DESAFIO 20 DIAS COM A NUTRI

NOME:

PESO META: _____

PRAZO PARA ATINGIR O PESO META: _____

CAROLINE TREVISAN
Nutricionista e Coach

DATA	PESO	BUSTO (cm)	CINTURA (cm)	QUADRIL (cm)	ALIMENTAÇÃO							OBSERVAÇÕES
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												