

# Mein Wiegeplan 2025

MEIN WEG ZUM WUNSCHGEWICHT

JANUAR

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

FEBRUAR

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

MÄRZ

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

APRIL

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

MAI

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

JUNI

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

JULI

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

AUGUST

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

SEPTEMBER

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

OKTOBER

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

NOVEMBER

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG

DEZEMBER

GEWICHT: \_\_\_\_\_ KG

+/- : \_\_\_\_\_ KG