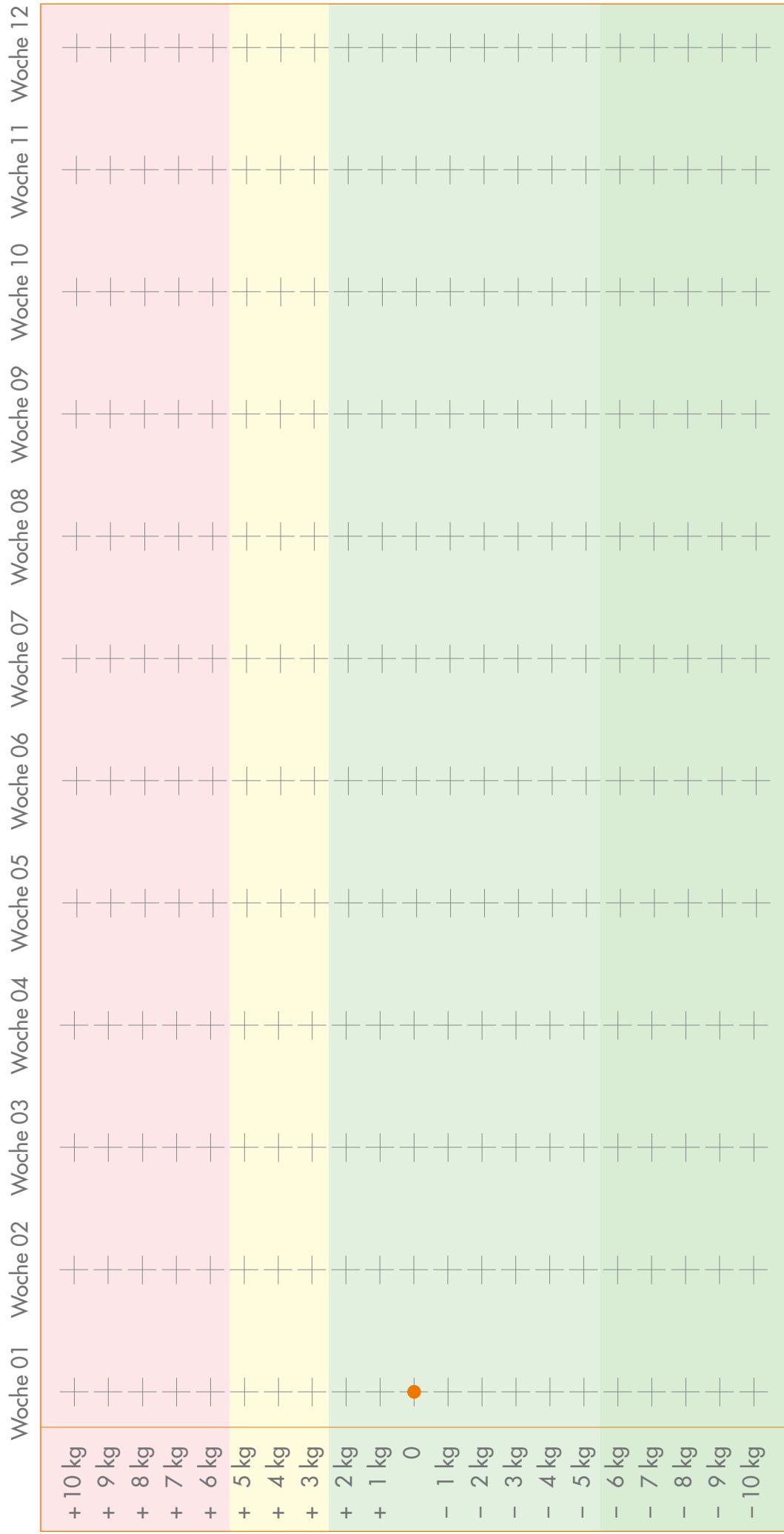


Gewichtsverlust

Startgewicht: _____ kg
Wunschgewicht: _____ kg

INSUMED

Tragen Sie wöchentlich Ihre Gewichtsveränderung als Punkt in die Tabelle ein. Verbinden Sie dann die einzelnen Punkte mit einer Linie.



Tragen Sie hier Ihr Gewicht in kg ein. Am besten wählen Sie dazu stets denselben Wochentag: