Abspeck Festival

Datum	Tag	Sport ja-grün rot-nein	Trennkost ja-grün rot-nein	Obst ja-grün rot-nein	Wasser/ Fruchtsaft/Tee ja-grün rot-nein	Süssigkeiten ja-rot grün-nein	Alkohol ja-rot grün-nein	Cola, Fanta ja-rot grün-nein	Kaffee ja-rot grün-nein	Ist-Gewicht	Soll-Gewicht	Bemerkung
01.02.2011	1											
02.02.2011	2											
03.02.2011	3											
04.02.2011	4											
05.02.2011	5											
06.02.2011	6											
07.02.2011	7											
08.02.2011	8											
09.02.2011	9											
10.02.2011	10											
11.02.2011	11											
12.02.2011	12											
13.02.2011	13											
14.02.2011	14											
15.02.2011	15											
16.02.2011	16											
17.02.2011	17											
18.02.2011	18											
19.02.2011	19											
20.02.2011	20											
21.02.2011	21											
22.02.2011	22											
23.02.2011	23											
24.02.2011	24											
25.02.2011	25											
26.02.2011	26											
27.02.2011	27											
28.02.2011	28											
01.03.2011	29											
02.03.2011	30											
03.03.2011	31											