

HVAD GIVER DINE VANER DIG?

	MAN	TIRS	ONS	TORS	FRE	LØR	SØN
SØVN							
MAD & DRIKKE							
DAGLIG. BEVÆG.							

HVAD GIVER DINE VANER DIG?

	MAN	TIRS	ONS	TORS	FRE	LØR	SØN
MOTION/ TRÆNING							
STILLE STUND							
ENERGI/ OVERSKUD/ HUMØR							
VELVÆRE							
SML SCORE							