

Reto de Bienestar Chica Verdadera

MAYO 2022

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

REGISTRO DE PUNTOS SEMANAL

MADRE:

HIJA:

REGISTRO DE PUNTOS SEMANAL

MADRE:

HIJA:

REGISTRO DE PUNTOS SEMANAL

MADRE:

HIJA:

REGISTRO DE PUNTOS SEMANAL

MADRE:

HIJA:

REGISTRO DE PUNTOS SEMANAL

MADRE:

HIJA:

1    	2    	3    	4     ¡UN GRAN COMIENZO!	5    	6    	7    
8    	9    	10    	11    	12    	13    	14     ¡MANTENTE MOTIVADA!
15    	16     ¡SÉ UNA BUENA COMPETIDORA!	17    	18    	19    	20    	21    
22    	23    	24    	25    	26    	27     ¡CASI LO LOGRASI!	28    
29    	30    	31     ¡LO LOGRASTE!				 ¡PUEDES HACERLO!

META INGESTA DE AGUA

10 PUNTOS POR DÍA

META EJERCICIO

5 PUNTOS POR DÍA

Madre

COLOR

META INGESTA DE AGUA DIARIA



META DE EJERCICIO SEMANAL



Hija

COLOR

META INGESTA DE AGUA DIARIA



META DE EJERCICIO SEMANAL



GANADORA DEL RETO

