# *FTC at 100*

- 
  - 
  - 
- 
- 
  - 
  - 

- 
- 
- 
  - 
  - 
  - 

- 
  - 
- 
  - 
  - *How do you actually do it?*

- 
- 
  - 
- 
  - 
  - 
- 
  - 

-

- 
- 
- 
  - 
  - 
  - 

- 
- 
- 
  - 
  - 
  - 

- 
- 
  - 
  - 

- 
- 
  - 
  - 
- 
  - 

- 
- 
  - 
- 
- 
  - 
  - 

- - -

- 
- 
  - 
  - 
- 
- 