

# JANUARY FIRST

---

Un outil pour organiser vos journées et enfin tenir vos résolutions



## Fini les fausses résolutions.

Entrez vos objectifs de la semaine. Notre équipe s'occupe du reste.

Je veux manger mieux et faire du sport...



Appuyez sur Entrée pour commencer ✨

Décrivez vos objectifs à Bob, notre orchestrateur. Donnez lui vos contraintes pour qu'il puisse s'organiser..



## Nutritionniste

Spécialiste

Votre programme nutritionnel adapté à votre emploi du temps étudiant :

👉 Petits-déjeuners (adaptés à vos cours):

- Lundi 7h30 : Porridge protéiné avant les maths (énergie longue durée)
- Mardi : Smoothie express avant le HIIT
- Mercredi : Œufs brouillés et avocat (pas de cours avant 8h)
- Jeudi : Yaourt grec avec granola
- Vendredi : Pancakes rapides avant marketing

Demander à Nutritionniste...



Bob appelle des agents spécialistes pour étudier vos différents objectifs.

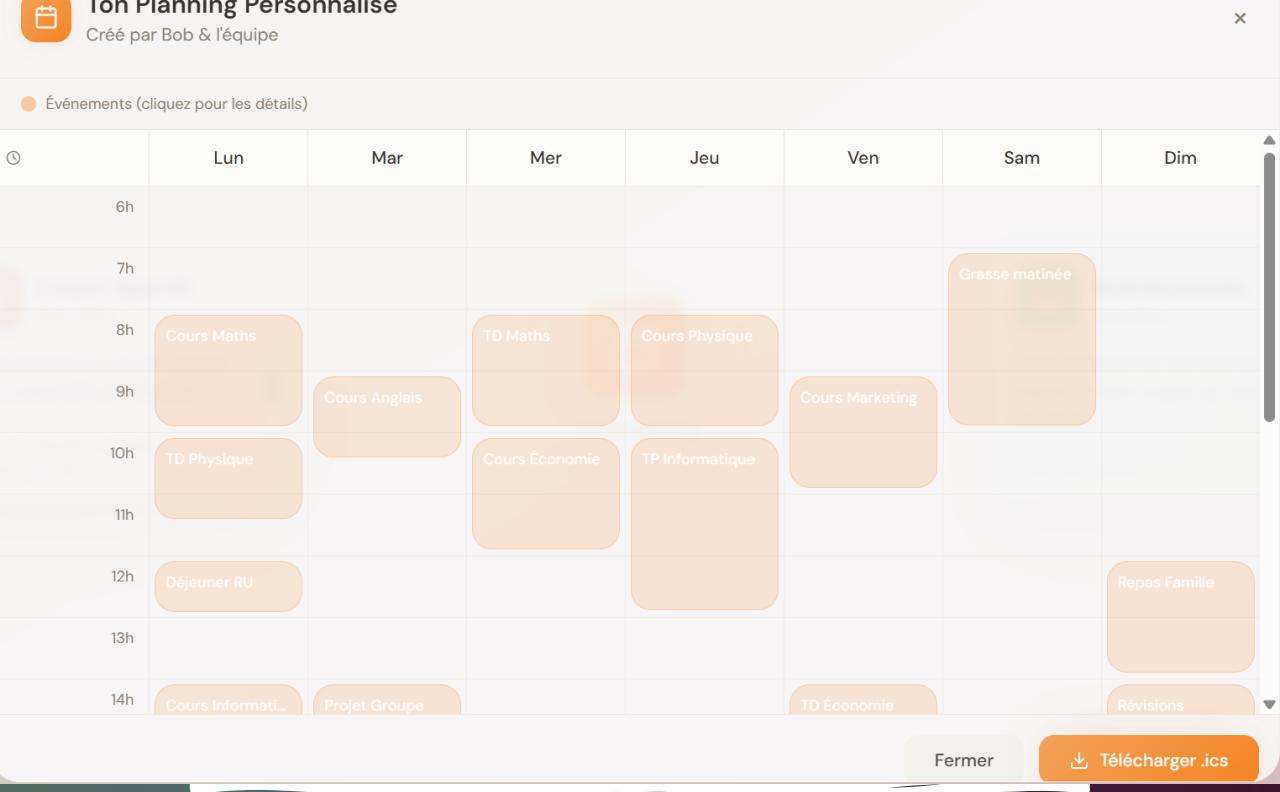
Vous pouvez voir en temps réel la réflexion de chacun d'entre eux.

 **Ton Planning Personnalisé**  
Créé par Bob & l'équipe

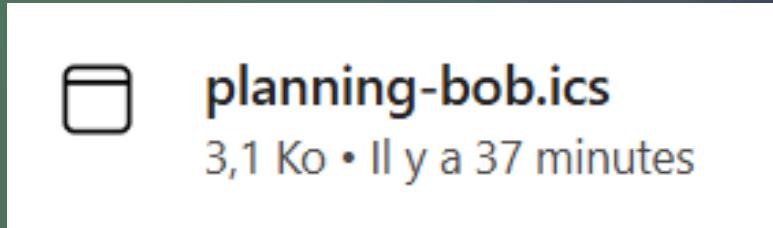
☰ Événements (cliquez pour les détails)

⌚	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
6h							
7h							
8h	Cours Maths		TD Maths	Cours Physique		Grasse matinée	
9h		Cours Anglais			Cours Marketing		
10h	TD Physique		Cours Économie	TP Informatique			
11h							
12h	Déjeuner RU					Repas Famille	
13h							
14h	Cours Informati...	Projet Groupe		TD Économie		Révisions	

Fermer  Télécharger .ics



Une fois que Bob a reçu l'expertise de chaque agent, il arbitre et vous donne votre calendrier téléchargeable pour accomplir vos objectifs. Chaque évènement est précisément décrit, vous êtes à la fois guidé et organisé.



Une fois que votre calendrier est téléchargé, il est au format ics, vous pouvez directement le mettre dans votre calendrier en ligne préféré !