ce matin.

12H Je décide de passé la semaine sur la méthode du Rebond PP celle qui me donne moins de bouffé de chaleur, je regarderais les résultats.

14H

15H

16H

17H Entré sur rebond PP h4 une fois car peu de volatilité, les prix rebondisse après avoir toucher mon TP +3 et mon BE potentiel de 7 point sur ce rebond, peu de volatilité, un parfait rebond avec loi de dow sur la seconde ligne 13100 mais n'a pas été jusqu'au -5 du PP ma condition d'entrée, de plus tellement mou, celui-ci offrira un potentiel de 4 point max c'était un trade risqué au vue du faiblement potentiel.

18H

19H

20H

21H

22H

23H

Niveaux du jour :	<u>Notes</u>
17 sur 20	
17H27 Trade 1 :	17 sur 20
3 point	
Condition d'entré sur rebond respecter rebond sur PP H4 entré -3 du pivot avec niveau symbolique 13100 en seconde ligne. Le SW +1 ce met en place une minute après mon entré le marché est peu volatile en ce lundi je le ressent, je décide de ne pas rentré d'avantage sur les autres passage des prix en dessous de ce PPh4	max potentiel : 7 point
__H__ Trade __ :	
Conclusion :	
Une matinée très piégeuse avec des impulsions qui se retourne rapidement, je suis rester « out of market » le matin, à 17h30 de retour chez moi une alerte est activé, je vérifie les conditions patientes mon point d'entré optimum de -2 sous PP H4, 1 minute après mon TP +3 est touché et mon BE +1 suis, cela à été dur de resté hors du marché car la première méthode de tendance (Doji + Q plat sens M5) aurais donné de bon résultat assurément, mais le taux de réussite (70%) et le nombre de position possible ajouté à ma psychologie qui n'est pas du tout sereine lorsque j'utilise cet méthode...	