HEALTHY HABITS CHALLENGE – auf zu gesunden Gewohnheiten

Wir freuen uns sehr, dass du an der Healthy Habits Challenge teilnimmst und etwas an deinen Gewohnheiten verändern möchtest. In vier Wochen begleiten wir dich Step by Step zu mehr Gesundheit in deinem Alltag. Mit täglichen Wissens-Snacks und kleinen Aufgaben schaffst du es, neue Gewohnheiten zu entwickeln und lernst praktische Tipps und Tricks kennen, um diese zu deiner neuen Routine werden zu lassen.

Als zusätzlichen kleinen Ansporn, die vier Wochen am Ball zu bleiben, haben wir uns ein kleines Rätsel für dich überlegt. An jedem Tag der Challenge hat sich genau ein Buchstabe in einem Video oder einem Arbeitsblatt versteckt. Findest du ihn?

Drucke dir das Dokument einfach aus und trage die Buchstaben in das richtige Feld unten ein. Am Ende der Challenge werden allerdings nicht alle Felder gefüllt sein, ein paar Lücken musst du selbst herausfinden. Worauf wartest du noch? Lass uns loslegen!

KNACKST DU DAS RÄTSEL?

Wir wünschen dir viel Erfolg!

„__ __ __ __ __ __/ __ __ __ __ __