Таблица практики — 24 матрицы

Отмечай пройденные матрицы и записывай впечатления

Руна сознания: _____ Дата начала: _____

№	РУНА	ДАТА	✓	ВПЕЧАТЛЕНИЯ
1	 Fehu			
2	 Uruz			
3	 Thurisaz			
4	 Ansuz			
5	 Raidho			
6	 Kenaz			
7	Gebo			
8	 Wunjo			
9	 Hagalaz			
10	 Nauthiz			
11	Isa			
12	 Jera			
13	 Eihwaz			
14	 Perthro			
15	 Algiz			
16	 Sowilo			
17	 Tiwaz			
18	 Berkano			
19	 Ehwaz			
20	 Mannaz			
21	 Laguz			
22	 Ingwaz			
23	 Othala			
24	 Dagaz			

Идём по кругу: Fehu → Dagaz и обратно к Fehu. Внутри каждой матрицы проходятся три круга — красный, зелёный, синий.