





Für das Wertvollste im Leben.

# Zyklustabelle

Monat: Juni/Juli

Wochentag	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7											
Blutung	[Orange bar indicating menstruation from day 9 to 7]																																							
Messzeitpunkt	6:50	6:50	6:55	7:00	6:55	8:00	8:15	7:00	6:50	6:50	6:55	7:00	8:15	8:10	7:00	6:50	6:55	6:50	7:00	8:30	8:30	7:00	6:55	6:55	6:50	6:50	7:00	8:00	8:30											
Mittelschmerz (M)															M																									
Zwischenblutung (Z)																																								
38,0																																								
37,9																																								
37,8																																								
37,7																																								
37,6																																								
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
Besonderheiten							Party								Migräne																									
* Schleimstruktur					O	O	O	O	O	O	O	O	O	S	S	S	S	F	F	O	O	O	O	O	O	O	O	O	S	S										
Geschlechtsverkehr				♥								♥					♥																							
** Muttermund: -Lage					+	+	+	+	+	+	+	+	+	h	h	h	h	h	h	h	+	+	+	+	+	+	+	+												
- Festigkeit					f	f	f	f	f	f	f	f	f	w	w	w	w	w	w	w	f	f	f	f	f	f	f													

\* Schleimstruktur Abkürzungen: F = flockig, klebrig, wenig Schleim / S = spinnbar, durchsichtig, flüssig / O = ohne Schleim  
 \*\* Muttermund Abkürzungen: Lage: h = hoch / t = tief / Festigkeit: f = fest / w = weich