

marcheurs



DÉFI DE 30 JOURS

© darebee.fr

découpez en séries
plus faciles à réaliser

1 5,000 pas	2 5,500 pas	3 6,000 pas	4 5,000 pas	5 6,500 pas
6 7,000 pas	7 7,500 pas	8 5,000 pas	9 8,000 pas	10 8,500 pas
11 9,000 pas	12 5,000 pas	13 9,500 pas	14 10,000 pas	15 10,500 pas
16 5,000 pas	17 11,000 pas	18 11,500 pas	19 12,000 pas	20 5,000 pas
21 12,500 pas	22 13,000 pas	23 13,500 pas	24 5,000 pas	25 14,000 pas
26 14,500 pas	27 15,000 pas	28 5,000 pas	29 15,500 pas	30 16,000 pas