



NEW CHALLENGE

Challenge éducatif de 7 jours



06.02 - 12.02



+400

Participez à notre challenge éducatif compétitif de 7 jours ! L'objectif est d'atteindre le plus grand nombre de points d'entraînement possible à travers l'apprentissage en matière d'alimentation, d'exercice, de gestion du stress et de pleine conscience.

Mesurez-vous à tous les utilisateurs, gagnez des diamants pour avoir complété le cercle éducatif et améliorez vos connaissances sur la santé et le bien-être !



NEW CHALLENGE

Challenge de pleine conscience du week-end

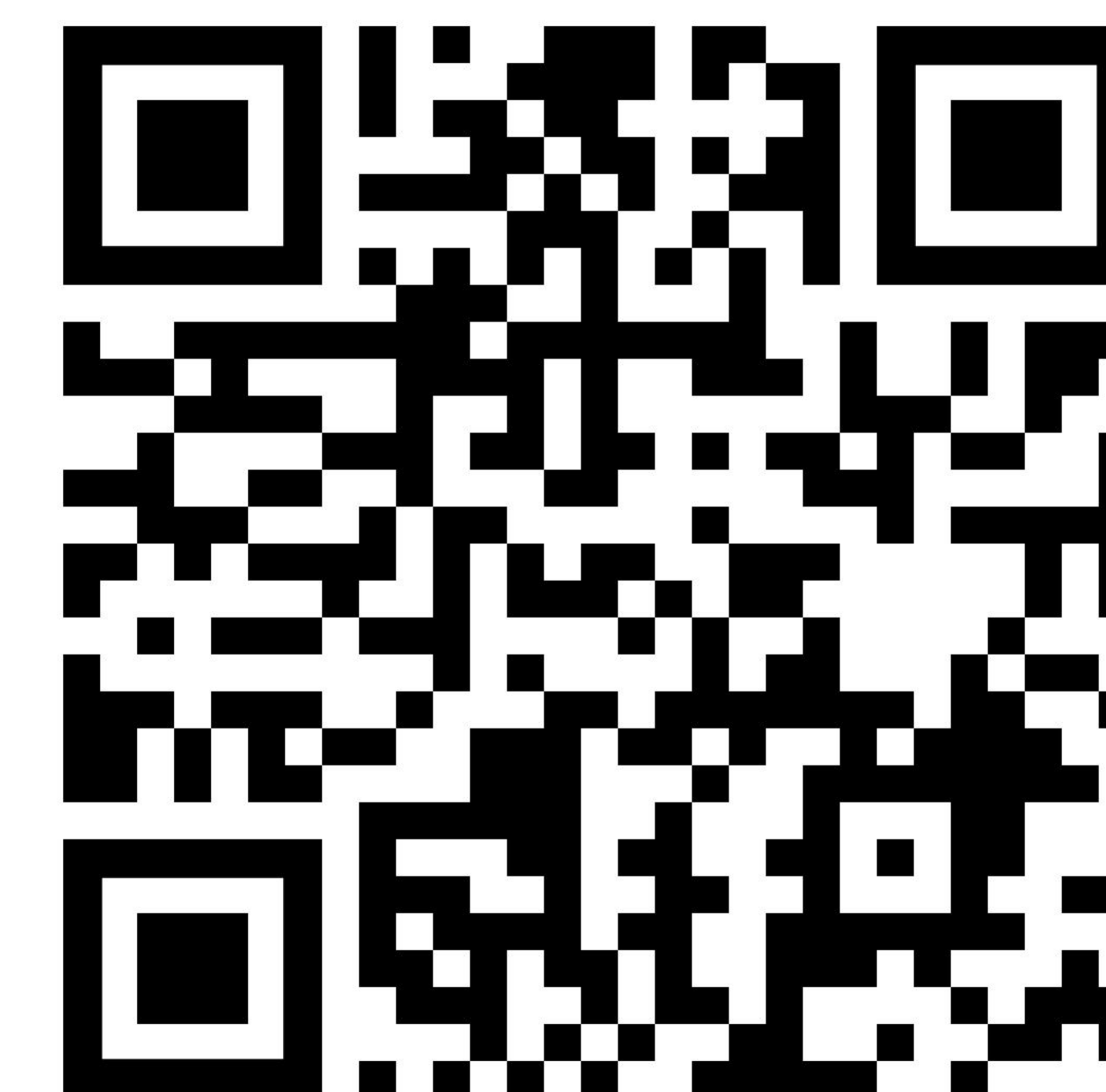


17.02 - 19.02



+400

Participez à notre challenge de pleine conscience de 3 jours (du vendredi au dimanche) ! Fixez-vous comme objectif d'atteindre 5 points d'entraînement par jour pour découvrir les bienfaits de la pleine conscience sur la santé mentale. Engagez-vous pour améliorer votre bien-être et découvrez de nouvelles perspectives dans votre vie quotidienne.



NEW CHALLENGE

Challenge des pas compétitif



20.02 - 05.03



+400

Participez à notre challenge des pas et mesurez-vous à d'autres utilisateurs pour voir qui parviendra à effectuer le plus de pas en 2 semaines.

Il s'agit d'un excellent moyen de vous motiver à rester actif et à atteindre vos objectifs en matière d'activité physique. Avec la nouvelle fonction de partage de vos progrès, vous pouvez faire part de vos réussites à vos amis. Inscrivez-vous dès maintenant et démontrez vos succès !