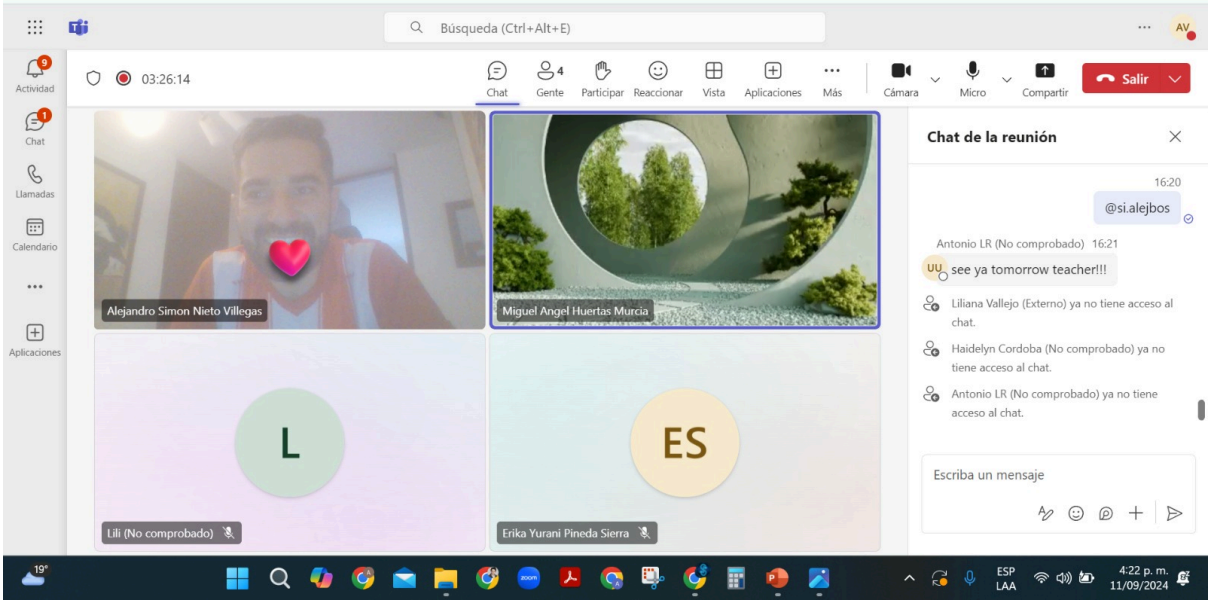
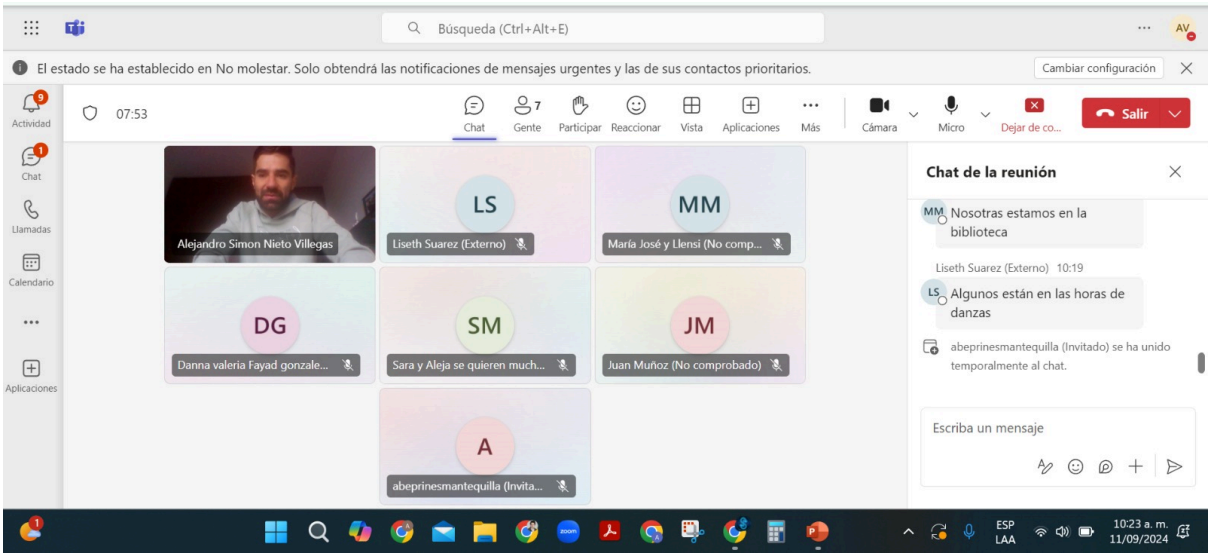
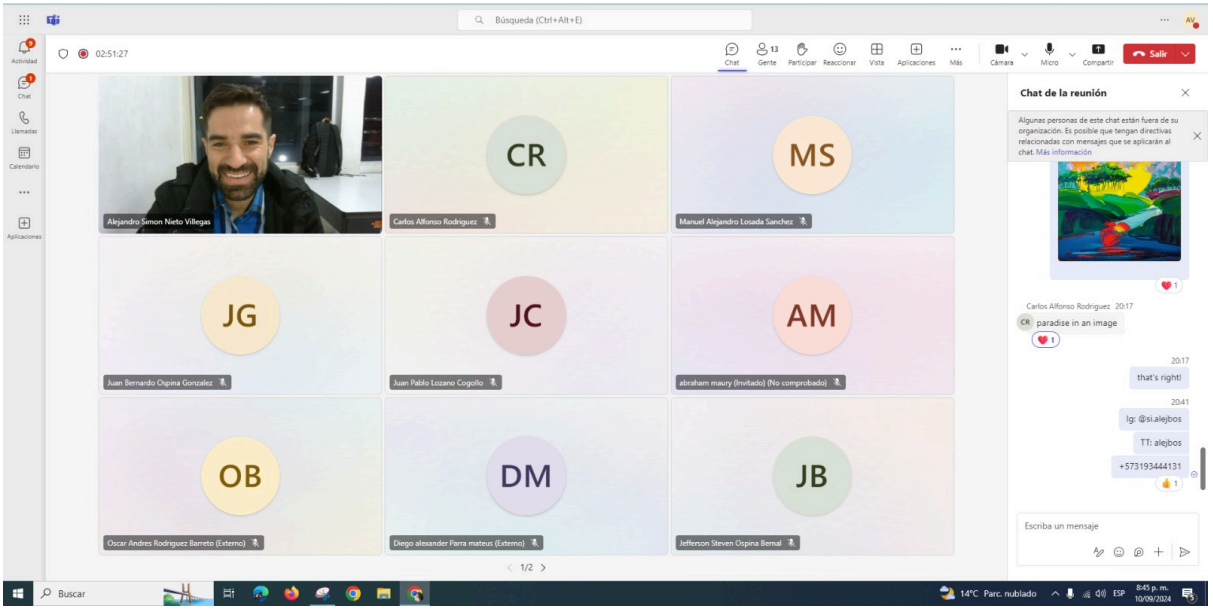
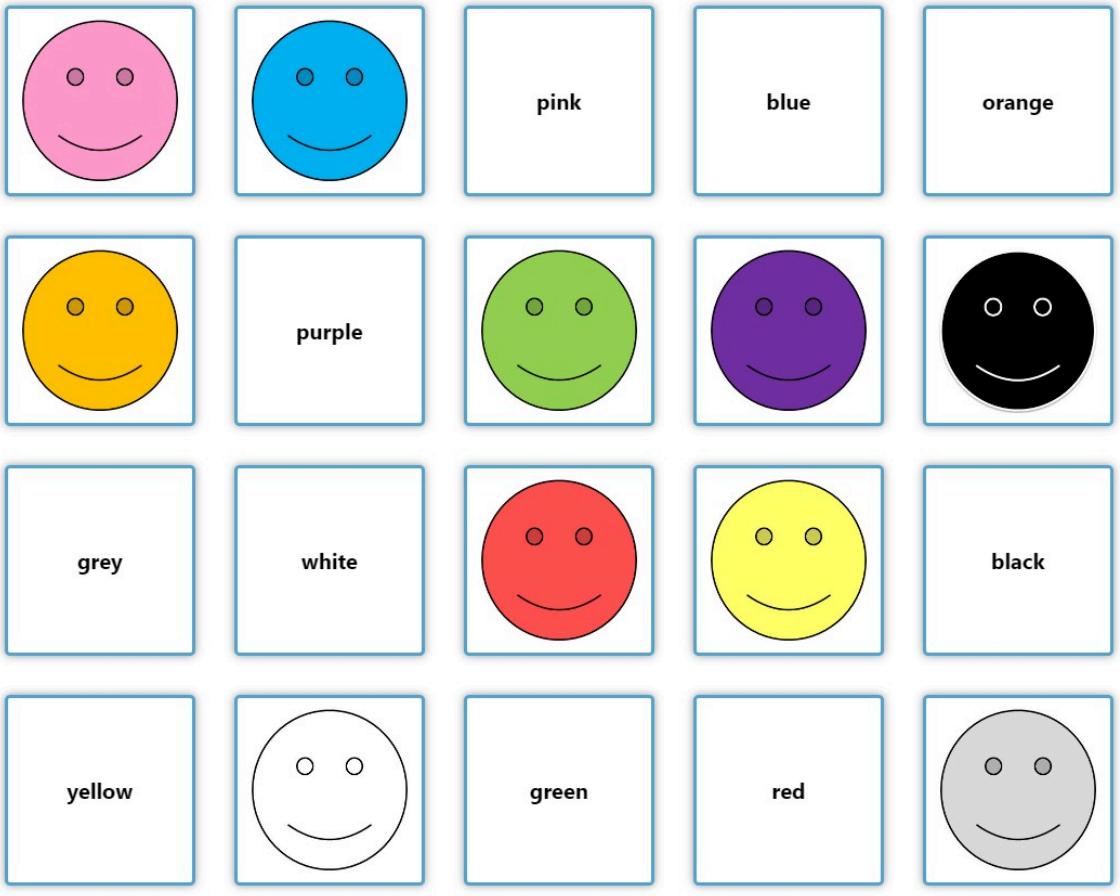
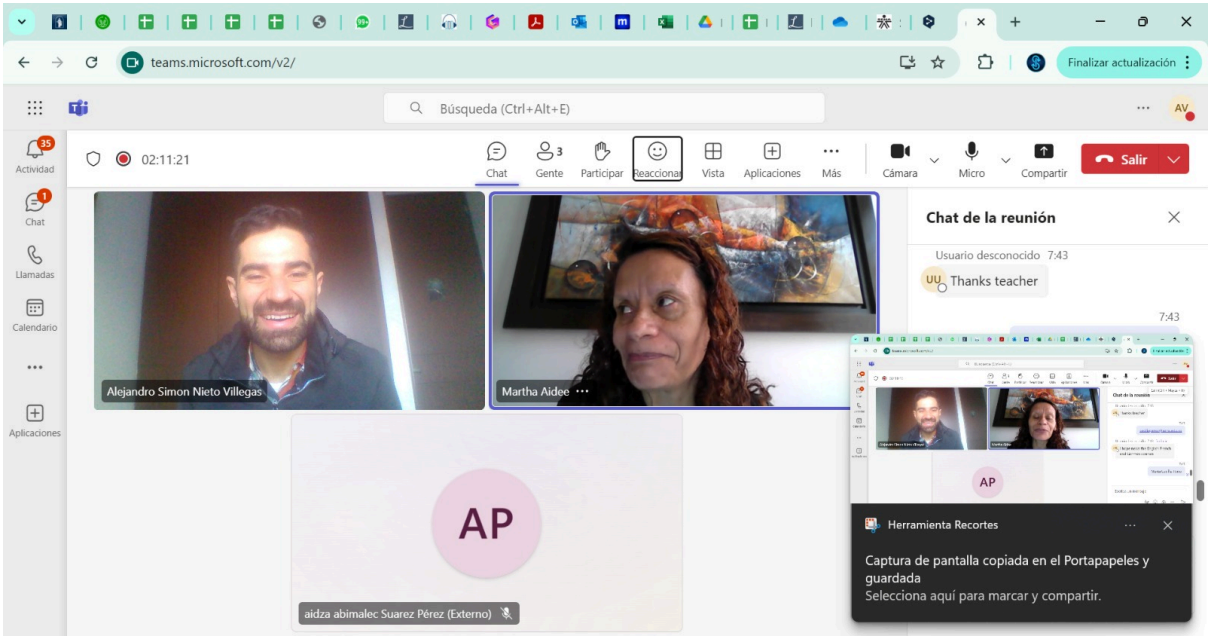
EVIDENCIAS SEPTIEMBRE 2024






Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
02:51:27
Salir
Chat de la reunión
Alejandro Simon Nieto Villegas
CR
Carlos Alfonso Rodriguez
MS
Manuel Alejandro Losada Sanchez
JG
Juan Bernardo Ospina Gonzalez
JC
Juan Pablo Lozano Cogollo
AM
abraham maury (Invitado) (No comprobado)
OB
Oscar Andres Rodriguez Barreto (Externo)
DM
Diego alexander Parra mateus (Externo)
JB
Jefferson Steven Ospina Bernal
Carlos Alfonso Rodriguez 20:17
paradise in an image
20:17
that's right!
20:41
Ig: @si.alejbos
TT: alejbos
+573193444131
Escriba un mensaje
1/2
Buscar
14°C Parc. nublado
ESP
8:45 p. m.
10/09/2024


pink
blue
orange
purple
grey
white
black
yellow
green
red


teams.microsoft.com/v2/
Finalizar actualización
Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
Actividad
Chat
Llamadas
Calendario
Aplicaciones
02:11:21
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Alejandro Simon Nieto Villegas
Martha Aidee
AP
aidza abimalec Suarez Pérez (Externo)
Chat de la reunión
Usuario desconocido 7:43
Thanks teacher
7:43
Herramienta Recortes
Captura de pantalla copiada en el Portapapeles y guardada
Selecciona aquí para marcar y compartir.


Some places that I knew
El Manantial, Nilo
Quebrada La Vieja, Bogotá
La Chaquira, San Agustín
Valle del Cocorá, Salento
Meraki, Meta
I really like hiking because each place has its charm and something to learn. I'd love to walk more trails of my amazing country.
Hiking Tips
Review information on the current situation of trails and streams.
Plan the schedules, the start and end time of the route.
Wearing comfortable clothes and shoes is the most important thing.
Bring water, snaks, sunscreen and repellent.
Go guided by a tour guide if you have never been on the trail.
Respect rivers, plants and animals and just admire them!
HIKING CLUB
+301-456-789
hiking.club@hotmail.com
LEAVE THE ROAD, TAKE THE TRAILS.

MILK NUTRITION GUIDE

NUTRITION COMPARISON FOR 8oz CUP | MORE AT CHEATDAYDESIGN.COM



Skim
80 Calories
0g Fat
12g Carbs
11g Sugar
8g Protein



1%
100 Calories
2.5g Fat
12g Carbs
12g Sugar
8g Protein



2%
120 Calories
5g Fat
12g Carbs
12g Sugar
8g Protein



Whole
150 Calories
8g Fat
12g Carbs
12g Sugar
8g Protein



Soy
110 Calories
4.5g Fat
9g Carbs
6g Sugar
8g Protein



Coconut
70 Calories
4.5g Fat
6g Carbs
5g Sugar
0g Protein



Coconut
(Unsweetened)
40 Calories
4g Fat
1g Carbs
0g Sugar
0g Protein



Almond/ Cashew
(Unsweetened)
25 Calories
2g Fat
1g Carbs
0g Sugar
1g Protein



Almond
(Sweetened)
60 Calories
2.5g Fat
8g Carbs
7g Sugar
1g Protein



Silk Protein
130 Calories
8g Fat
3g Carbs
2g Sugar
10g Protein



Oat
100 Calories
6g Fat
11g Carbs
8g Sugar
2g Protein



Rice
120 Calories
2.5g Fat
23g Carbs
10g Sugar
1g Protein



Flax
50 Calories
2.5g Fat
7g Carbs
7g Sugar
0g Protein

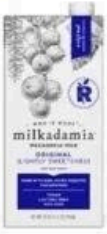


Walnut
120 Calories
11g Fat
1g Carbs
0g Sugar
3g Protein



Hemp
130 Calories
6g Fat
14g Carbs
4g Sugar
3g Protein

cheatdaydesign.com



Macadamia
70 Calories
4.5g Fat
7g Carbs
6g Sugar
1g Protein



Hazelnut
110 Calories
3.5g Fat
19g Carbs
14g Sugar
2g Protein



Pea
90 Calories
4.5g Fat
6g Carbs
5g Sugar
8g Protein



Pistachio
100 Calories
8g Fat
4g Carbs
1g Sugar
4g Protein



Goat
140 Calories
7g Fat
11g Carbs
11g Sugar
8g Protein

Types Of Berries


Blueberry


Raspberry


Strawberry


Cranberry


Blackberry


Boysenberry


Blackcurrant


Redcurrant


Goji Berry


Acai Berry


Mulberry


Tayberry


Bilberry


Elderberry


Chokeberry


Cloudberry

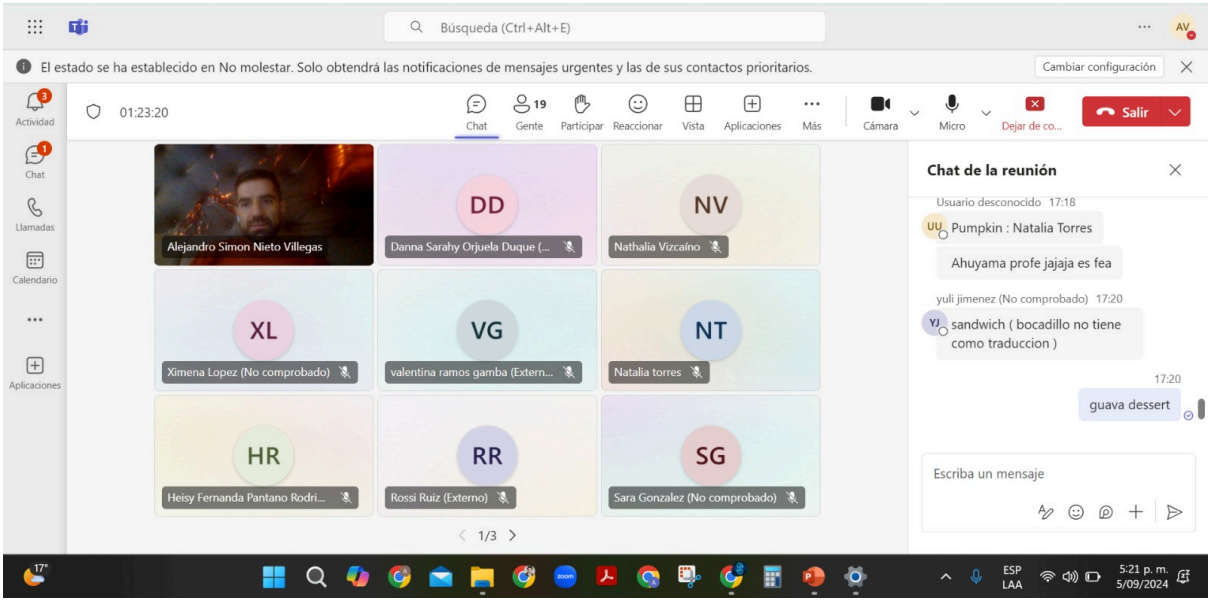

Gooseberry

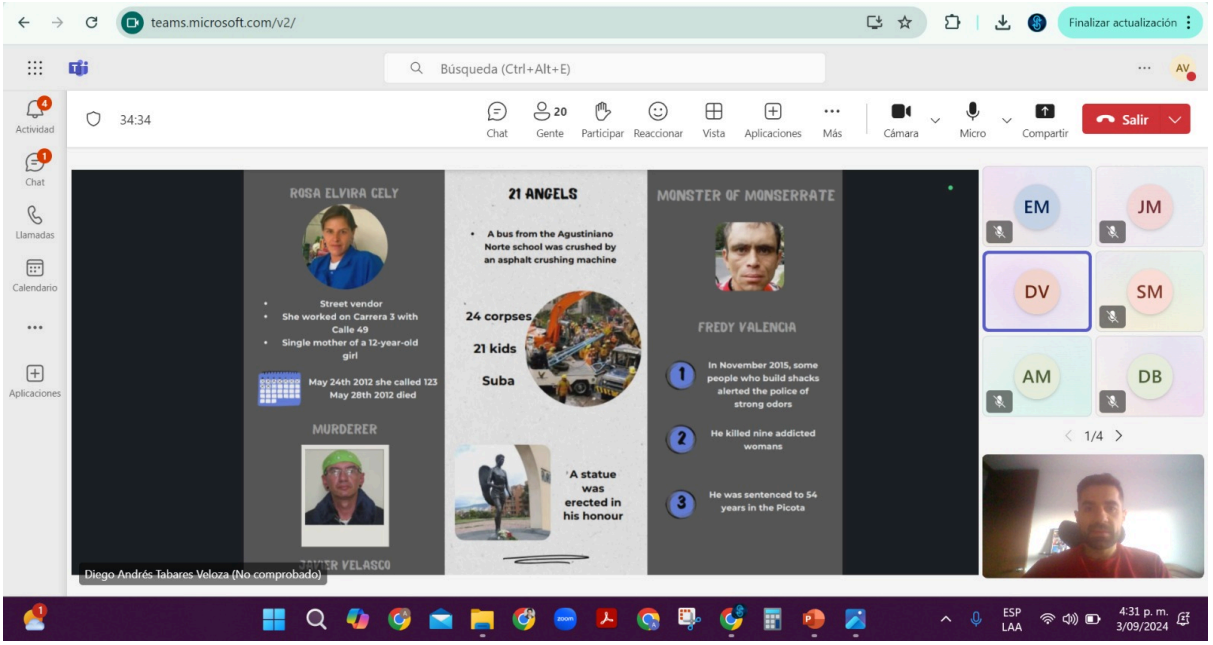

Cape Gooseberry

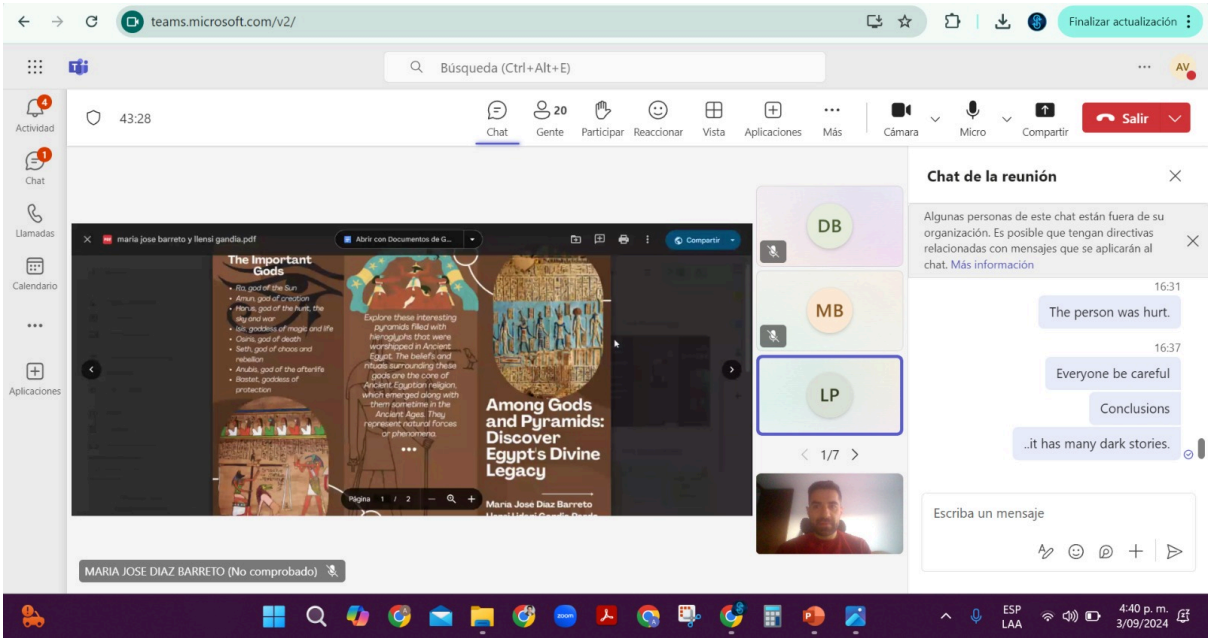

Huckleberry

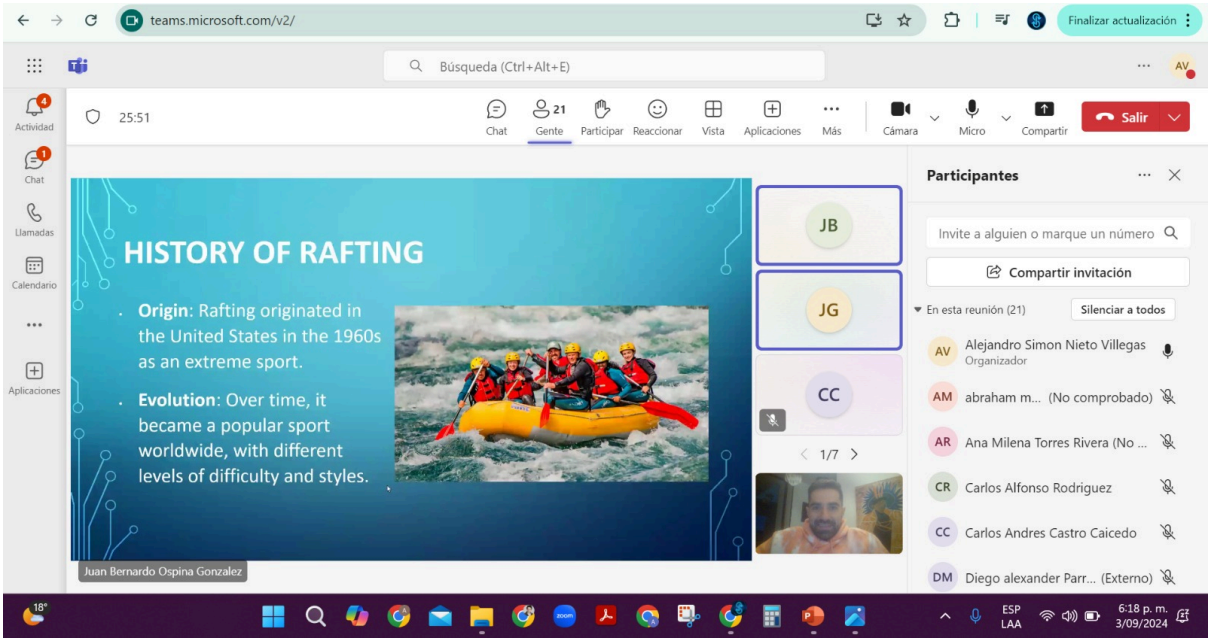

Salmonberry

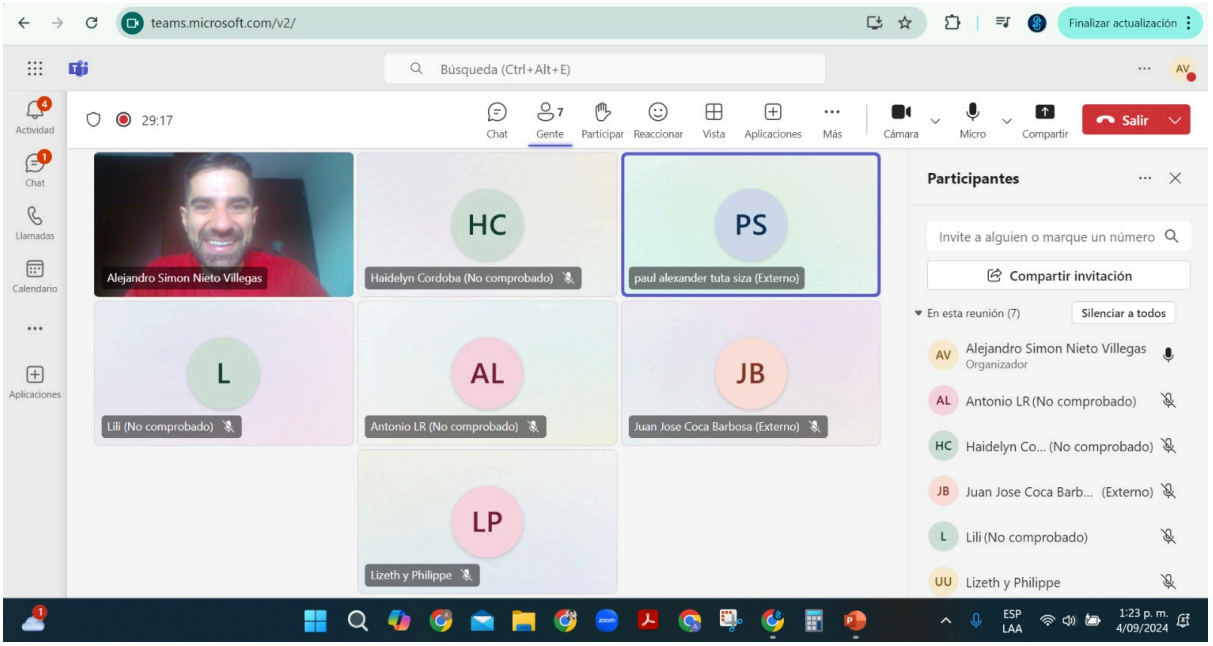

Lingonberry


Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
El estado se ha establecido en No molestar. Solo obtendrá las notificaciones de mensajes urgentes y las de sus contactos prioritarios.
Cambiar configuración
01:23:20
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Dejar de co...
Salir
Actividad
Chat
Llamadas
Calendario
Aplicaciones
Alejandro Simon Nieto Villegas
DD
Danna Sarahy Orjuela Duque (...
NV
Nathalia Vizcaíno
XL
Ximena Lopez (No comprobado)
VG
valentina ramos gamba (Extern...
NT
Natalia torres
HR
Heisy Fernanda Pantano Rodri...
RR
Rossi Ruiz (Externo)
SG
Sara Gonzalez (No comprobado)
1/3
Chat de la reunión
Usuario desconocido 17:18
Pumpkin : Natalia Torres
Ahuyama profe jajaja es fea
yuli jimenez (No comprobado) 17:20
sandwich (bocadillo no tiene como traduccion)
17:20
guava dessert
Escriba un mensaje
ESP
LAA
5:21 p. m.
5/09/2024


teams.microsoft.com/v2/
Finalizar actualización
Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
34:34
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
ROSA ELVIRA CELY
Street vendor
She worked on Carrera 3 with Calle 49
Single mother of a 12-year-old girl
May 24th 2012 she called 123
May 28th 2012 died
MURDERER
21 ANGELS
A bus from the Agustiniano Norte school was crushed by an asphalt crushing machine
24 corpses
21 kids
Suba
'A statue was erected in his honour
MONSTER OF MONSERRATE
FREDY VALENCIA
1 In November 2015, some people who build shacks alerted the police of strong odors
2 He killed nine addicted womans
3 He was sentenced to 54 years in the Picota
EM
JM
DV
SM
AM
DB
1/4
Diego Andrés Tabares Veloza (No comprobado)
ESP
LAA
4:31 p. m.
3/09/2024


teams.microsoft.com/v2/
Finalizar actualización
Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
43:28
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Actividad
Chat
Llamadas
Calendario
Aplicaciones
maria jose barreto y llensi gandia.pdf
The Important Gods
Among Gods and Pyramids: Discover Egypt's Divine Legacy
Maria Jose Diaz Barreto
DB
MB
LP
1/7
Chat de la reunión
Algunas personas de este chat están fuera de su organización. Es posible que tengan directivas relacionadas con mensajes que se aplicarán al chat. Más información
16:31
The person was hurt.
16:37
Everyone be careful
Conclusions
..it has many dark stories.
Escriba un mensaje
MARIA JOSE DIAZ BARRETO (No comprobado)
ESP
LAA
4:40 p. m.
3/09/2024


teams.microsoft.com/v2/
Finalizar actualización
Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
25:51
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Actividad
Chat
Llamadas
Calendario
Aplicaciones
HISTORY OF RAFTING
Origin: Rafting originated in the United States in the 1960s as an extreme sport.
Evolution: Over time, it became a popular sport worldwide, with different levels of difficulty and styles.
JB
JG
CC
1/7
Participantes
Invite a alguien o marque un número
Compartir invitación
En esta reunión (21)
Silenciar a todos
Alejandro Simon Nieto Villegas
Organizador
abraham m... (No comprobado)
Ana Milena Torres Rivera (No ...
Carlos Alfonso Rodriguez
Carlos Andres Castro Caicedo
Diego alexander Parr... (Externo)
Juan Bernardo Ospina Gonzalez
ESP
LAA
6:18 p. m.
3/09/2024


teams.microsoft.com/v2/
Finalizar actualización
Búsqueda (Ctrl+Alt+E)
Actividad
Chat
Llamadas
Calendario
Aplicaciones
29:17
Chat
Gente
Participar
Reaccionar
Vista
Aplicaciones
Más
Cámara
Micro
Compartir
Salir
Alejandro Simon Nieto Villegas
HC
Haidelyn Cordoba (No comprobado)
PS
paul alexander tuta siza (Externo)
L
Lili (No comprobado)
AL
Antonio LR (No comprobado)
JB
Juan Jose Coca Barbosa (Externo)
LP
Lizeth y Philippe
Participantes
Invite a alguien o marque un número
Compartir invitación
En esta reunión (7)
Silenciar a todos
AV
Alejandro Simon Nieto Villegas
Organizador
AL
Antonio LR (No comprobado)
HC
Haidelyn Co... (No comprobado)
JB
Juan Jose Coca Barb... (Externo)
L
Lili (No comprobado)
UU
Lizeth y Philippe
ESP
LAA
1:23 p. m.
4/09/2024