

DÉFI 30 JOURS

MON DÉFI : _____

1	START
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

20	
19	
18	
17	
16	
15	
14	
13	
12	
11	

21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	FINISH!

