

Mein Trinkprotokoll

Male jedes Glas aus, dass du an einem Tag getrunken hast.

Wichtig: Es zählt nur **Wasser** und **ungesüßter Tee**.

Wenn du alle 6 Gläser ausgemalt hast, darfst du den Haken anmalen.

Du solltest jeden Tag mindestens 1 Liter trinken. Beachte: 1 Liter = 

WOCHENTAG	WASSER	ALLE GLÄSER AUSGEMALT
MONTAG		<input checked="" type="checkbox"/>
DIENSTAG		<input checked="" type="checkbox"/>
MITTWOCH		<input checked="" type="checkbox"/>
DONNERSTAG		<input checked="" type="checkbox"/>
FREITAG		<input checked="" type="checkbox"/>
SAMSTAG		<input checked="" type="checkbox"/>
SONNTAG		<input checked="" type="checkbox"/>

