



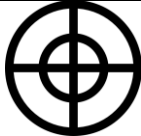




ID \_\_\_\_\_

Datum

z.B. 6.12. \_\_\_\_\_

Wochentag

z.B. Mittwoch \_\_\_\_\_

	 Wann? Zeit	 Dauer? In Sekunden	 Genauigkeit? In %	Ich fühle mich ...						
				[M]üde	...				[F]it	
				[H]ungrig	...				[S]att	
				[A]bgelenkt	...				[K]onzentriert	
					Total	Teilw.	W./N.	Teilw.	Total	
 Nach dem Aufwachen				M						F
				H						S
				A						K
 Vor dem Mittagessen				M						F
				H						S
				A						K
 Nach dem Mittagessen				M						F
				H						S
				A						K
 Vor dem Einschlafen				M						F
				H						S
				A						K