



TREINO DA MÁSCARA



	horario do treino	tempo com máscara	estrelinha	recompensa
DIA 01	:			
DIA 02	:			
DIA 03	:			
DIA 04	:			
DIA 05	:			
DIA 06	:			
DIA 07	:			



ESTRELINHAS

recortar no tracejado para usar no campo "estrelinhas"

