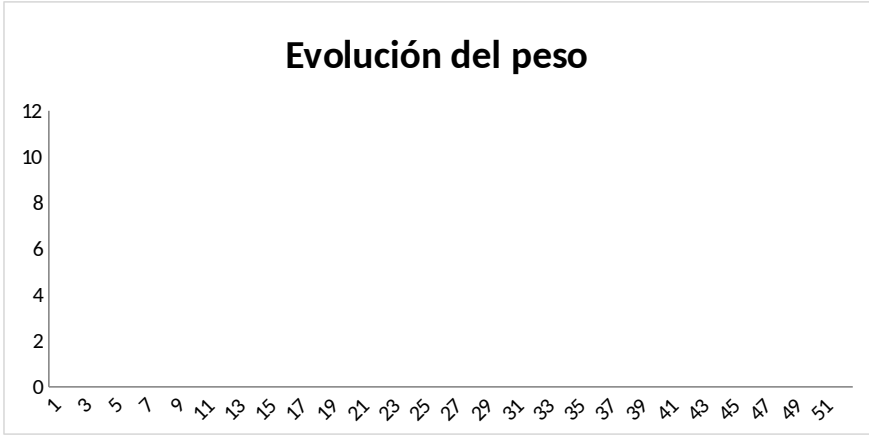
Control de peso

Plantilla gratis de abacurio.com

Rellena las celdas amarillas. Todo lo demás se calcula solo.

Semana	Fecha	Peso	Variación	Total perdido	IMC
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					
31					

Unidad (kg o lb)	kg
Peso inicial	
Peso objetivo	
Altura (cm)	
Fecha de inicio	
Último peso	**0.0**
Perdido hasta ahora	
Falta por perder	
Progreso hacia el objetivo	
IMC	



32	
33	
34	
35	
36	
37	
38	
39	
40	
41	
42	
43	
44	
45	
46	
47	
48	
49	
50	
51	
52	