

# FORTSCHRITT *Tracker*

## MEINE ZIELE

- 
- 
- 
- 
- 

## MEIN VORBILD

FOTO

MAßE	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
GEWICHT												
BRUST												
TAILLE												
HÜFTE												
WADEN												
SCHENKEL												

START ZIEL

*Sweat now*“

” **GLOW LATER!**

# FORTSCHRITT *Tracker*

MONATLICHE KÖRPERVERÄNDERUNG

DATUM:

FOTO

DATUM:

FOTO

DATUM:

FOTO

DATUM:

FOTO