

<div>Lundi 9 Décembre</div>		2019	
		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 regarderai 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 offrais 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 :****17 sur 20**

17H27 Trade 1 :

Condition d'entrée 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

**3 point**

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

\_\_H\_\_ Trade \_\_ :

**Notes****17 sur 20**

max potentiel : 7 point

**Conclusion :**

Une matinée très piègeuse avec des impulsions qui se retournent rapidement, je suis resté « out of market » le matin, à 17h30 de retour chez moi une alerte est activée, je vérifie les conditions patientes mon point d'entrée optimum de -2 sous PP H4, 1 minute après mon TP +3 est touché et mon BE +1 suis, cela a été dur de rester hors du marché car la première méthode de tendance (Doji + Q plat sens M5) aurait 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 cette méthode...