

# Forward Challenge

<b>Giorno 1:</b> bevi tanta acqua <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 2:</b> foodspring Workout A <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 3:</b> dormi 7 ore <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 4:</b> fai un pasto colorato <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 5:</b> foodspring Workout B <input type="checkbox"/>
<b>Giorno 6:</b> relax! <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 7:</b> sorridi! <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 8:</b> green smoothie <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 9:</b> foodspring Workout A <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 10:</b> trash challenge! <input type="checkbox"/>
<b>Giorno 11:</b> zero zucchero! <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 12:</b> foodspring Workout B <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 13:</b> chiama un amico/ famigliare <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 14:</b> stretching <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 15:</b> colazione sana <input type="checkbox"/>
<b>Giorno 16:</b> foodspring Workout A <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 17:</b> gratitudine <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 18:</b> prepara una torta <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 19:</b> foodspring Workout B <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 20:</b> prenditi cura di te <input type="checkbox"/>
<b>Giorno 21:</b> 6.000 passi <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 22:</b> novità in tavola <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 23:</b> foodspring Workout A <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 24:</b> zero plastica! <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 25:</b> sei ciò che mangi <input type="checkbox"/>
<b>Giorno 26:</b> foodspring Workout B <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 27:</b> riordina <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 28:</b> credi in te stesso! <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 29:</b> cucina in modo sano <input type="checkbox"/>	<b>Giorno 30:</b> foodspring Workout A <input type="checkbox"/>

**Going forward**