



MERRY Christmas

CALENDRIER DE L'AVENT 2023

Offert par :

Candice FITCOACH
Coach sportive diplômée spécialiste
Perte de gras et Corps tonique
sans régime



MOT DE LA COACH



Noel approche ! Je te propose de finir l'année en beauté avec un mois de Décembre rempli de surprises et de bonnes ondes. Cette année, je t'offre un **Calendrier de l'Avent spécial SPORT**. Ce calendrier va te faire brûler des calories et te motiver à bouger pour garder la forme même en Décembre, c'est possible tu verras ! A partir du 1 Décembre, rendez-vous chaque jour sur mes pages Instagram et Facebook pour découvrir une surprise avec l'ouverture d'une case.

Pour ne rien louper et recevoir l'alerte lors de l'ouverture d'une case, je te recommande de :

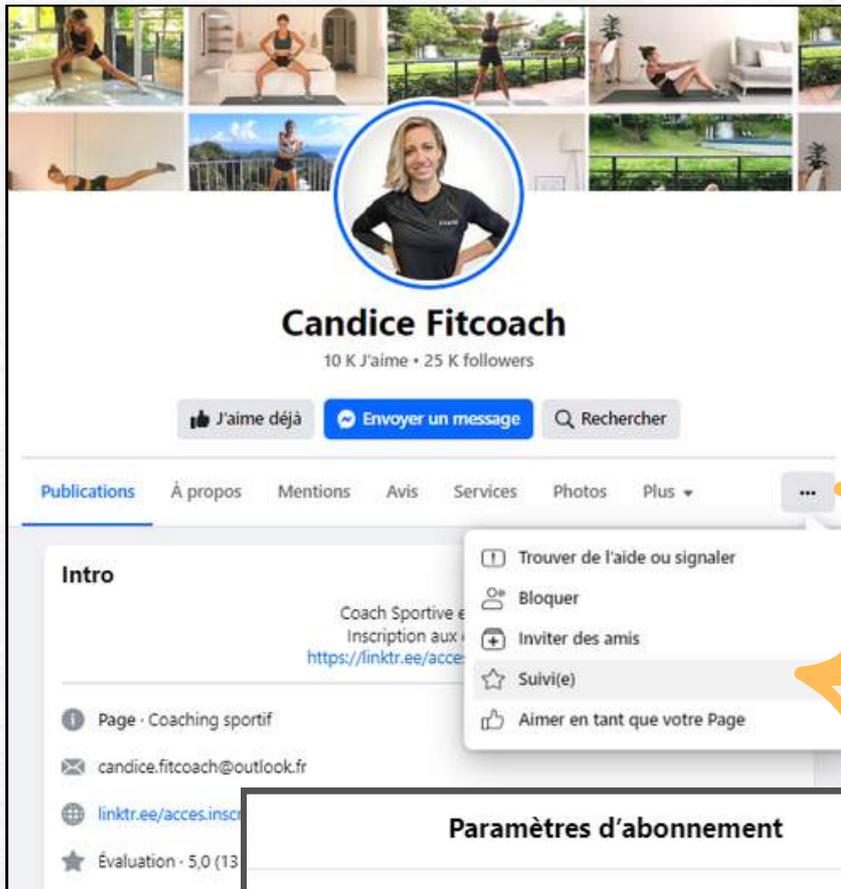
- **ETRE ABONNE** à mes 3 pages Facebook, Instagram et Youtube.
- **ACTIVER LES NOTIFICATIONS** pour ne pas louper ta séance, ton défi sport et les cadeaux à venir (plus de 500€ à gagner)

Clique sur l'icône pour t'abonner :



EXEMPLE

Comment activer tes notifications sur facebook pour ce Calendrier ?



Rendez-vous sur la page de Candice FITCOACH.

(visuel sur ordinateur)

1

2

3

Favoris

Standard

Toutes les notifications

Toutes les notifications

Activée

METTRE A JOUR



1 recette
de Noël

Tous les **lundis**



1 séance
sur Youtube

Tous les **mardis** (RDV 18h30).
Replay disponible



Un cadeau
à gagner

Tous les **mercredis** (concours)
sur Instagram / Facebook



Boire
2L d'eau

Tous les **jeudis** (DEFI sur la journée)



1 séance
sur Youtube

Tous les **vendredis** (RDV 18h30)



Défi Sport
10 000 pas

Tous les **samedis** (DEFI sur la journée)



1 séance
en LIVE sur
facebook

Tous les **dimanches** (RDV 11h)
Replay disponible



2023 CALENDRIER

Lundi Mardi Mercredi Jeudi Vendredi Samedi Dimanche

					1 	2 	3
4 	5 	6 	7 	8 	9 	10 	
11 	12 	13 	14 	15 	16 	17 	
18 	19 	20 	21 	22 	23 	24 	



FICHE DE SUIVI

à imprimer

Lundi Mardi Mercredi Jeudi Vendredi Samedi Dimanche

Je coche les séances et défis validés



1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

4  <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6  <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10 <input type="checkbox"/>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	--------------------------------

11  <input type="checkbox"/>	12 <input type="checkbox"/>	13  <input type="checkbox"/>	14 <input type="checkbox"/>	15 <input type="checkbox"/>	16 <input type="checkbox"/>	17 <input type="checkbox"/>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------

18  <input type="checkbox"/>	19 <input type="checkbox"/>	20  <input type="checkbox"/>	21 <input type="checkbox"/>	22 <input type="checkbox"/>	23 <input type="checkbox"/>	24 <input type="checkbox"/>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------



