

### SO GEHT'S:

Die Vibono Fastenzeit-Challenge geht von Aschermittwoch bis Ostersonntag. Wir haben dir hier ein paar Vorschläge gemacht, du kannst aber auch eigene Ideen wie "Kein Fleisch" als "Persönliche Challenge" definieren.

Während der 45 Tage kannst du täglich entscheiden, welche Herausforderung du annehmen möchtest und dir pro bestandene Challenge einen Punkt eintragen. Diese Punkte kannst du dann rechts und unten zusammenrechnen.

Mit einem unserer Abos fällt dir die Vibono Fastenzeit-Challenge sicher leichter! **Viel Erfolg!**

	Null-Zucker (Obst ist okay)	Kein Alkohol	Mindestens 30 Minuten Bewegung	Mindestens eine Mahlzeit frisch gekocht	Kein Internet/ kein TV	Persönliche Challenge	SUMME
26.02.20							
27.02.20							
28.02.20							
29.02.20							
01.03.20							
02.03.20							
03.03.20							
04.03.20							
05.03.20							
06.03.20							
07.03.20							
08.03.20							
09.03.20							
10.03.20							
11.03.20							
12.03.20							
13.03.20							
14.03.20							
15.03.20							
16.03.20							
17.03.20							
18.03.20							
19.03.20							
20.03.20							
21.03.20							
22.03.20							
23.03.20							
24.03.20							
25.03.20							
26.03.20							
27.03.20							
28.03.20							
29.03.20							
30.03.20							
31.03.20							
01.04.20							
02.04.20							
03.04.20							
04.04.20							
05.04.20							
06.04.20							
07.04.20							
08.04.20							
09.04.20							
10.04.20							
11.04.20							
<b>SUMME</b>							

**Kostenlose App:**  
[www.vibono.de/app](http://www.vibono.de/app)

**Tägliches Coaching:**  
[www.vibono.de/newsletter](http://www.vibono.de/newsletter)

#### JAHRES-ABO

99,- € **69,- €**  
**PRO JAHR**

- = 5,75 € pro Monat
- Alle Rezepte
- Alle E-Books sofort
- Alle Coaching-Briefe
- Zugang Coaching-Gruppe
- Sofort alle Coaching-Tipps
- 10% Rabatt auf Vibono-Produkte

#### REZEPTE-ABO

39,- € **27,- €**  
**PRO JAHR**

- = 2,25 € pro Monat
- Alle Rezepte
- My Vibono
- Kostenlose App
- Rezepte-Newsletter

#### JAHRES-ABO UPGRADE

60,- € **42,- €**  
**PRO JAHR**

- NUR für Rezepte-Abos
- Alle Rezepte
- Alle E-Books sofort
- Alle Coaching-Briefe
- Zugang Coaching-Gruppe
- Sofort alle Coaching-Tipps
- 10% Rabatt auf Vibono-Produkte

#### Weitere Infos:

[www.vibono.de/tipps/das-vibono-abnehm-coaching](http://www.vibono.de/tipps/das-vibono-abnehm-coaching)

[www.vibono.de/rezepte](http://www.vibono.de/rezepte)

[www.vibono.de/tipps](http://www.vibono.de/tipps)

[www.vibono.de/erfolge](http://www.vibono.de/erfolge)