



LAYTH & LAYAN

Planificador de Ramadán

Treinta días de salah, Quran, dhikr y buenas acciones

Ramadán _____ H

Este planificador es de _____

Mi Ramadán de un vistazo

Ramadán _____ H

DÍA	FECHA	AYUNÉ	FAJR	DHUHR	ASR	MAGHRIB	ISHA	TARAWEEH	QURAN	BUENA ACCIÓN
1		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
2		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
3		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
4		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
5		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
6		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
7		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
8		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
9		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
10		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
11		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
12		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
13		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
14		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
15		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
16		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
17		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
18		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
19		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
20		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
21 ★		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
22		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
23 ★		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
24		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
25 ★		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
26		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
27 ★		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
28		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
29 ★		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
30		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	

COLOREA UN JUZ CUANDO LO TERMINES

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

★ Noches impares de las últimas diez:
busca Laylat al-Qadr

Da el zakat al-fitr antes de la oración de
Eid

Mañana de Eid: el Takbir de Eid

L M X J V S D

DÍA
1
DE 30

Fecha _____



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 1 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

1 de 99

الرَّحْمَنُ

Ar-Rahman

El Más Misericordioso con toda la creación



Dhikr del día

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

La ilaha illa Allah

No hay dios sino Allah



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 2 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

2 de 99

الرَّحِيمُ

Ar-Raheem

El Más Misericordioso, especialmente con los creyentes



Dhikr del día

سُبْحَانَ اللَّهِ

SubhanAllah
Gloria a Allah



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

FARD

SUNNAH

Fajr

☐

2

☐

2 antes

Dhuhr

☐

4

☐

4 antes

☐

2 después

Asr

☐

4

☐

—

Maghrib

☐

3

☐

2 después

Isha

☐

4

☐

2 después

☐

Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐

Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 3 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐

Fajr

4 páginas

☐

Dhuhr

4 páginas

☐

Asr

4 páginas

☐

Maghrib

4 páginas

☐

Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

3 de 99

الْمَلِكُ

Al-Malik

El Rey



Dhikr del día

الْحَمْدُ لِلَّهِ

Alhamdulillah

Todas las alabanzas son para Allah



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

FARD

SUNNAH

Fajr

☐

2

☐

2 antes

Dhuhr

☐

4

☐

4 antes

☐

2 después

Asr

☐

4

☐

—

Maghrib

☐

3

☐

2 después

Isha

☐

4

☐

2 después

☐

Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐

Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 4 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐

Fajr

4 páginas

☐

Dhuhr

4 páginas

☐

Asr

4 páginas

☐

Maghrib

4 páginas

☐

Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

4 de 99

الْقُدُّوسُ

Al-Quddus

El Santísimo



Dhikr del día

اللَّهُ أَكْبَرُ

Allahu Akbar

Allah es el más Grande



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 5 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐ Fajr 4 páginas ☐ Dhuhr 4 páginas ☐ Asr 4 páginas ☐ Maghrib 4 páginas ☐ Isha 4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

5 de 99

السَّلَامُ

As-Salam

La Fuente de la Paz



Dhikr del día

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ

Subhanallahi wa bihamdih

Gloria a Allah, y Suyas son todas las alabanzas.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D

DÍA
6
DE 30

Fecha _____



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 6 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

6 de 99

الْمُؤْمِنُ

Al-Mumin

El Que Da Seguridad



Dhikr del día

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ
Asbahna wa asbahal-mulku lillah

Hemos amanecido, y todo el reino pertenece a Allah. Todas las alabanzas son para Allah.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 7 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

7 de 99

الْمُهَيْمِنُ
Al-Muhaymin
El Guardián



Dhikr del día

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ
Amsayna wa amsal-mulku lillah

Hemos llegado a la noche, y todo el reino pertenece a Allah. Todas las alabanzas son para Allah.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 8 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐ Fajr 4 páginas ☐ Dhuhr 4 páginas ☐ Asr 4 páginas ☐ Maghrib 4 páginas ☐ Isha 4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

8 de 99

الْعَزِيزُ

Al-Aziz

El Todopoderoso



Dhikr del día

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا

Rādītu billāhi Rabba

Estoy contento con Allah como mi Señor, con el Islam como mi religión y con Muhammad ﷺ como mi Profeta.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D

DÍA
9
DE 30

Fecha _____



Registro de salah

FARD SUNNAH

Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 9 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

9 de 99

الْجَبَّارُ

Al-Jabbar

El Que Todo lo Somete



Dhikr del día

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا وَبِكَ أَمْسَيْنَا وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ

Allahumma bika asbahna

Oh Allah, por Ti amanecemos y por Ti anohecemos, por Ti vivimos y por Ti morimos, y a Ti volvemos.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 10 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

10 de 99

الْمُتَكَبِّرُ

Al-Mutakabbir

El Supremo en Grandeza



Dhikr del día

اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا وَبِكَ أَصْبَحْنَا وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ

Allahumma bika amsayna

Oh Allah, por Ti anohecemos y por Ti amanecemos, por Ti vivimos y por Ti morimos, y a Ti es el retorno final.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 11 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

11 de 99

الْخَالِقُ

Al-Khaliq

El Creador



Dhikr del día

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

Bismillahilladhi la yadurru

En el nombre de Allah, con cuyo nombre nada en la tierra ni en el cielo puede hacer daño. Él es Quien todo lo oye, Quien todo lo sabe.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 12 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

12 de 99

الْبَارِئُ

Al-Bari

El Hacedor



Dhikr del día

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ
A'udhu bi kalimatillahit-tammat

Me refugio en las palabras perfectas de Allah del mal de todo lo que Él ha creado.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

FARD

SUNNAH

Fajr

☐

2

☐

2 antes

Dhuhr

☐

4

☐

4 antes

☐

2 después

Asr

☐

4

☐

—

Maghrib

☐

3

☐

2 después

Isha

☐

4

☐

2 después

☐

Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐

Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 13 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐

Fajr

4 páginas

☐

Dhuhr

4 páginas

☐

Asr

4 páginas

☐

Maghrib

4 páginas

☐

Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

13 de 99

المُصَوِّرُ

Al-Musawwir

El Que Da Forma



Dhikr del día

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

La ilaha illa Allahu wahdah

No hay dios sino Allah, Único, sin socio. Suyo es el reino, Suya es la alabanza, y Él tiene poder sobre todas las cosas.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 14 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

14 de 99

الْغَفَّارُ

Al-Ghaffar

El Que Siempre Perdona



Dhikr del día

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

Alhamdulillahil-ladhī ahyaana ba'da ma amatana wa ilayhi an-nushoor

Todas las alabanzas son para Allah, que nos dio vida después de habérmola quitado, y a Él volveremos



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

DÍA
15
DE 30

Fecha _____

L M X J V S D



Registro de salah

FARD

SUNNAH

Fajr

☐

2

☐

2 antes

Dhuhr

☐

4

☐

4 antes

☐

2 después

Asr

☐

4

☐

—

Maghrib

☐

3

☐

2 después

Isha

☐

4

☐

2 después

☐

Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐

Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 15 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐

Fajr

4 páginas

☐

Dhuhr

4 páginas

☐

Asr

4 páginas

☐

Maghrib

4 páginas

☐

Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

15 de 99

الْقَهَّارُ

Al-Qahhar

El Que Todo lo Vence



Dhikr del día

بِسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا

Bismika Allahumma amootu wa ahya

En Tu nombre, oh Allah, duermo y despierto



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 16 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

16 de 99

الْوَهَّابُ

Al-Wahhab

El Dador de Regalos



Dhikr del día

بِسْمِ اللَّهِ فِي أَوَّلِهِ وَآخِرِهِ

Bismillahi fee awwalihi wa akhirihi

En el nombre de Allah, al principio y al final



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 17 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

17 de 99

الرَّزَّاقُ

Ar-Razzaq

El Proveedor



Dhikr del día

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا

Alhamdu lillahil-ladhi at'amaana wa saqana

Todas las alabanzas son para Allah, que nos dio de comer y de beber



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 18 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

18 de 99

الْفَاتِحُ

Al-Fattah

El Que Abre



Dhikr del día

رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

Rabbana taqabbal minna, innaka antas-Sami'ul-'Alim

Señor nuestro, acéptanos esto. Tú eres Quien todo lo oye, Quien todo lo sabe.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 19 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐ Fajr 4 páginas ☐ Dhuhr 4 páginas ☐ Asr 4 páginas ☐ Maghrib 4 páginas ☐ Isha 4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

19 de 99

الْعَلِيمُ

Al-Alim

El Que Todo lo Sabe



Dhikr del día

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Rabbana atina fid-dunya hasanatan wa fil-akhirati hasanatan wa qina 'adhaban-nar

Señor nuestro, danos bien en esta vida y bien en la otra vida, y protégenos del castigo del Fuego.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 20 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

20 de 99

الْقَابِضُ

Al-Qabid

El Que Retiene



Dhikr del día

رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا

Rabbi zidni 'ilma

Señor mío, auméntame en conocimiento.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D

DÍA
21
DE 30

Fecha _____

★ Una noche impar de las últimas diez: esta noche podría ser Laylat al-Qadr



Registro de salah

FARD SUNNAH

Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 21 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.



Fajr

4 páginas



Dhuhr

4 páginas



Asr

4 páginas



Maghrib

4 páginas



Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

21 de 99

الْبَاسِطُ

Al-Basit

El Que Extiende



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 22 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

22 de 99

الْخَافِضُ

Al-Khafid

El Que Baja



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفْوٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

★ Una noche impar de las últimas diez: esta noche podría ser Laylat al-Qadr



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día.
Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 23 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.



Fajr

4 páginas



Dhuhr

4 páginas



Asr

4 páginas



Maghrib

4 páginas



Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

23 de 99

الرَّافِعُ

Ar-Rafi

El Que Eleva



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوفٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 24 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

24 de 99

الْمُعِزُّ

Al-Mu'izz

El Que Da Honor



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفْوٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D

DÍA
25
DE 30

Fecha _____

★ Una noche impar de las últimas diez: esta noche podría ser Laylat al-Qadr



Registro de salah

FARD SUNNAH

Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 25 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.



Fajr

4 páginas



Dhuhr

4 páginas



Asr

4 páginas



Maghrib

4 páginas



Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

25 de 99

الْمُذِلُّ

Al-Muzil

El Que Humilla



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 26 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐ Fajr 4 páginas ☐ Dhuhr 4 páginas ☐ Asr 4 páginas ☐ Maghrib 4 páginas ☐ Isha 4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

26 de 99

السَّمِيعُ

As-Sami

El Que Todo lo Oye



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفْوٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D

DÍA
27
DE 30

Fecha _____

★ Una noche impar de las últimas diez: esta noche podría ser Laylat al-Qadr



Registro de salah

FARD SUNNAH

Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 27 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.



Fajr

4 páginas



Dhuhr

4 páginas



Asr

4 páginas



Maghrib

4 páginas



Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

27 de 99

الْبَصِيرُ

Al-Baseer

El Que Todo lo Ve



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 28 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐ Fajr 4 páginas ☐ Dhuhr 4 páginas ☐ Asr 4 páginas ☐ Maghrib 4 páginas ☐ Isha 4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

28 de 99

الْحَكَمُ

Al-Hakam

El Juez



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفْوٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

DÍA
29
DE 30

Fecha _____

★ Una noche impar de las últimas diez: esta noche podría ser Laylat al-Qadr



Registro de salah

FARD SUNNAH

Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu

Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 29 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.



Fajr

4 páginas



Dhuhr

4 páginas



Asr

4 páginas



Maghrib

4 páginas



Isha

4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

29 de 99

الْعَدْلُ

Al-Adl

El Justo



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr
☐ Taraweeh		

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor _____

Iftar _____

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz 30 de 30

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐	☐	☐	☐	☐
Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha
4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas	4 páginas

Páginas leídas hoy _____



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

30 de 99

اللطيفُ

Al-Lateef

El Bondadoso



Dua de la noche

اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Allahumma innaka 'afuwwun tuhibbul-'afwa fa'fu 'anni

Oh Allah, Tú eres Quien perdona y amas perdonar, así que perdóname.



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy _____

Una palabra amable que dije _____



Lo que agradezco y mis reflexiones

L M X J V S D

DÍA

DE 30

Fecha



Registro de salah

	FARD	SUNNAH
Fajr	☐ 2	☐ 2 antes
Dhuhr	☐ 4	☐ 4 antes ☐ 2 después
Asr	☐ 4	—
Maghrib	☐ 3	☐ 2 después
Isha	☐ 4	☐ 2 después ☐ Witr

☐ Taraweeh

Las 12 rak'ahs de sunnah que el Profeta ﷺ animaba a rezar cada día. Algunos cuentan 2 antes del Dhuhr.



Registro de ayuno

☐ Ayuné hoy

Suhoor

Iftar

EN EL IFTAR

اللَّهُمَّ إِنِّي لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Allahumma inni laka sumtu, wa bika amantu, wa 'alayka tawakkaltu, wa 'ala rizqika aftartu
Oh Allah, ayuné para Ti, creí en Ti, en Ti confié y rompo mi ayuno con Tu sustento.



Registro de recitación

Juz

4 páginas después de cada oración y terminas todo el Quran este mes.

☐ Fajr 4 páginas ☐ Dhuhr 4 páginas ☐ Asr 4 páginas ☐ Maghrib 4 páginas ☐ Isha 4 páginas

Páginas leídas hoy



Registro de hidratación

Colorea un vaso cada vez que tomes uno. Trata de tomar 8 entre el iftar y el suhoor.



Los hermosos nombres de Allah

de 99



Dhikr del día



Más que comida y agua

Una buena acción de hoy

Una palabra amable que dije



Lo que agradezco y mis reflexiones