



# Do Your Exercises

1. April bis 1. Mai 2014 

Name: _____
Übung 1: _____
Übung 2: _____
vorgegebene Korsett-Tragezeit: _____

Datum	Übung 1	Übung 2	Tragezeit	Sonstiges
Dienstag, 01.04.				
Mittwoch, 02.04.				
Donnerstag, 03.04.				
Freitag, 04.04.				
Samstag, 05.04.				
Sonntag, 06.04.				
Montag, 07.04.				
Dienstag, 08.04.				
Mittwoch, 09.04.				
Donnerstag, 10.04.				
Freitag, 11.04.				
Samstag, 12.04.				

<b>Datum</b>	<b>Übung 1</b>	<b>Übung 2</b>	<b>Tragezeit</b>	<b>Sonstiges</b>
Sonntag, 13.04.				
Montag, 14.04.				
Dienstag, 15.04.				
Mittwoch, 16.04.				
Donnerstag, 17.04.				
Freitag, 18.04.				
Samstag, 19.04.				
Sonntag, 20.04.				
Montag, 21.04.				
Dienstag, 22.04.				
Mittwoch, 23.04.				
Donnerstag, 24.04.				
Freitag, 25.04.				
Samstag, 26.04.				
Sonntag, 27.04.				
Montag, 28.04.				
Dienstag, 29.04.				
Mittwoch, 30.04.				
Donnerstag, 01.05.				

**Geschafft !!!**