



# Tradingdagbok.

Bli en strategisk trader.

## TRINN 1

Dette er en tradingdagbok som skal hjelpe deg å loggføre dine handler. Tabellen er laget for at du skal ha øversikt over hver enkelt handel.

- Skriv ned datoen og navnet på instrumentet du handler.
- Har du gått long eller short?
- Hva var kursen når du kjøpte og solgte produktet?
- Hvordan følte du deg?
- Handlet du følelsemessig eller rasjonelt?
- Hva ble gevinsten? Eller hvor mye tapte du?
- Hvorfor åpnet du posisjonen? Og hvorfor solgte du?

## TRINN 2

Tilslutt ta notater og vurder tradingen din. Gjør det over dager og uker, og deretter analyser den:

- Når lykkes du?
- Er det noen mønstre?
- Hva er målet ditt?

### TRENGER DU HJELP?

**Kundeservice:**

22 01 97 02

[post@cmcmarkets.no](mailto:post@cmcmarkets.no)

### ET EKSEMPEL:

| DATO               | INSTRUMENT | LONG/<br>SHORT | INNGANG      |                | UTGANG       |                | GEVINST/<br>TAP | YTTERLIG<br>PRISUTVIKLING I<br>MIN RETNING? | GRUNNEN TIL  |                       | NOTAT   |
|--------------------|------------|----------------|--------------|----------------|--------------|----------------|-----------------|---|--|-----------------------|---|
|                    |            |                | KURS         | STEMNING       | KURS         | STEMNING       |                 |   | INNGANG  | EXIT                  |   |
| 02.04. —<br>22.04. | Gold Cash  | ^              | 1594,28<br>0 | 😊 😐 😞<br>○ ● ○ | 1705,4<br>45 | 😊 😐 😞<br>○ ● ○ | + 111,165       | ✓   | Ny toppnotering<br>bekreftet den<br>oppadgående<br>trenden | Take Profit<br>utløst | Take Profit med<br>10% over<br>inngangskursen |

CFDer er komplekse finansielle instrumenter og investeringer i disse innebærer høy risiko for å tape penger raskt, grunnet gearing. 78% av ikke-profesjonelle kunder taper penger når de handler i slike produkter med denne tilbydereren. Du bør vurdere om du forstår hvordan CFDer fungerer og om du har råd til å ta den høye risikoen for å tape pengene dine.

| DATO | INSTRUMENT | LONG/<br>SHORT | INNGANG |   | UTGANG |   | GEVINST/<br>TAP | YTTERLIG<br>PRISUTVIKLING I<br>MIN RETNING? | GRUNNEN TIL |        | NOTAT |
|------|------------|----------------|---------|---|--------|---|-----------------|---|-------------|--------|-------|
|      |            |                | KURS    | STEMNING  | KURS   | STEMNING  |                 |   | INNGANG     | UTGANG |       |
|      |            |                |         | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |        | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |                 |   |             |        |       |
|      |            |                |         | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |        | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |                 |   |             |        |       |
|      |            |                |         | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |        | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |                 |   |             |        |       |
|      |            |                |         | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |        | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |                 |   |             |        |       |
|      |            |                |         | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |        | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |                 |   |             |        |       |
|      |            |                |         | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |        | <input type="radio"/> 😊<br><input type="radio"/> 😐<br><input type="radio"/> 😞 |                 |   |             |        |       |