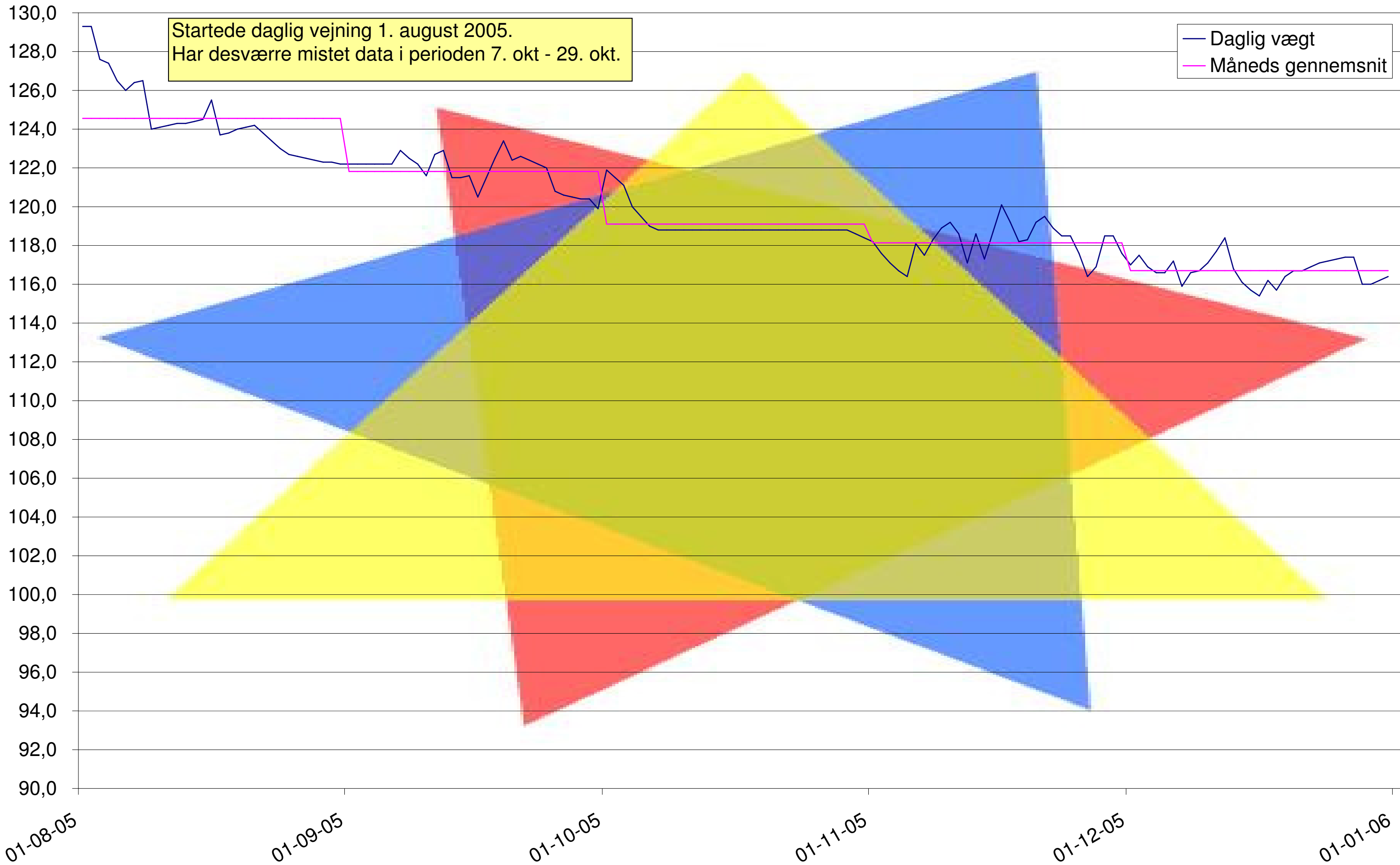


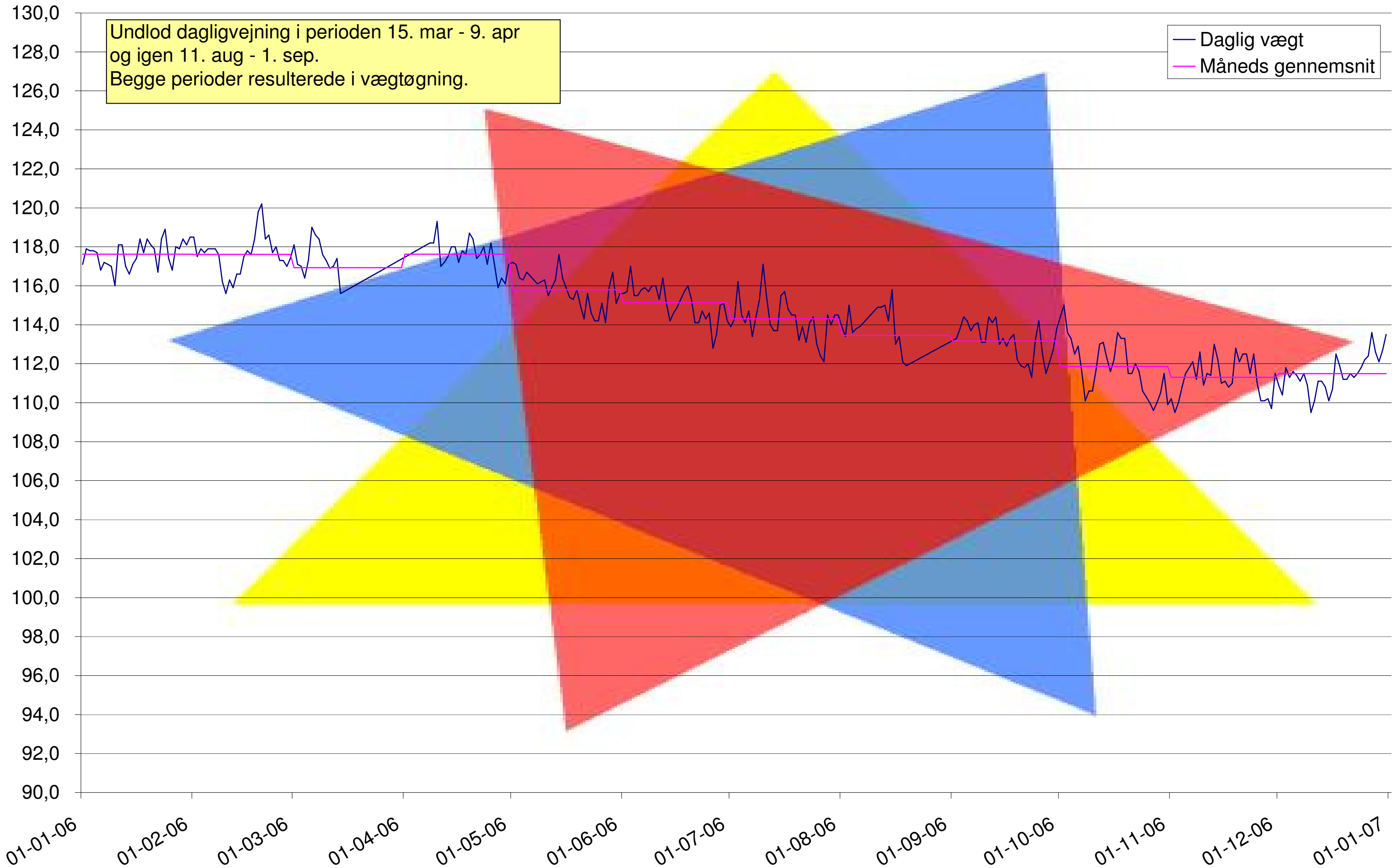
fra 1. august 2005 til 31. december 2005



Startede daglig vejning 1. august 2005.
Har desværre mistet data i perioden 7. okt - 29. okt.

— Daglig vægt
— Månedsgennemsnit

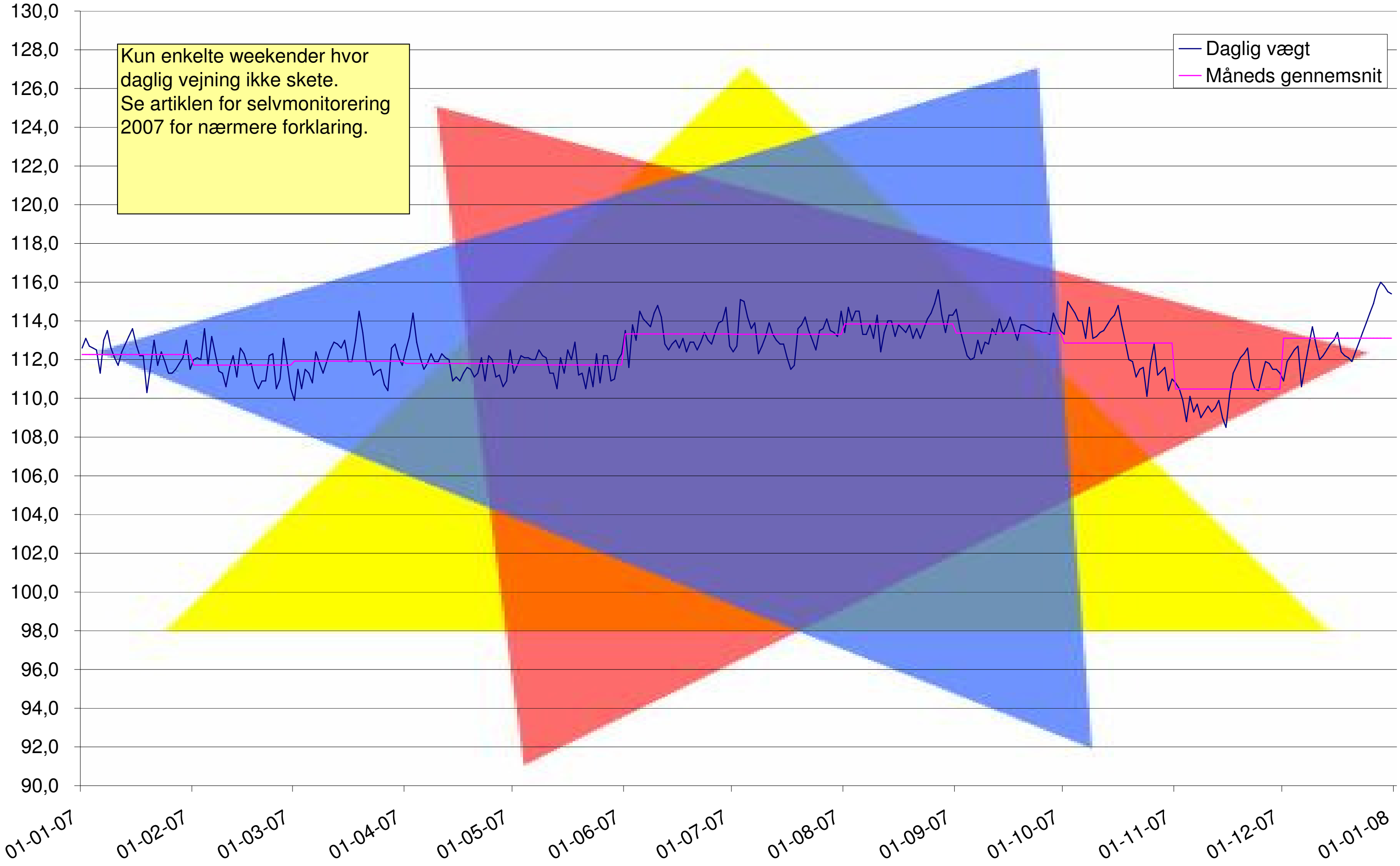
2006



2007

Kun enkelte weekender hvor daglig vejning ikke skete. Se artiklen for selvmonitorering 2007 for nærmere forklaring.

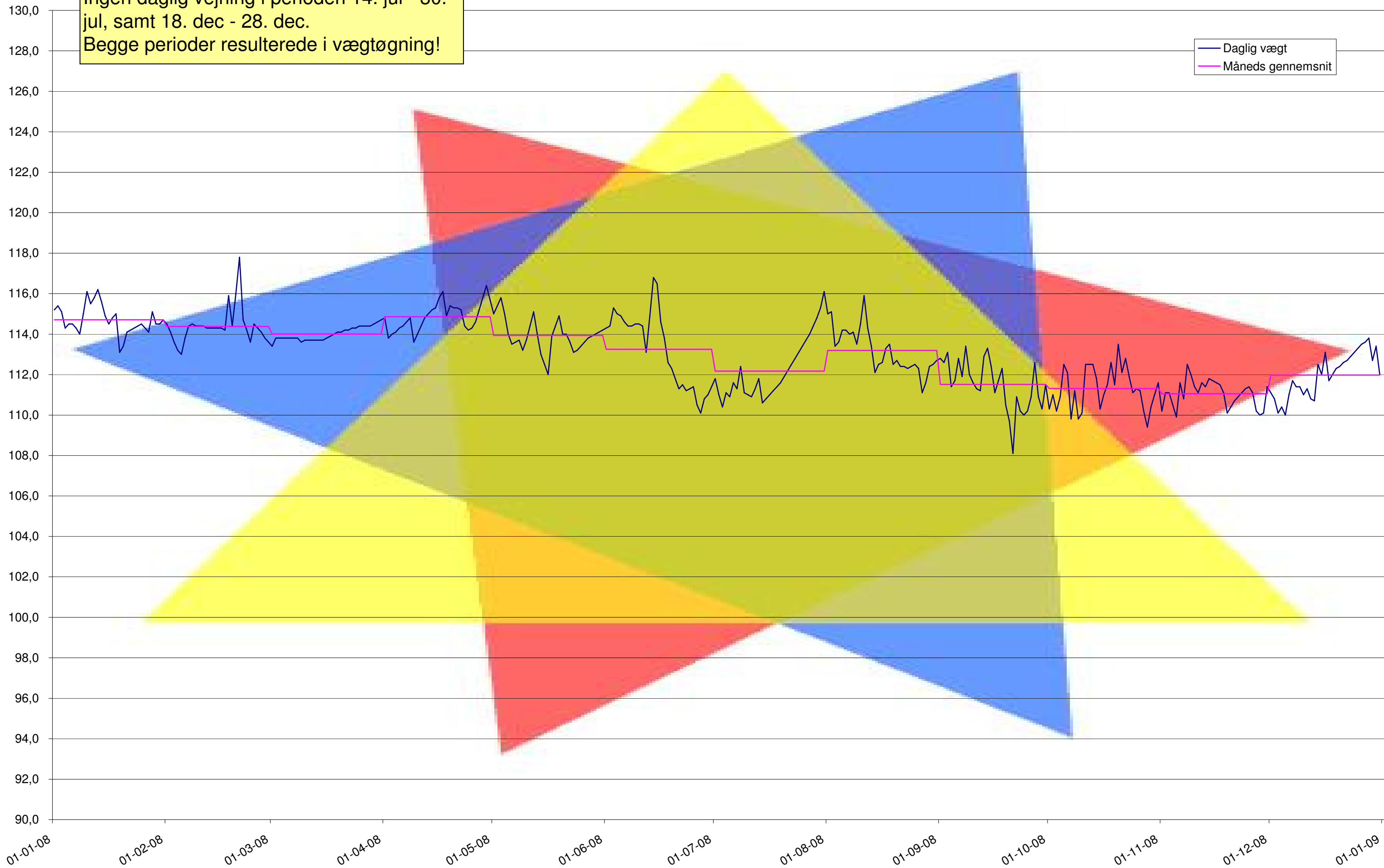
Daglig vægt
Månedsgennemsnit



2008

Ingen daglig vejning i perioden 14. jul - 30. jul, samt 18. dec - 28. dec.
Begge perioder resulterede i vægtøgning!

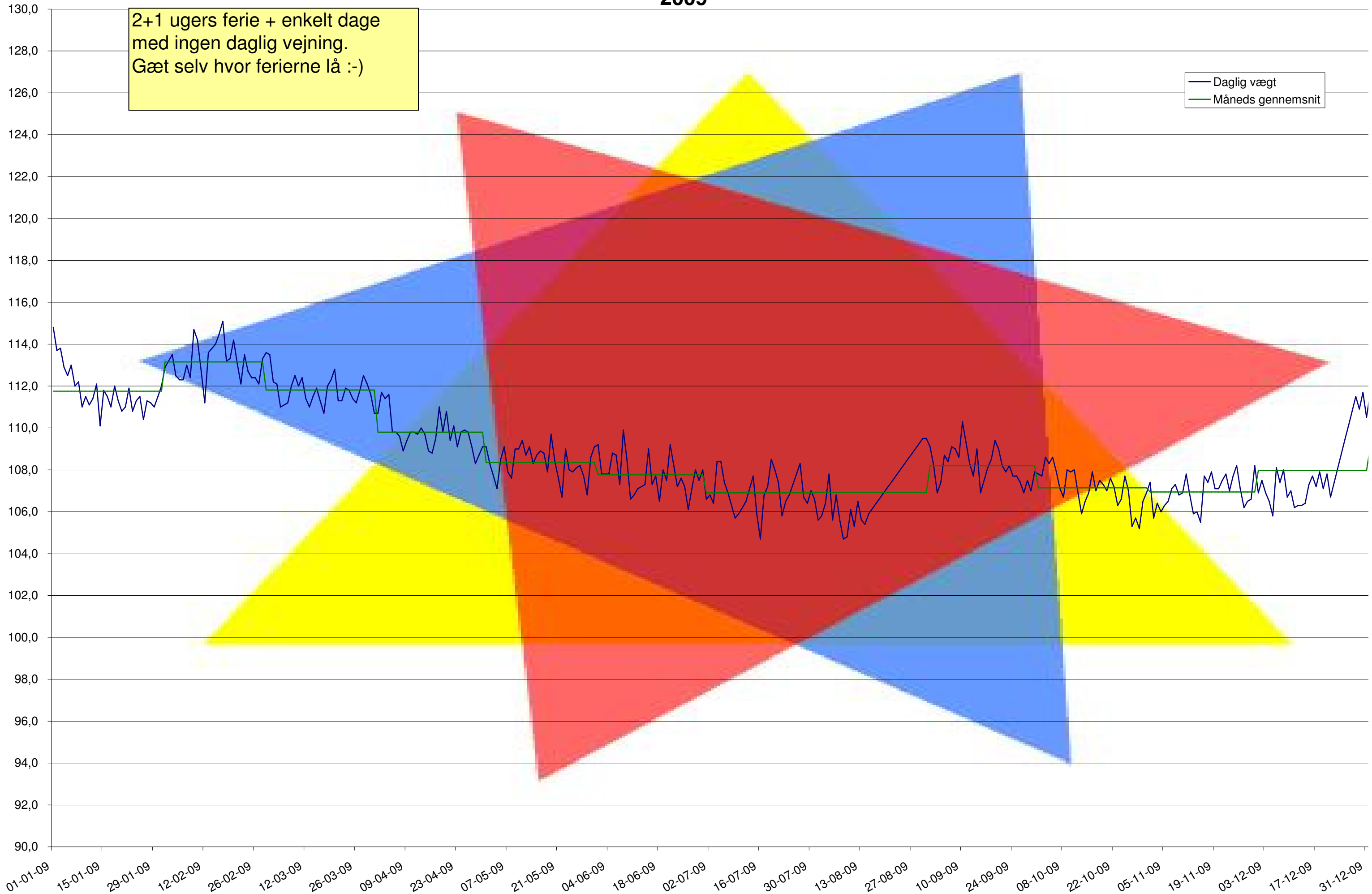
Daglig vægt
Månedsgennemsnit



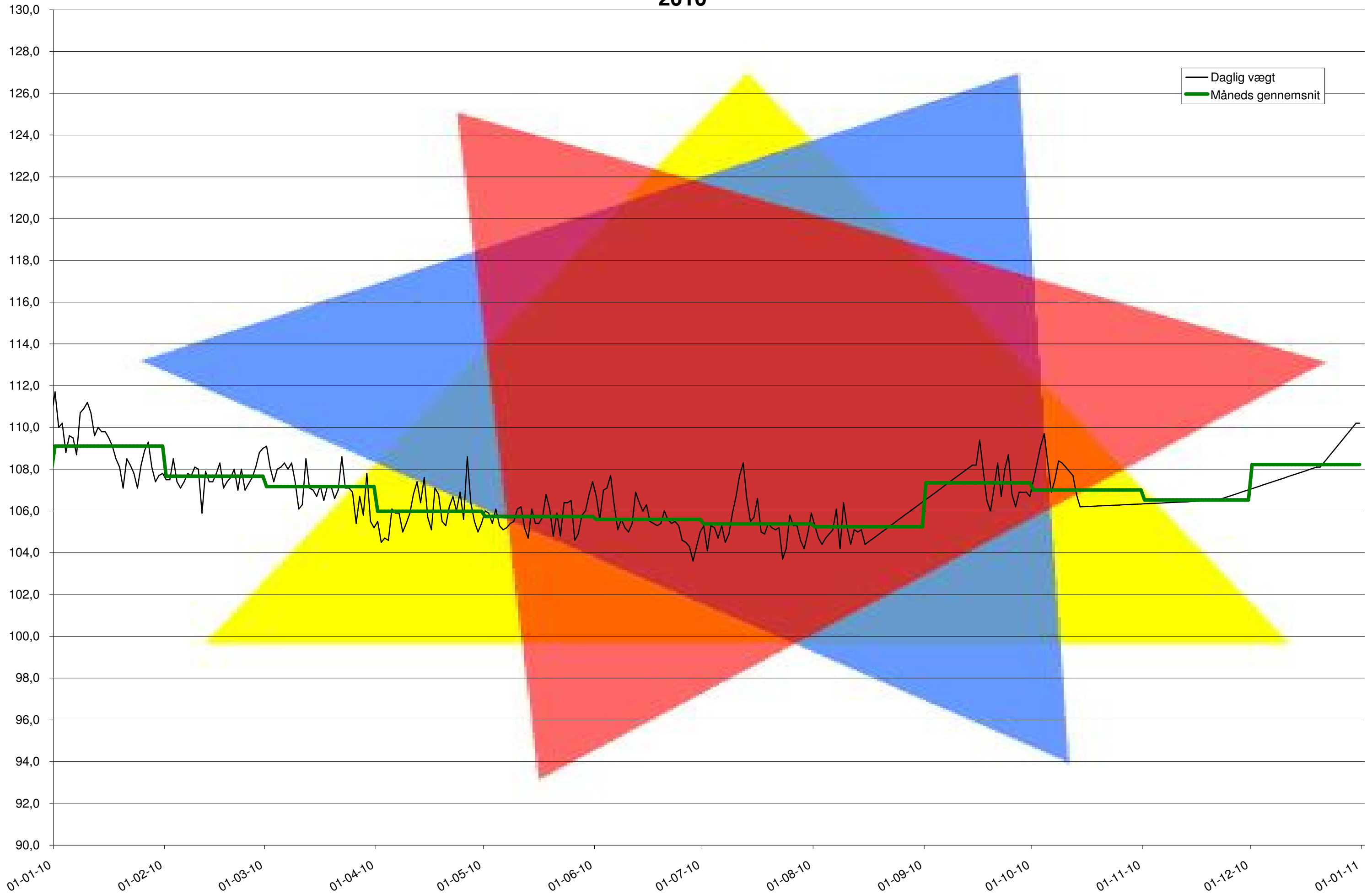
2009

2+1 ugers ferie + enkelt dage med ingen daglig vejning. Gæt selv hvor ferierne lå :-)

Daglig vægt
Måneds gennemsnit



2010



Månedlig gennemsnitsvægt siden august 2005

det er vel meget normalt, at omkring jul, at vægten stiger en del ☺

