

Viktkalender för Superkroppen.nu

Startvikt:		BMI:	Sammanlagda måttet:		Målvikt 4 veckor:	
Måndag Vecka 1 Vikt:	Tisdag Vikt:	Onsdag Vikt:	Torsdag Vikt:	Fredag Vikt:	Lördag Vikt:	Söndag Vikt:
Måndag vecka 2 Vikt:	Tisdag Vikt:	Onsdag Vikt:	Torsdag Vikt:	Fredag Vikt:	Lördag Vikt:	Söndag Vikt:
Måndag vecka 3 Vikt:	Tisdag Vikt:	Onsdag Vikt:	Torsdag Vikt:	Fredag Vikt:	Lördag Vikt:	Söndag Vikt:
Måndag vecka 4 Vikt:	Tisdag Vikt:	Onsdag Vikt:	Torsdag Vikt:	Fredag Vikt:	Lördag Vikt:	Söndag Vikt:
Saker jag längtar efter att äta på lördag!			Vikt efter 4 veckor:			