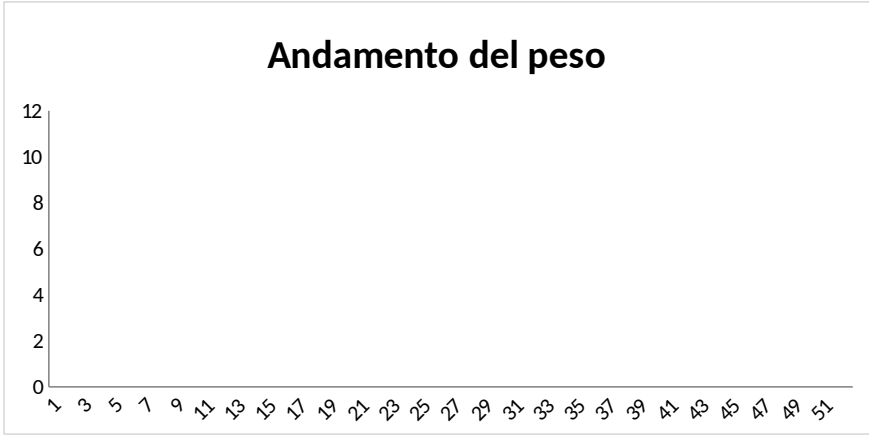
Tabella peso per dimagrire

Modello gratuito di abacurio.com

Compila le celle gialle. Tutto il resto viene calcolato per te.

Settimana	Data	Peso	Variazione	Totale perso	BMI
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					

Unità (kg o lb)	kg
Peso iniziale	
Peso obiettivo	
Altezza (cm)	
Data di inizio	
Ultimo peso	**0.0**
Perso finora	
Ancora da perdere	
Progresso verso l'obiettivo	
BMI	



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