

☐ fruits

☐ salade de fruits

☐ légume crus

☐ graines germés

☐ tisane

description alimentaire

description jeûn

projets:

Who is AI

livre Inaya


theâtre bois


plegSys


autre

note

sommeil:

corps: /10

mental: /10

esprit: /10

habitudes/disciplines

maison

visualiser

yogi

sport

guitar

☐ fruits

☐ salade de fruits

☐ légume crus

☐ graines germés

☐ tisane

description alimentaire

description jeûn

projets:

Who is AI

livre Inaya


theâtre bois


plegSys


autre

note

sommeil:

corps: /10

mental: /10

esprit: /10

habitudes/disciplines

maison

visualiser

yogi

sport

guitar