

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:

S

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
∅ = 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: