

#POWITAJLATO

30 dni pozytywnych przygotowań do lata

| | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------------------------|-----|------------------------------------|------------------|
| WODA Z CYTRYNĄ NA CZCZO 1. | BIAŁKOWA KOLACJA 2. | TRENING SIŁOWY 3. | 4. | 5. | NESTLE FITNESS Z JOGURTEM 6. | 7. |
| JAGLANKA NA ŚNIADANIE 8. | 9. | 10. | UŚMIECHNIJ SIĘ! 11. | 12. | 13. | CHEATMEAL 14. |
| 15. | SEZON NA SZPARAGI 16. | 17. | JESTEŚ PIĘKNA! 18. ♡ | 19. | 1,5 LITRA WODY DZIENNIE 20. | 21. |
| TRENING NA CZCZO 22. | 23. | MOŻESZ WIĘCEJ! 24. | 25. | 26. | 27. | 28. |
| CORAZ BLIŻEJ LATO! 29. | 30. | | | | | |
| <i>Eat</i> | <i>Think Positive</i> | | | | | <i>Act</i> |

Fashionelka

BY ELIZA WYDRYCH