

0% ausgefüllt

Herzlichen Dank, dass Du an der Umfrage teilnimmst! Dies ist der Fragebogen nach der dritten Woche der Challenge! Super, dass Du bis jetzt durchgehalten hast! Bald sind die 30 Tage auch schon vorbei!

### 1. Teilnehmer

Name

Vorname

### 2. Konntest Du die ganze Woche vollständig vegan essen?

☐ Ja, es hat immer geklappt!

☐ Nein, ich musste leider bei  Mahlzeiten eine Ausnahme machen.

### 3. Wochenbefinden

	schlecht	naja	in Ordnung	gut	sehr gut
Wie fühlt Du Dich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie schmeckt Dir das Essen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie gut sättigt es?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wie leicht fiel Dir die Woche?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 4. Besondere Faktoren, die Deine Resultate beeinträchtigen könnten:

*Mehrere Antworten möglich.*

☐ Ich war krank.

☐ Ich war nicht so ganz fit.

☐ Ich war körperlich aktiver als ich es üblicherweise bin.

☐ Ich habe schlecht geschlafen.

☐

### 5. Feedback

**Fällt es Dir schwer, auf bestimmte Nahrungsmittel zu verzichten? Wenn ja, worauf?**

**Was Du sonst noch sagen wolltest?**

Weiter

