6	MON		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
7	TUE		-00000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
8	WED		-00000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
9	THU		-00000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
10	FRI		-00000000000000000000000		-000000000000000000000000000
11	SAT		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
12	SUN		-0000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
13	MON		-0000000000000000000000000		-0000000000000000000000000
14	TUE		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
15	WED	•	-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000000
16	THU		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
17	FRI		-000000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
18	SAT	•	-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
19	SUN		-00000000000000000000000		-00000000000000000000000000
20	MON		-00000000000000000000000000		-000000000000000000000000000
21	TUE		-00000000000000000000000		-0000000000000000000000000
22	WED		-0000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
23	THU		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
24	FRI		-0000000000000000000000		-00000000000000000000000000000000000000
25	SAT		-000000000000000000000		-00000000000000000000000000000000000000
26	SUN		-0000000000000000000000		-00000000000000000000000000
27	MON		-0000000000000000000000		-00000000000000000000000000000000000000
28	TUE		-000000000000000000000		-00000000000000000000000000
29	WED		-0000000000000000000000		-00000000000000000000000000
30	THU		-000000000000000000000		-0000000000000000000000000000
31	FRI		-0000000000000000000000		-000000000000000000000000000
me	mo				

			,	,	,	,		,	,	,	,
		体重	120	150	150	120	体脂肪率	0/0	00	00	olo
1	SAT		-00000000	о р 0000	10000	4000		-00040000	24000	ф000	офооо-
2	SUN		}-ooo⊟ooo∢	0-000	2000⊕			}-000□000¢	0-0-0-0	0000	0□000-
3	MON) - 000 <u>-</u> 000	00000		-0-0-0)-000 <u>0</u> 0000	D-0-0-0	0-0-0	0-000
4	TUE) - 000 <u>-</u> 0000	00000	>□000C	-0-0-0		}-ooo□ooo	D-000	0000	0000-
5	WED	•) - 000 <u>-</u> 0000	00000) 	-0-0-0		}-000□000¢	0000	0000	0-000
6	THU)-000 <u> </u> -000	00000				-00000000	0-000	0000	0-000
7	FRI) - 000 <u>-</u> 000	00000	2000⊕)-000 <u>-</u> 000) 	0000	0-00-
8	SAT	•	-000-000	0000	2000⊕		•	-00000000	0-000	0000	0-000
9	SUN) - 00000000	00000	>□000C		0	<u>-</u> 000□0000	0-00-0	0000	0-00-
10	MON	•	-000=0000	00000	>□000C	-0-0-0	•)-000 <u>-</u> 0000	0-000	0000	0□000-
11	TUE		-00000000	00000	>□000C		0	-00000000	00000	0000	0-00-
12	WED	•	<u>-000000000</u>	00000	>□000C)-000 <u>0</u> 0000	D-0-0-0	0000	0□000-
13	THU	•	-000-0000	0000	2000⊕		•	-00000000	0-000	0000	0-000
14	FRI) - 00000000	00000	2000⊕)-000 <u>0</u> 0000	0-000	0000	0□000-
15	SAT) - 000 <u>-</u> 000	00000		-0-0-0		-00000000)	0000	0-00-
16	SUN		-000-0000	00000				-00000000	0-000	0000	0-000
17	MON		-000-0000	00000	2000⊕	-0-0-0		-00000000) 	0000	0-00-
18	TUE)-000 <u> </u> -000	00000		-0-0-0		-00000000	0-000	0000	0-000
19	WED	•) - 000 <u>-</u> 0000	00000	20000			}-000□000¢) 	0000	0-000
20	THU) - 000 <u>-</u> 0000	00000	>□000C	-0-0-0		}-ooo⊡ooo∢) 	0000	0-000
21	FRI) - 000 <u>0</u> 0000	0000	→	□000-)-000 <u>0</u> 0000	D-000	0000	0-000
22	SAT) - 000 <u> </u> 0000	0000	>□000C	-0-0-0		}-ooo⊡ooo∢	D-000	0000	0-000
23	SUN) - 000 <u>-</u> 0000	00000	D000C	-0-0-0	•	-00000000	0000	0000	0-000
24	MON) - 000 <u>-</u> 000	0000	-	□0-0-0-)-000 <u>0</u> 0000	D-000	0000	0-00-
25	TUE) - 000 <u>-</u> 0000	00000	>□000C	□000-		}-ooo⊡ooo∢	D□000(0000	0-000
26	WED) - 000 <u>-</u> 0000	00000	>□000C			}-000□000¢	D-000	0000	0-000
27	THU	•) - 000 <u>-</u> 0000	00000) 	-0-0-0		-00000000) 	0000	0-00-
28	FRI)-000 <u> </u> -000	00000				-00000000	0-000	0000	0000-
29	SAT		-00000000	0000		-0-0-0		-00000000) 	0000	0-00-
			-00000000	00000		-0-0-0		-00000000) 	0000	0-000-
			-00000000	00000		□000-		-00000000	0000	0000	0-000
me	mo										

		体重	/\$0 /\$0 /\$0	120	体脂肪率	00 00 00
1	SUN	•	-0004000040000400004	000-	•	-0000000000000000000000
2	MON		-0000000000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000000
3	TUE	•	-0000000000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000000
4	WED		-0000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000
5	THU		-00000000000000000000000000000	000-		-00000000000000000000000
6	FRI	•	-0000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000
7	SAT		-00000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000
8	SUN		-0000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
9	MON		-0000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
10	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
11	WED		-00000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
12	THU		-0000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000000
13	FRI		-00000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
14	SAT		-00000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
15	SUN		-0000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000000
16	MON		-00000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
17	TUE		-00000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
18	WED		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
19	THU		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
20	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
21	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
22	SUN		-00000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
23	MON		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
24	TUE		-0000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000
25	WED		-0000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
26	THU		-000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000
27	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
28	SAT		-00000000000000000000000000000	0-0-0-		-0000000000000000000000
29	SUN		-0000000000000000000000000000000000	000-		-0000000000000000000000000
30	MON		-00000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000000000000000000
31	TUE		-00000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-000000000000000000000000

1 WED . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000 . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000 2 THU . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000☐000 . ○000☐0000☐0000☐0000☐000 3 FRI . ○000☐0000☐0000☐0000☐000 . ○000☐0000☐0000☐0000☐000 4 SAT . ○000☐0000☐0000☐0000☐000 . ○000☐0000☐0000☐0000☐000 5 SUN . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000☐000 . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000☐000 6 MON . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000☐0000 . ○000☐0000☐0000☐0000☐0000☐0000☐0000☐000			体重		180	120	480	480	体脂肪率	0/0	00	00	000
3 FRI	1	WED)-000 <u>l</u> 0	ооо <u>р</u>	0000	<u> </u>	7000-		-0000000	70000	4000	2000-
4	2	THU	•]-000□0	0000	0000	□00001	3000 -		}-000□0000	_0000		>□000-
5 SUN	3	FRI]-000□0	000	0000	□00001	J000-		<u></u> -000□0000	_0000		o⊟000-
6 MON	4	SAT]-000□0	000	0000	□00001	J000-		-000□0000	_0000		0-000
7 TUE	5	SUN]-000□0	0000	0000	□00001	3000-		-000□0000	_0000		0-00-
8 WED	6	MON	•	}-000□0	000	0000	□00001	3000-		-000□0000	_0000		0-000□
9 THU	7	TUE		}-000□0	0000	0000	D0000	⊒0-0-0-		}-000□0000			>□000-
10 FRI	8	WED		<u>-00000</u>	0000	0000	D0000	3000 -		}-000□0000			0⊟000-
11 SAT	9	THU]-000□0	0000	0000	□00001	3000 -		}-000□0000	0000		>□000-
12 SUN	10	FRI]-000□0	0000	0000	D0000	3000 -		}-000□0000			>□000-
13 MON	11	SAT]-000□0	0000	0000	□00001	3000-		}-000□0000	0000		0-00-□
14 TUE 000□0000□0000□0000□0000□000□000□000□0	12	SUN		<u>}</u> -000⊟0	0000	0000	D0000	⊒0-0-0-		}-000□0000			>□000-
15 WED	13	MON		}-000⊡0	0000	0000	D0000	3000 -		}-000□0000	0000		0⊟000-
16 THU	14	TUE		}-000□0	0000	0000	D0000	3000 -		}-000□0000			>□000-
17 FRI000□0000□0000□0000□000000□0000□0	15	WED	•	<u>}</u> -000⊟0	0000	0000	D0000	<u> </u>		}-000□0000			0⊟000-
18 SAT	16	THU]-000□0	0000	0000	D0000	3000 -		}-000□0000			0□000-
19 SUN000□0000□0000□0000□000000□0000□0	17	FRI		}-000⊟0	0000	0000	D0000	<u> </u>		}-000□0000			>□000-
20 MON000□0000□0000□0000□000000□0000□0	18	SAT		}-000⊟0	0000	0000	D0000	3000 -		}-000□0000	<u></u>		0⊟000-
21 TUE000□0000□0000□0000□000000□0000□0	19	SUN		<u>}-000⊟0</u>	0000	0000	D0000	<u> </u>		}-000□0000	0000		0-0-0-
22 WED000□0000□0000□0000□0000□000□000□000□00	20	MON]-000□0	000	0000	D00001	J0-0-0-		-000□0000			D-0-0-
23 THU000□0000□0000□0000□0000□000□000□000□00	21	TUE]-000□0	0000	0000	D0000	3000-		}-000□0000	<u></u>		0⊟000-
24 FRI000□0000□0000□0000□0000□000□0000□000	22	WED]-000□0	0000	0000	D00001	J0-0-0-		}-000□0000			D-0-0-
25 SAT00000000000000000000000000000000000	23	THU		}-000□0	000	0000	□0000l	J000-		-000□0000	<u></u>		0-000-
	24	FRI	•	<u>}</u> -000□0	0000	0000	10000l	J0-0-0-		<u>-</u> 000□0000			0-00-0
26 SUN00000000000000000000000000000000000	25	SAT	•	<u>}</u> -000□0	000	0000	□00001	3000-		<u></u> -000□0000			0-00-0
	26	SUN	•	}-000□0	000	0000	D0000	3000 -		- 000□0000	_0000		0-000
27 MON000□0000□0000□0000□0000□000□0000□0000□000	27	MON		<u>}</u> -00000	0000	0000	□00001	<u> </u>		<u></u> -000□0000			0-00-0
28 TUE	28	TUE		<u>}</u> -000□0	000	0000	D0000l	3000 -		}-000□0000	<u></u>		0-000
29 WED	29	WED		<u>}-000</u>	0000	0000	10000l	J000-		}-000 <u>□</u> 0000			0-0-0-
30 THU00000000000000000000000000000000000	30	THU		<u>}-00000</u>	000	0000	D00001	J000-		-000□0000	<u> </u>		D-0-0-
000000000000000000000000000000000000				<u>}-000□0</u>	000	0000	D0000l	J0-0-0-		}-000 <u>□</u> 0000	□0000		0-000-
memo	me	emo											

		体重	420	(%) \(\lambda \)	126	体脂肪率	00 00	00	00
1	FRI		-000-000-0	00000000	-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	0000	0-000-
2	SAT		- 	00000000			-0000000000000	> 0 -0-0-0	0-0-0-
3	SUN		-0000000000	00000000			-0000000000000	> 0 000	0-0-0-
4	MON		-0000000000	00000000	-000		-000000000000	>0□000	0000-
5	TUE		-0000000000	00000000	-0-0-		-0000000000000	> 0 000	0-00-0
6	WED		-0000000000	00000000	-0-0-		-0000000000000	>0□000	0_000_
7	THU		-0000000000	00000000	-0-0-0		-00000000000000	>0□000	0-00-
8	FRI		-0000000000	00000000	-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	> 0 000	0-000
9	SAT		-0000000000	00000000	-0-0-		-00000000000000	> 0 000	0-00-
10	SUN		-000000000	00000000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>0□000	0-00-
11	MON		-000000000	00000000	-0-0-		-0000000000000	>0□000	0-000
12	TUE		-0000000000	00000000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>0□000	0-00-
13	WED		-000000000	00000000			-000000000000000	> 0 □000	0-00-
14	THU		-0000000000	00000000	-0-0-		-00000000000000	> 0 000	0-00-
15	FRI		-0000000000	00000000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	> 0 000	0-00-
16	SAT		-0000000000	00000000	-0-0-		-0000000000000	>0□000	0_000
17	SUN		-0000000000	00000000	-0-0-0		-0000000000000	>0□000	0-00-
18	MON		-000000000	00000000	-0-0-		-000000000000000	> 0 000	0-000
19	TUE		-0000000000	00000000	-0-0-		-00000000000000	> 0 000	0-00-
20	WED		-000000000	00000000			-0000000000000	> 0 □0-00	0-0-0-
21	THU		-000000000	00000000	-0-0-		-0000000000000	>0□000	0-00-
22	FRI		-00000000	00000000			-000000000000) - 0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0	0-0-0-
23	SAT		-000000000	00000000			-000000000000	> 0 □000	0-00-
24	SUN		-00000000	00000000			-000000000000	> 0 □0-00	0-0-0-
25	MON		-000000000	00000000			-00000000000000000000000000000000000000	> 0 □000	0-00-
26	TUE		-000000000	00000000			-000000000000	> 0 □0-00	0-00-
27	WED		-000000000	0000000			-00000000000000	> 0 □0-00	0-0-0-
28	THU		-000000000	00000000	-0-0-		-0000000000000	>0□000	0-000
29	FRI	•	-0000000000	00000000	-0-0-0		-00000000000000	>0□000	0-00-0
30	SAT	•	-0000000000	00000000	-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	> 0 000	0-00-
31	SUN		-0000000000	00000000	-0-0-		-00000000000000	> 0 000	0-00-

		体重	150	120	480	480	体脂肪率	00	000	00	olo
1	MON		-00050000	70000	70000			-000400004	0000	7000	0
2	TUE		}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-000-
3	WED	•	}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-000-
4	THU	•)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
5	FRI	0	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-0-0-
6	SAT)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
7	SUN	0	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	<u> </u>	0□000-
8	MON	•	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-0-0-
9	TUE	•	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
10	WED	•	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-0-0-
11	THU	•	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
12	FRI	•)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-0-0-
13	SAT	•	-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
14	SUN	•	}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
15	MON	•	}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
16	TUE	•)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	<u> </u>	0-000-
17	WED	•	}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
18	THU	•)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-000-
19	FRI	•	}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-00-
20	SAT	•)-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	<u> </u>	0-0-0-
21	SUN	•	}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000□0000□	0000	000	0-000-
22	MON	•	}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	<u> </u>	0-000-
23	TUE	•	}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000000000	0000	000	0-000-
24	WED		}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000□0000□	0000	000	0-000-
25	THU		}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-000-
26	FRI		}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-000-
27	SAT	•	}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-000-
28	SUN		}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-000-
29	MON		}-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-000□0000□	0000	<u> </u>	0-000-
30	TUE	•)-000□0000	0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-000-
)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-	0	-00000000	0000	<u> </u>	0-000-
me	mo										

		体重	/40 /40 /40 /40	,	体脂肪率	00 00 00	
1	WED		-00000000000000000000000000000000000000	(-00000000000000000000000000000000000000	_
2	THU		- -000=0000=0000=0000=00	· (-00000000000000000000000000000000000000	_
3	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	_
4	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	_
5	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	-0-	•	-000 0000 0000 0000	_
6	MON		-00000000000000000000000000000000000000	-0-	•	-000 0000 0000 0000	_
7	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	_
8	WED	•	-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	_
9	THU		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	_
10	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	_
11	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	
12	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	_
13	MON		-00000000000000000000000000000000000000	· (-00000000000000000000000000000000000000	-
14	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	-
15	WED		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	_
16	THU		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	
17	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	·		-00000000000000000000000000000000000000	-
18	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	-
19	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	·		-000 0000 0000 0000	-
20	MON		-00000000000000000000000000000000000000	-0-		-00000000000000000000000000000000000000	-
21	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	·		-000 0000 0000 0000	
22	WED		-00000000000000000000000000000000000000	·		-00000000000000000000000000000000000000	-
23	THU		-00000000000000000000000000000000000000	·		-000 0000 0000 0000	-
24	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	_
25	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	-
26	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	·		-000 0000 0000 0000 000	-
27	MON		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000 000	-
28	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	·		-000 0000 0000 0000 000	-
29	WED		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000 000	-
30	THU		-00000000000000000000000000000000000000	· (-000 0000 0000 0000	-
31	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	· (•	-000 0000 0000 0000 0000	-
me	mo						

		体重	120	420	420	120	体脂肪率	10/00/00/00	o olo
1	SAT) - 000 <u>-</u> 0000	70000	70000	4000-		-00000000000000000000000000000000000000	»00 <u>1</u> 000-
2	SUN		}-000□0000	0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
3	MON)-000□0000			-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000) 000 □000-
4	TUE	•	-000□0000	□0000	0000	-000		-00000000000000000000000000000000000000) 00 000-
5	WED		-000□0000		0000	-0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
6	THU	•	}-000□0000	0000	0000	-000		-00000000000000000000000000000000000000	»OO□OOO-
7	FRI)-000□0000	_0000	0000⊞	-0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	> - 000⊟000-
8	SAT		}-000⊟0000	0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	> - 000⊟000
9	SUN		}-000□0000	0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	> - 000⊟000
10	MON		}-000⊟0000	0000	0000	-0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	> - 000⊟000
11	TUE		}-000□0000	0000	0000	-000		-00000000000000000000000000000000000000	> - 000□000-
12	WED		<u></u> -000□0000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	> -
13	THU		-000□0000	0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
14	FRI		-000□0000		0000	-000		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
15	SAT)-000□0000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	> -
16	SUN)-000□0000	0000	0000	-000		-00000000000000000000000000000000000000	> -
17	MON		}-000□0000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	> -
18	TUE		-000□0000	0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
19	WED		}-000□0000		0000	-000		-00000000000000000000000000000000000000	> -
20	THU	•	}-000□0000	0000	0000	□000-		-00000000000000000000000000000000000000	> -
21	FRI	•	-000□0000	□0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OOO-
22	SAT	•	}-000⊟0000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
23	SUN	•	-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OOO-
24	MON	•	-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
25	TUE		-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	<i>></i> 0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-
26	WED	•	-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OOO-
27	THU	•	-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	<i>></i> 0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-
28	FRI	•	-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OOO-
29	SAT	•	-00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OO-
30	SUN)-000 <u>-</u> 0000	0000	0000	-0-0-0-		-000 0000 0000 000	>OO□OO-
31	MON	•) - 00000000		0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	>OO□OOO-
me	mo								

		体 重	/\$0 /\$0 /\$0 /\$0	体脂肪率	00 00 00
1	TUE		-000000000000000000000		-0001000010000100001000-
2	WED		-00000000000000000000000000	0	-0000000000000000000000
3	THU		-00000000000000000000000000		-000 0000 0000 0000 000-
4	FRI		-0000000000000000000000000		-000 0000 0000 0000 000-
5	SAT		-00000000000000000000000000		-000 0000 0000 0000 000-
6	SUN		-00000000000000000000000		-000000000000000000000
7	MON		-00000000000000000000000000	0	-000000000000000000000
8	TUE		-0000000000000000000000000		-000 0000 0000 0000 000-
9	WED		-0000000000000000000000000		-000000000000000000000
10	THU		-00000000000000000000000000	0	-0000000000000000000000
11	FRI		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000
12	SAT		-00000000000000000000000000	0	-00000000000000000000000
13	SUN		-00000000000000000000000000	0	-0000000000000000000000
14	MON		-0000000000000000000000000		-000000000000000000000000
15	TUE		-000000000000000000000000000	0	-0000000000000000000000
16	WED		-0000000000000000000000000		-0000000000000000000000
17	THU		-00000000000000000000000000	•	-000000000000000000000000
18	FRI		-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000
19	SAT		-00000000000000000000000000	•	-000000000000000000000000
20	SUN		-000000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
21	MON		-00000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000
22	TUE		-0000000000000000000000000000	•	-000000000000000000000000
23	WED		-00000000000000000000000000		-0000000000000000000000000
24	THU		-0000000000000000000000000	0	<u>-0000000000000000000000</u>
25	FRI		-00000000000000000000000000	0	<u>-0000000000000000000000</u>
26	SAT		-00000000000000000000000		<u>-000000000000000000000</u>
27	SUN		-0000000000000000000000000	0	<u>-0000000000000000000000</u>
28	MON		-000000000000000000000000		<u>-0000000000000000000000</u>
29	TUE		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
30	WED		-0000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
			-000000000000000000000		-000□0000□000□0000□000-

10 OCTOBER

		体重	480 /4	is /150	426	体脂肪率	90 90 90
1	THU		-00040000400	000001	<u> </u>		-0004000040000400004000
2	FRI		}-000□0000□00]0000□000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
3	SAT		-00000000000]0000□000]000-		-000000000000000000000000000
4	SUN		-000□0000□00]0000□000]000-		-00000000000000000000000000
5	MON		}-000⊟0000⊟00]0000□000]000-		-000000000000000000000000000
6	TUE		}-000⊟0000⊟00	0000□000	<u> </u>		-000000000000000000000000000
7	WED		}-000□0000□00]0000□000]000-		-00000000000000000000000000000000000000
8	THU		-00000000000]00000]000-		-0000000000000000000000000000
9	FRI		-00000000000]0000□000	3000-		-00000000000000000000000000000000000000
10	SAT		-00000000000	00000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
11	SUN		-00000000000]00000	3000-		-000000000000000000000000000
12	MON	•	-0000000000	0000□0000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
13	TUE		-00000000000]00000	<u> </u>		-000000000000000000000000000
14	WED		-00000000000]0000□000	30-0-		-00000000000000000000000000000000000000
15	THU	•	-00000000000]00000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
16	FRI		}-000□0000□00]00000	<u> </u>		-00000000000000000000000000
17	SAT	•	}-000□0000□00	0000□0000]000-		-00000000000000000000000000000000000000
18	SUN		}-000□0000□00]00000	<u> </u>		-000000000000000000000000000
19	MON		-000=0000=00]00000]0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000
20	TUE		-00000000000]00000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
21	WED		}-000□0000□00]000000	<u> </u>		-000000000000000000000000000
22	THU		-000 <u>-</u> 000-000	300000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
23	FRI		-000□0000□00	000000000000000000000000000000000000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
24	SAT		 -0000000000	300000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
25	SUN		}-000□0000□00	300000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
26	MON		}-000□0000□00]000000	<u> </u>		-000000000000000000000000000
27	TUE		}-000□0000□00	300000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
28	WED		-000□0000□00]00000[<u> </u>		-000000000000000000000000000
29	THU		}-000□0000□00	300000000	<u> </u>		-00000000000000000000000000000000000000
30	FRI		}-000⊟0000⊟00]00000]0-0-0-		-00000000000000000000000000
31	SAT		-000□0000□00]00000000	3000-		-00000000000000000000000000000000000000
me	mo						

		体重	450	130	120	120	体脂肪率	000	000	00	000
1	SUN		-000-	20000	70000	1000-		-00040000	20000	7000	0000-
2	MON) - 00000000	0000	0000	-0-0-0		-00000000	0000	0000	0-00-
3	TUE) - 000 <u>-</u> 000	00000	0000	-0-0-0		-00000000	0000	0000	0-000
4	WED) - 000 <u>-</u> 000	0000	0000	-0-0-0	•	-00000000	0000	0000	0-000
5	THU) - 000 <u>-</u> 000	00000	0000	-0-0-0		-00000000	0000	0000	0-00-
6	FRI) - 000 <u>-</u> 000	o⊟ooo⊡	0000	-0-0-0		-00000000	00000	0000	0-000
7	SAT) - 000 <u>-</u> 000	>□000C	>□0000	-0-0-0		-00000000	0000	D⊟000	0-0-0-
8	SUN) - 000 <u>-</u> 000	o⊟ooo⊡	>□0000	-0-0-0		-00000000	00000	0000	0-000
9	MON) - 000 <u>-</u> 000	> <u></u>	0000	-0-0-0		-00000000	00000	D□000	0-000
10	TUE) - 000 <u>-</u> 000	00000	>□0000			-00000000	00000	D	0-0-0-
11	WED) - 00000000	0000	0000			-00000000	00000	D	0-00-
12	THU		<u>}-000⊟000</u>	00000	0000			-00000000	0-0-0-0	D	0-0-0-
13	FRI		-0000000	0000	0000			-00000000	0-000	0000	0-00-
14	SAT		-000-000	0000	0000			-00000000	00000	0000	0-0-0-
15	SUN		-000-000	0000	00000	-0-0-		-00000000	00000	0000	0-0-0-
16	MON		-0000000	0000	0000			-00000000	00000	0000	0-00-0
17	TUE		-000-000	0000	00000	-0-0-		-00000000	00000	0-00-0	0-0-0-
18	WED		-0000000	0000	0000			-00000000	00000	0000	0-00-
19	THU		-000-000	0000	0000	-0-0-0		-00000000	00000	0000	0-00-0
20	FRI		-000=000	0000	0000	-0-0-		-000 0000	0000	0000	0-00-0
21	SAT		-0000000	0000	0000			-00000000	00000	0000	0-000-
22	SUN		-000-000	0000	>□0000	-0-0-0		-00000000	0000	0000	0-000
23	MON		-0000000	0000	0000			-00000000	0000	0000	0-000
24	TUE		-00000000	0000	0000			-00000000	0-0-0-0	0-0-0-0	0-0-0-
25	WED		-00000000	00000	0000			-00000000	0-000	0-00-0	0-0-0-
26	THU		-00000000	00000	0000			-00000000	0-00-0	0000	0-0-0-
27	FRI		-00000000	00000	00000			-00000000	0-000	0-00-0	0-0-0-
28	SAT		-0000000	0000	0000			-00000000	0000	0000	0-00-
29	SUN		-0000000	00000	00000	-0-0-		-00000000	>	0-00-0	0-0-0-
30	MON		-0000000	0-000	2000⊡			-00000000	>□000	0000	0-0-0-
			-00000000	0⊟0000	2000□	-0-0-0		-000 0000	0000	000	0000-

		体重	120	120	120	120	体脂肪率	10/0 /010 /010	0
1	TUE) - 000 - 10000	7000	90000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
2	WED)-000 <u> </u> -000	>	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
3	THU		-000=0000) 	0000	-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
4	FRI		-000-000	0000	0000			-000 0000 0000 0000 000	-0-
5	SAT	•)-000⊟000€	>	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
6	SUN	•)-000⊟0000	0000	0000	□000-		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
7	MON)-000 <u> </u> 0000	0000⊞	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
8	TUE		}-000⊟0000	>	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
9	WED		}-000□0000	>	0000	□000-		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
10	THU		}-000⊟0000	>000□	0000	□0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
11	FRI		}-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
12	SAT)-000 <u> </u> 0000000	0000⊞	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
13	SUN		}-000⊟0000	0000□	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000) - O-
14	MON		}-000□0000	0000⊞	0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
15	TUE		}-000□0000	0000□	0000			-00000000000000000000000000000000000000)-O-
16	WED		}-000□0000	0000	0000			-00000000000000000000000000000000000000)-O-
17	THU		}-000□0000	>	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000) - O-
18	FRI		}-000□0000	0000	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000) - O-
19	SAT		}-000□0000	0000⊞	0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
20	SUN		}-000□0000	0000⊞	0-000			-00000000000000000000000000000000000000)-O-
21	MON		}-000□0000	0000	0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
22	TUE		<u>-000</u>) 0000⊟(0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
23	WED		}-000⊟000€	>0000E	0000			-00000000000000000000000000000000000000	>-0-
24	THU		<u>-000000000</u>	>	0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
25	FRI		}-000⊟000€	>	0000			-00000000000000000000000000000000000000) - O-
26	SAT		<u>}-000⊟0000</u>	>	0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
27	SUN		<u>-000</u>) 0000⊟(0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000000000000000	-0-
28	MON		}-000□0000	0000	0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
29	TUE		<u>-000000000</u>) 0000⊟(0000			-00000000000000000000000000000000000000	-0-
30	WED		}-000□0000	0000⊞	0000			-00000000000000000000000000000000000000)-O-
31	THU		}-000□0000	0000	0000			-000 0000 0000 0000 000	-0-
me	mo								

29	FRI	-00000000000000000000000000	000000000000000000000000000000000000
30	SAT	-0000000000000000000000000	000000000000000000000000000000000000
31	SUN	-00000000000000000000000000	000000000000000000000000000000000000
.me	mo		

		体重	150 \150 \150	150	体脂肪率	00	00	00	00
1	MON		-00040000400004000	24000-		-00040000	4000	9000	0000-
2	TUE		-00000000000000000000	0⊟000-		-00000000) 	D_000	0-00-
3	WED		-000000000000000000000	0-000⊟0	•	-00000000)	0000	o⊟000-
4	THU		-000000000000000000000	0-000⊟0		-00000000	0000	0000	o⊟ooo–
5	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	-0-0-0⊟0		-00000000)		>-000
6	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-	•	-00000000		0-00-0-	0-00-
7	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-	•	-00000000)	D	0-0-0-
8	MON		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-	•	-00000000) 	0000	0⊟000-
9	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-	•	-00000000) 	0-00-0	0-00-
10	WED		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000) 	0000	0-0-0-
11	THU		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-	•	-00000000) 	0000	0□000-
12	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-		-00000000) 	D□000+	0-00-
13	SAT		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-	•	-00000000)	0000	0-00-
14	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-		-00000000)	0000	0-00-
15	MON		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-	•	-00000000)		o⊟000-
16	TUE		-000000000000000000000	0-000⊟0		-00000000	0000	0000	0000
17	WED		-00000000000000000000000000000000000000	-0-0-0⊟0		-00000000)		>
18	THU		-00000000000000000000000000000000000000	0-000⊟0	•	-00000000)	0000	0-00-
19	FRI		-000000000000000000000	0-000□		-00000000)	0000	>□000-
20	SAT		-000000000000000000000	0⊟0000-		-00000000)	D_000	0⊟000-
21	SUN		-00000000000000000000	0⊟000-		-00000000) 	0000	0-000
22	MON		-000000000000000000000	0-0-0-		-00000000)	D-000	o⊟ooo–
23	TUE		-000000000000000000000	0-0-0-		-00000000		0-000	0-00-
24	WED		-00000000000000000000000000000000000000	-0-0-0⊟0		-00000000)	0-00-0-0	>□000-
25	THU		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000)	0-000	o⊟ooo–
26	FRI		-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000		0-00-0	0-00-
27	SAT		-000000000000000000000	0-0-0-		-00000000)	D-000	o⊟ooo–
28	SUN		-00000000000000000000	0⊟000-		-00000000) 	0000	0-000
			-00000000000000000000000000000000000000	0⊟000-		-00000000) 	D_000	0-00-0
			-00000000000000000000000000000000000000	0⊟0000-		-00000000)	D	0⊟000-
			-00000000000000000000000000000000000000	0-0-0-		-00000000		0000	0-00-
me	mo								

		体重	48	480	120	120	体脂肪率	00	Olo	000	000
1	MON	•	-000-0000	70000	70000	1000-	•	-000000000	<u> </u> 0000	1000	o _ 0000-
2	TUE		-000-000	0-0-0-0	0000			-000000000	10000		0-0-0-
3	WED		-00000000	D-0-0-C) 		•	-000000000	30000		0-0-0-
4	THU		-000-000	0-000	0000			-000000000	10000		0-00-0-
5	FRI		-000=0000	0-0-0-0	00000			-000000000	10000		0⊟000-
6	SAT		-000-000	0-000	0000			-000000000	10000		0□000-
7	SUN) - 000 <u>-</u> 000	0000	0000	-0-0-0		-000□0000[30000		>□0-0-0-
8	MON) - 000 <u>-</u> 0000	00000	>□0000	-0-0-0		-000000000	30000		>□000-
9	TUE) - 000 <u>-</u> 000	00000	0000	-0-0-		-000□0000	30000		>□000-
10	WED) - 000 <u>-</u> 000	00000	>□0000	-0-0-0		-000000000	30000		>□000-
11	THU) - 00000000	00000	0000			-000000000	10000		>□000-
12	FRI		<u>}-000⊟000</u> 0	0-0-0-0	0000			-000□0000[10000		>□000-
13	SAT		<u></u> -000⊟0000	0-0-0-0	0000			-000000000	30000		>□000-
14	SUN		<u></u> -000□0000	0000	0000			-000000000	30000		>□000-
15	MON		<u>}-000⊟000</u> 0	0000	00000	-0-0-		-000000000	30000		>□000-
16	TUE		<u>}</u> -000□0000		0000	-000		-000□0000[30000		>□000-
17	WED		<u>-00000000</u>	0000	00000	-0-0-		-000000000	30000		>□000-
18	THU		<u>}</u> -000⊟0000		0000	-0-0-		-000□0000[30000		>□000-
19	FRI		-00000000		0000	-0-0-0		-000□0000[30000	<u> </u>	>□000-
20	SAT		-00000000		0000			-000□0000[] 0000		⊃⊟0-0-0-
21	SUN		-00000000		0000			-000□0000[30000		>□000-
22	MON		-00000000	0-0-0-0	0000			-000000000	10000		>□000-
23	TUE		-00000000	0-0-0-0	0000			-000000000	10000		⊃□000-
24	WED		-00000000		00000			-000000000	30000		>□000-
25	THU		-00000000	0-0-0-0	0000			-000000000] 0000		>□000-
26	FRI		-00000000	0-0-0-0	0000			-000000000	10000		>□000
27	SAT		-00000000		00000			-000000000]0000		>□000-
28	SUN		-00000000		0000	-000		-000000000	20000		>□000-
29	MON		-000-0000		0000	-0-0-0		-000000000	30000		>□000-
30	TUE		<u> </u> -000⊒0000	00000	2000⊞<			-000000000	30000		>□000
31	WED		-00000000) 	-0-0-		-000000000]0000		>□000-
memo											