Zykluskalender

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
Datum																														
Messzeit:																														

Temperatur																														
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																														

Geschlechtsverkehr																														
Blutung																														
Schleim																														
Portio tastbar/offen																														