

Adopta un hábito



Hábitos

Semana 1

Semana 2

Semana 3

Comer vegetales a diario



30 minutos de lectura



Caminar 10.000 pasos



Marca un Kokoro (corazón) cada vez que realices el hábito correspondiente. Cuando completes la línea, recuerda recompensarte.

Kokoro Clinic El Escorial

C/ Independencia, 2

info@kokoroclinics.es 692 96 15 99