TOTAL LIFE CHANGES®
HOME OF
THE 15 DAY CHALLENGE™

3 PASOS. 15 DÍAS. UN CAMBIO TOTAL DE VIDA.

PRODUCTOS

Nutra, energice y purifique su potencial

+

HIDRATACIÓN

Beba su requerimiento recomendado diario de agua

+

MOVERSE MÁS

Recomendamos 30 minutos de ejercicio diario

LISTA DEL ESTILO DE VIDA

¡Bienvenido a su Lista de Verificación del Estilo de Vida! Esta herramienta sirve como su compañero de salud y bienestar, guiándole hacia la consistencia. Al final de cada día, marque los pasos que completó.

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15
Tomar Productos	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Beber Agua	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Moverse Por 30 Minutos	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○