



CÓMO PLANEÓ MEJORAR

2.

EN MIS RELACIONES:

GRANDES GANANCIAS DURANTE ESTE DESAFÍO CELEBRAR

CELEBRAR

10

10

SEGUÍ EN EL CAMINO: S N

PROGRESO:

SEGUÍ EN EL CAMINO: S N

PROGRESO:

SEGUÍ EN EL CAMINO: S N

PROGRESO:



THE 15 DAY CHALLENGE™

DÍA 1

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

DÍA 2

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

DÍA 3

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ JASO	S	N

NOTAS:

DÍA 4

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

DÍA 5

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

RESUMEN DE 5 DÍAS:

[illegible]



ONZAS

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ JASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

RESUMEN DE 5 DÍAS:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal purple lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.



ONZAS

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ JASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ JASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ JASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

AGUA	S	N
30 MIN DE EJERCICIO	S	N
NRG	S	N
NUTRABURST	S	N
TÉ IASO	S	N

NOTAS:

RESUMEN DE 5 DÍAS:

[illegible]