Zyklusnummer:

Messort

- Mund
- Scheide
- After

früheste 1.höhere Messung aus vorangegangenen Zyklen ☐☐

minus 8 ☐☐

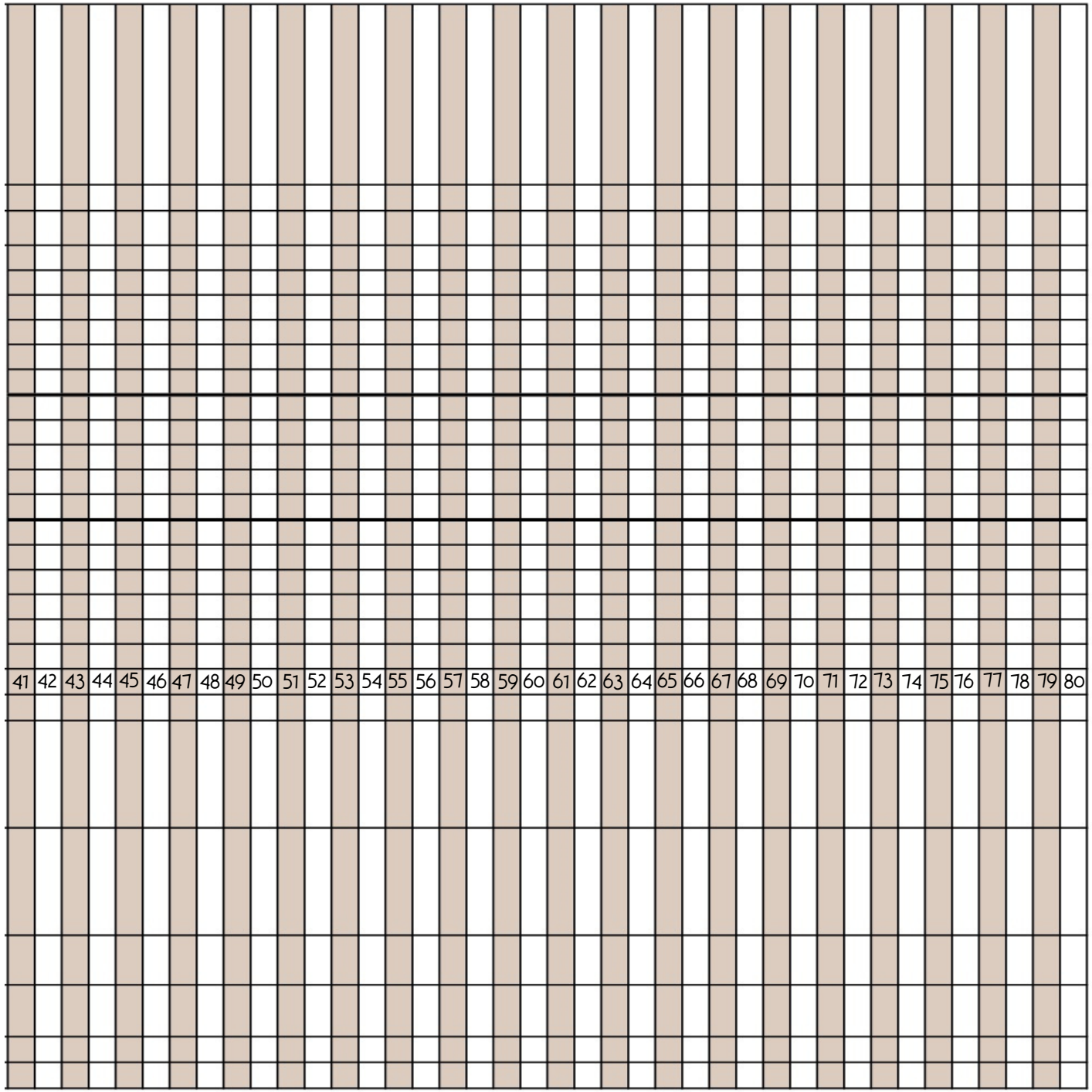
1.höhere Messung in diesem Zyklus ☐☐

Kinderwunsch

- ja
- nein
- vielleicht

Folge mir auf Instagram:
@natuerlich_feminin

Besonderheiten Störfaktoren																																								
Datum																																								
Messzeit																																								
Basaltemperatur 37,5																																								
37,4																																								
37,3																																								
37,2																																								
37,1																																								
37,0																																								
36,9																																								
36,8																																								
36,7																																								
36,6																																								
36,5																																								
36,4																																								
36,3																																								
36,2																																								
36,1																																								
36,0																																								
Zyklustag	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
Blutung																																								
Zervixschleim Fühlen Empfinden																																								
Zervixschleim Aussehen																																								
Muttermund Lage & Öffnung																																								
Muttermund Festigkeit [w/h]																																								
Sex																																								
Fruchtbarkeit F																																								



@natuerlich-feminin.de

Natürlich Feminin

Zyklusnummer:

Messort

- Mund
- Scheide
- After

früheste 1.höhere Messung aus vorangegangenen Zyklen ☐☐

minus 8 ☐☐

1.höhere Messung in diesem Zyklus ☐☐

Kinderwunsch

- ja
- nein
- vielleicht

Folge mir auf Instagram:
@natuerlich_feminin