




# Mein Zyklus ZEICHEN MEINER FRUCHTBARKEIT

NAME:

Alter:

Blatt Nr.:

	1. Tag	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						
Datum:																																														
<b>S</b>																																														
Die Sprache meines Körpers beschreibend entdecken																																														
																																														
	37,5																																													
	37,4																																													
	37,3																																													
	37,2																																													
	37,1																																													
	37																																													
	36,9																																													
	36,8																																													
	36,7																																													
	36,6																																													
	36,5																																													
	36,4																																													
	36,3																																													
	36,2																																													
																																														

Zeichenerklärung

t = trocken  
 Ø = nichts gesehen u. nichts gespürt

● = Höhepunkt  
 M = Mittelschmerz

Bei Temperaturmessung:  
 Hatte mein Zyklus eine Hochlage?

Zeichenerklärung für S

w = weißlich, dicklich  
 g = gelb und klumpig  
 kl = klumpig  
 mi = milchig

EW = wie Eiweiß des rohen Eies (Eiklar)  
 gl = glasklar  
 fl = flüssig  
 ns = nass, S sehr dünnflüssig

JA:  NEIN: