FERTILITY COACH

terafluxx®

Zeitraum:

	Verzicht		Ernährung				Lifestyle	
	Alkohol	Zigaretten	Obst	Gemüse	Wasser	Terafluxx	Sport	Schlaf
MO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
FR	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SA	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
FR	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SA	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
FR	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SA	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
FR	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SA	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
MI	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
DO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
FR	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SA	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹
SO	☺ ☹	☺ ☹	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○	☺ 😐 ☹	☺ 😐 ☹

ruhrpharm