

BOOTY Business 100 dagen checklist

1.....cm ma	2 di	3 wo	4 do	5 vr	6 zat	7 zon	8 ma	9 di	10.....cm wo
11 do	12 vr	13 zat	14 zon	15 ma	16 di	17 wo	18 do	19 vr	20.....cm zat
21 zon	22 ma	23 di	24 wo	25 do	26 vr	27 zat	28 zon	29 ma	30.....cm di
31 wo	32 do	33 vr	34 zat	35 zon	36 ma	37 di	38 wo	39 do	40.....cm vr
41 zat	42 zon	43 ma	44 di	45 wo	46 do	47 vr	48 zat	49 zon	50.....cm ma
51 di	52 wo	53 do	54 vr	55 zat	56 zon	57 ma	58 di	59 wo	60.....cm do
61 vr	62 zat	63 zon	64 ma	65 di	66 wo	67 do	68 vr	69 zat	70.....cm zon
71 ma	72 di	73 wo	74 do	75 vr	76 zat	77 zon	78 ma	79 di	80.....cm wo
81 do	82 vr	83 zat	84 zon	85 ma	86 di	87 wo	88 do	89 vr	90.....cm zat
91 ma	92 di	93 wo	94 do	95 vr	96 zat	97 zon	98 ma	99 di	100.....cm wo

1. Zet een vinkje als je **100%** volgens de snel start richtlijnen hebt **gegeten** die dag.
2. Maak elke **10** dagen vooruit, **2** dagen rood om **1** cheatmaaltijd per dag te **plannen**.
3. Jouw streven is een **80%** succes score aan het einde van de **100** dagen.
4. Elke **10** dagen meet je de omvang van je **heupen en buik** op.

BOOTY BUSINESS BY

