



Willkommen bei der EssMedizin

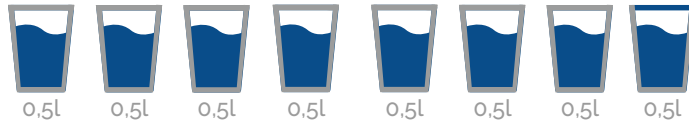
Der eigene Weg zur richtigen Ernährung

30. Tage EssMedizin

Challenge Kalender



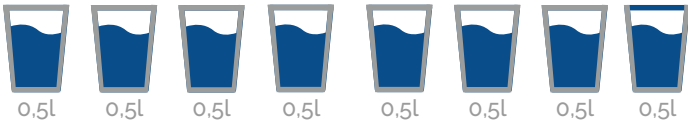
★ Start Datum						
0 Willkommen	1 Challenge 1	2	3 Challenge 2	4	5 Challenge 3	6
7 Challenge 4	8	9	10 Challenge 5	11	12	13 Challenge 6
14	15	16 Challenge 7	17	18	19 Challenge 8	20
21 Challenge 9	22	23 Challenge 10	24	25	26 Challenge 11	27
28	29 Challenge 12	30 🏆 Geschafft (Datum)				



Journal

Wie geht es mir heute?



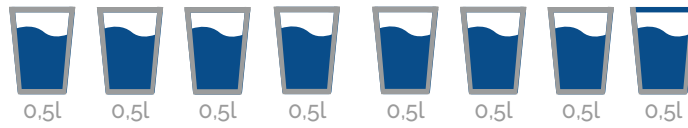


Journal

Wie geht es mir heute?



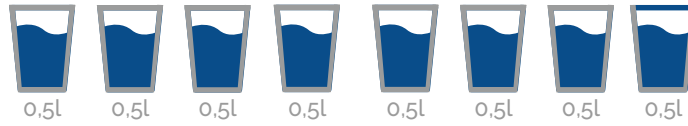
TAG 11



Journal

Wie geht es mir heute?

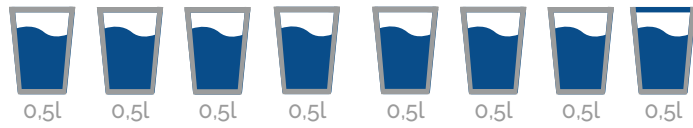




Journal

Wie geht es mir heute?

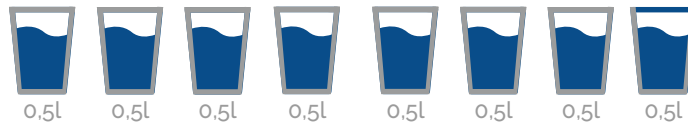




Journal

Wie geht es mir heute?

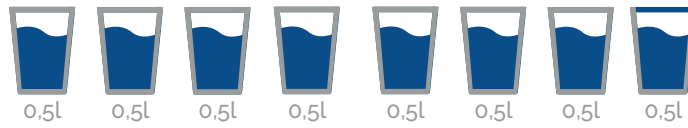




Journal

Wie geht es mir heute?

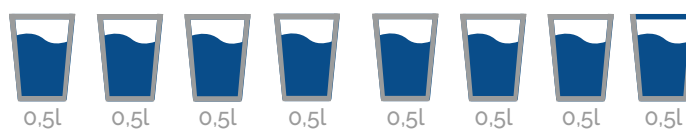




Journal

Wie geht es mir heute?

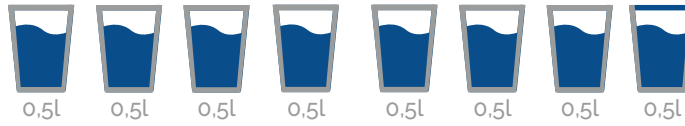




Journal

Wie geht es mir heute?

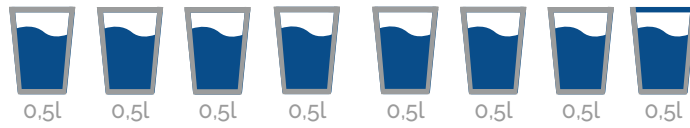




Journal

Wie geht es mir heute?

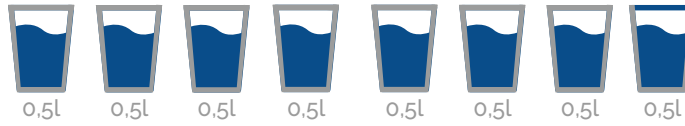




Journal

Wie geht es mir heute?

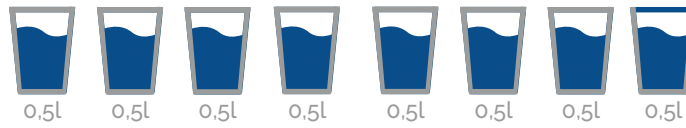




Journal

Wie geht es mir heute?





Journal

Wie geht es mir heute?




66 TAGE - EssMedizin

Gewohnheitstracker



Challenge _____

Start Datum					
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66  Geschäft (DATUM)

BELOHNUNG: _____