

30 DAGEN GEZONDER

1 t/m 30 maart

www.30dagegezonder.nl

Ja, ik ga de
uitdaging aan!



Datum:

.....

Handtekening:

.....

Afspraak

Mijn uitdaging is:

Mijn ervaringen in 30 dagen:



maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
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	31	Gelukt?!			



Hang deze afspraak op een goed zichtbare plek!