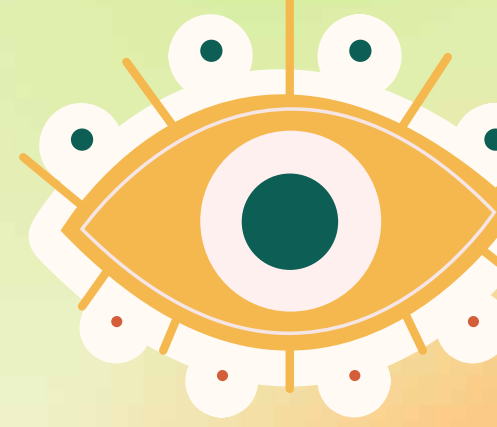


GOOD
things are coming

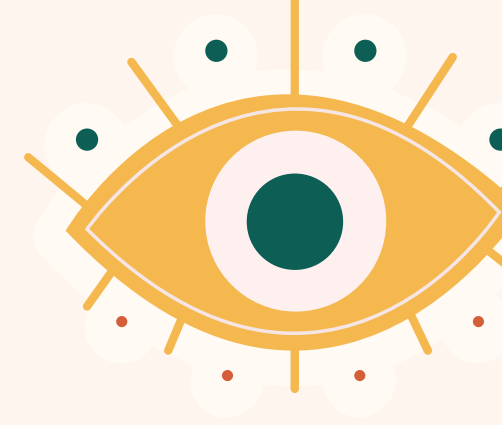


HABIT *tracker*



foodies
BY 3FITFOODIES 360





HABIT TRACKER

Este habit tracker es una excelente forma de ayudarte a llevar un control de los hábitos que quieres crear o mejorar hasta que la constancia haga su magia. La idea es que anotes aquellas cosas que quieres que se vuelvan un hábito en tu vida.

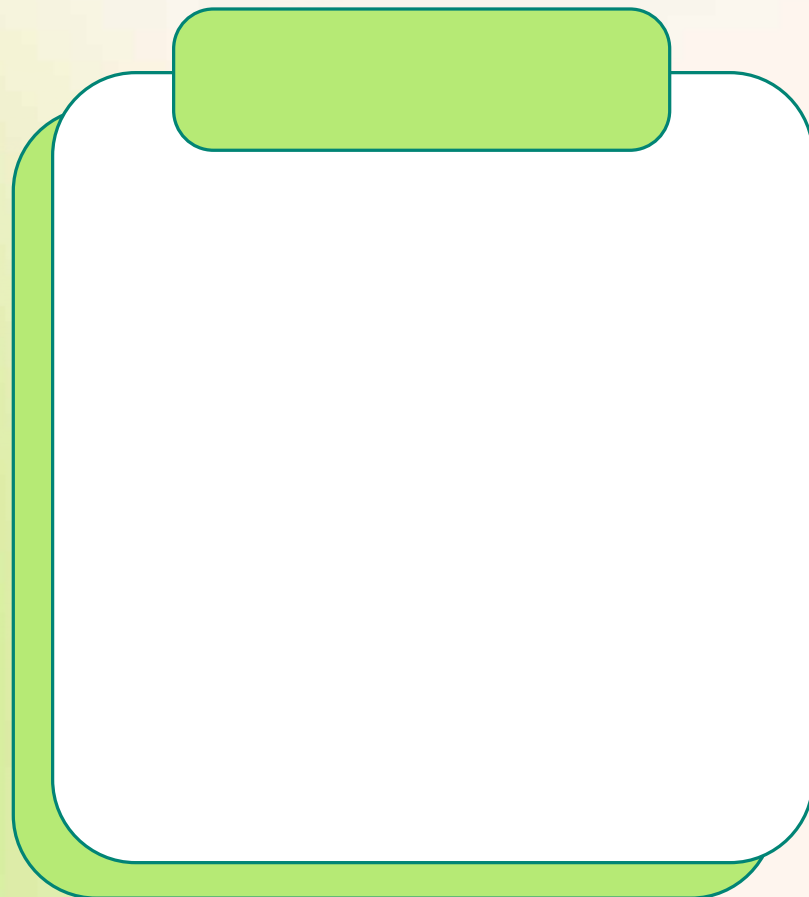
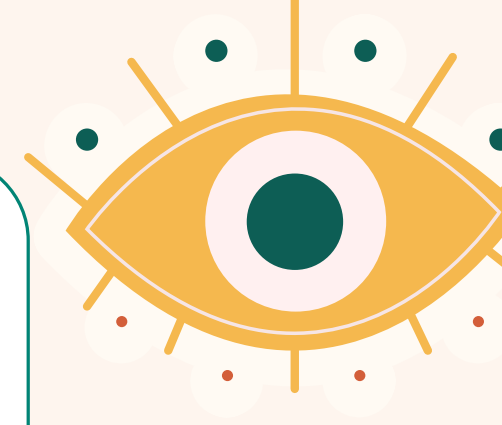
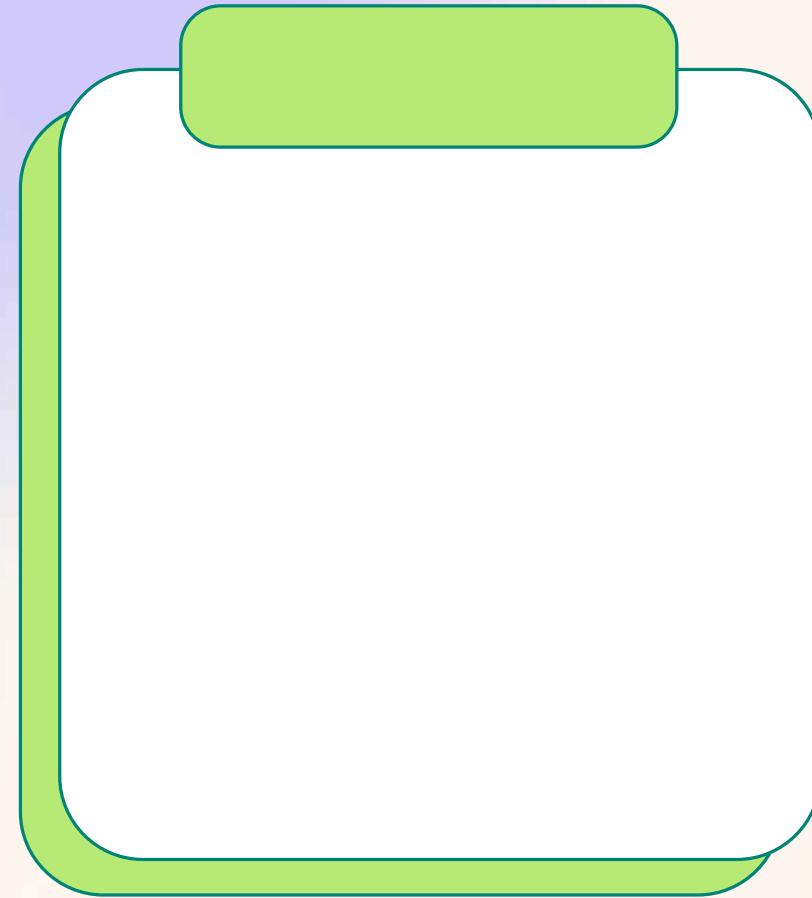
Hay muchas cosas que puedes colocar en tu Habit Tracker.

No necesariamente tienen que ser relacionadas a nutrición, lo ideal es que sean pequeños pasos que te ayuden a mejorar tu calidad de vida.



GOOD
things are coming

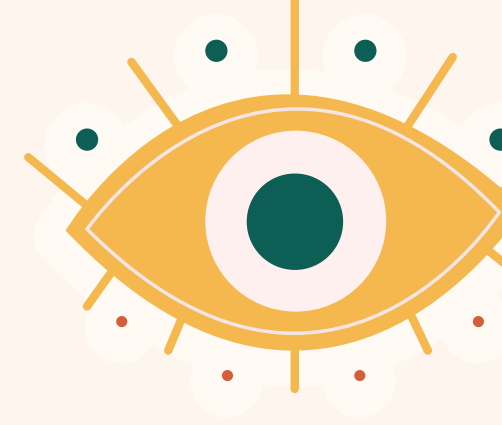
¿QUÉ OBSTÁCULOS TUVE LOS DÍAS QUE NO PUDE CUMPLIR CON MI META?



¿QUÉ PUEDO HACER PARA SUPERAR ESOS OBSTÁCULOS LA PRÓXIMA VEZ QUE SE ME PRESENTEN?



GOOD
things are
coming



GRACIAS POR FORMAR
PARTE DE LA

Familia
Foodie



@3fitfoodies

