

Bijhouden voortgang

	<u>Week</u>			<u>Datum</u>	<u>Gewicht</u>	<u>Vet %</u>	<u>Vochtbalans</u>
	<i>Weeg</i>	<i>Foto</i>	<i>Kleding</i>				
1	+	+	+				
2	+						
3	+						
4	+	+	+				
5	+						
6	+						
7	+						
8	+	+	+				
9	+						
10	+						
11	+						
12	+	+	+				