



6 WOCHEN

ZUNEHMCHALLENGE

STARTDATUM

STARTGEWICHT

ENDGEWICHT

ENDDATUM

1. WOCHE

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ZUNAHME



2. WOCHE

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ZUNAHME



3. WOCHE

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ZUNAHME



4. WOCHE

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ZUNAHME

HALBZEIT



5. WOCHE

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ZUNAHME



6. WOCHE

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ZUNAHME

