

Mein Wiegeplan 2024

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