

30 days Challenge  Plus Mince Plus Jeune

<i>Jour 1</i> 50	<i>Jour 2</i> 55	<i>Jour 3</i> 60	<i>Jour 4</i> REPOS	<i>Jour 5</i> 70	<i>Jour 6</i> 75	<i>Jour 7</i> 80
<i>Jour 8</i> REPOS	<i>Jour 9</i> 100	<i>Jour 10</i> 105	<i>Jour 11</i> 110	<i>Jour 12</i> REPOS	<i>Jour 13</i> 130	<i>Jour 14</i> 135
<i>Jour 15</i> 140	<i>Jour 16</i> REPOS	<i>Jour 17</i> 150	<i>Jour 18</i> 155	<i>Jour 19</i> 160	<i>Jour 20</i> REPOS	<i>Jour 21</i> 180
<i>Jour 22</i> 185	<i>Jour 23</i> 190	<i>Jour 24</i> REPOS	<i>Jour 25</i> 220	<i>Jour 26</i> 225	<i>Jour 27</i> 230	<i>Jour 28</i> REPOS
<i>Jour 29</i> 240	<i>Jour 30</i> 250	-	-	-	-	-