

Défi 69 :

Aujourd'hui, passez une heure à marcher, courir, faire du vélo, essayer une nouvelle



salle de sport, danser, yogater kundalini...

Transpirez, amusez vous...Donnez tout ce que vous avez en pensant à votre envol, à vos rêves qui se mettent en place et n'oubliez pas de respirez profondément.

Bonne journée remuante..respirante

Florence

"l'avenir on ne le subit pas, on le fait" G. Bernanos