SAI . FOULDOUGHOUGHOUGHOUGH	- COOLIOCOLIOCOLIOCOLIOCOLIOCOLIOCOLIOCOL
31 SUN000000000000000000000000000000000	0000000000000000000000000000000000000
memo	

		体重	450	126	120	120	体脂肪率	000	000	00	olo
1	MON		)-000 <u>q</u> 0000	90000	70000	7000-		-00040000	7000	7000	07000-
2	TUE		)-000 <u> </u> 0000	0000	□0000	□0-0-0-		<del> </del> -000□0000	) 	0000	0-000
3	WED	•	) <del>-</del> 000 <u>-</u> 000	0000	_0000	□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
4	THU		-00000000	0000	□0000	□000-		-0000000	0-0-0-0	0000	0-00-
5	FRI	0	-00000000	00000	_0000	□0-0-0-		-00000000	0-0-0-0	0000	0□000-
6	SAT		-00000000	0000	□0000	□000-		-0000000	0-0-0-0	0000	0-000
7	SUN		-000000000	0000	□0000	□0-0-0-		-00000000	) 	0000	0-00-
8	MON		)-000 <u> </u> 0000	0000	_0000	□000-		-00000000	0000	0000	0-000
9	TUE		-00000000	0000	□0000	□000-		-00000000	) 	0000	0-000
10	WED		_ -000⊟0000	0000	_0000	□000-		-00000000	0000	0000	0-000
11	THU		)-000 <u> </u> -000	0000	_0000	□000-		-0000000	0000	0000	0000-
12	FRI		)-000 <u> </u> -000	0000	_0000	□000-		-00000000	00000	0000	0-000
13	SAT		)-000 <u> </u> -000	0000	_0000	□000-		- -000 -000	00000	0000	0-000
14	SUN		)-000 <u> </u> 0000	0000	□0000	□000-		-00000000	0000	0000	0000-
15	MON	•	-00000000	0000	_0000	□0-0-0-		-00000000	>□000	0-0-0	0-00-
16	TUE	•	)-000 <u> </u> 0000	0000	0000	□000-		-0000000	0000	0000	0□000-
17	WED	0	-00000000	00000		□0-0-0-		-0000000	0-0-0-0	0000	0□000-
18	THU	•	-00000000	0000	□0000	□000-		-0000000	0-000	0000	0-000
19	FRI		)-000 <u> </u> -000	0000		□000-		-00000000	) 	0000	0-00-
20	SAT		)-000 <u> </u> 0000	0000	_0000	<u> </u>		-00000000	) 	0000	0-000
21	SUN	•	)-000 <u> </u> 0000	0000		□000-		-00000000	0000	0000	0000-
22	MON	•	)-000 <u> </u> -000	00000		□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
23	TUE	•	-00000000	00000	_0000	□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
24	WED	•	)-000 <u>0</u> 0000	0000		□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
25	THU	•	-00000000	00000	_0000	□000-		-00000000	0-0-0-0	0000	0-00-
26	FRI	•	)-000 <u>-</u> 000	00000		□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
27	SAT	•	-00000000	00000	_0000	□0-0-0-		-00000000	0-0-0-0	0000	0□000-
28	SUN	•	-00000000	0000	0000	□000-		-0000000	0000	0000	0-000
		0	-00000000	00000	_0000	□0-0-0-		-0000000	0-0-0-0	0000	0□000-
			)-000 <u> </u> -000	0000		□000-		-00000000	0000	0000	0□000-
			-00000000	00000		□0-0-0-		-00000000	0000	0000	0□000-
me	mo										

		体重	100	120	420	120	体脂肪率	00	00	000	000
1	MON		) <del>-</del> 000 <del>1</del> 0000	70000	0000	<u> </u>		-0004000	70000	7000	0000-
2	TUE		-00000000	0000	0000	□000-	•	-00000000	00000	-000	0-000-
3	WED		-00000000	) 	0000	□000-		-00000000	0000		0-000
4	THU		-00000000	0000	0000	□000-		-00000000	00000		0-000-
5	FRI		-00000000	0000	0000	□000-	•	-00000000	00000	-000	0-000-
6	SAT		}-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000		00000-
7	SUN		}-000□0000	0000	0000	□000-		-00000000	0000	-0-0-0	0-000-
8	MON		) <del>-</del> 0000000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000		0-000-
9	TUE		}-000□0000	) 	0000	□0-0-0-		-00000000	00000		0-000-
10	WED		) <del>-</del> 000 <u>-</u> 0000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000		0-0-0-
11	THU		-000□0000	0000	0000	□000-		-0000000	00000		0-000-
12	FRI		}-000□0000	>	00000	□000-		-0000000	>0000⊞0	-0-0-0	0-000-
13	SAT		}-000⊟0000	0000	0000	□000-		-0000000	0000	-0-0-0	0-000-
14	SUN		-00000000	0000□	0000	□000-		-00000000	0000		0-000-
15	MON		-00000000	0000	0000	□000-		-00000000	>0000		0-000-
16	TUE		-00000000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	) 	0000-
17	WED		-00000000	>□0000	0000	□0-0-0-		-00000000	0000□€		0-00-0
18	THU		-00000000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	>0000⊞0		0000-
19	FRI		-00000000	) <del> </del>	0000	□0-0-0-		-00000000	0000□€		0-000-
20	SAT		-00000000	>	0000	□0-0-0-		-00000000	0000□0	-0-0-0	0-0-0-
21	SUN		-00000000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	-0-0-	0-00-0-
22	MON		-00000000	0000⊞	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	-0-0-0	0-0-0-
23	TUE		-00000000	0000	0000	□000-		-00000000	00000		0-000-
24	WED		-00000000	0000	0000	□000-		-0000000		-0-0-0	0-000-
25	THU		-00000000	)-0-0-C	0000	□000-		-0000000	0000		0-000-
26	FRI		-00000000	0000	0000	□0-0-0-		-0000000	0000		0-000-
27	SAT		-000-0000	0000⊞0	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	-0-0-0	0-0-0-
	SUN		-00000000	0000	0000	□000-		-00000000	0000	>□000	0-000-
	MON		<del> </del> -000□0000	0000⊞	0000	□0-0-0-		-000 <u>□</u> 0000	00000		0-0-0-
	TUE	•	-000 <u>□</u> 0000					-00000000			
31	WED		-00000000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	0000		0-0-0-
me	mo										

		–	40	120	480	120		alo	00	60	/0/0
4		体重		<u> </u>	1	<u> </u>	体脂肪率	1			
Τ	THU		}-000 <u></u> □0000	)H000C	10000	H000-		-000 <u> </u>  0000			OLIO00-
2	FRI		-000-0000	00000				-00000000	)	0	o <u>-</u> 000-
3	SAT		-00000000	0000		-0-0-0		-0000000	)	0-000	>-000
4	SUN		-00000000	0000				-00000000	0000	0000	0□000-
5	MON		<u>}-000⊟0000</u>	0000		-0-0-0		-0000000	) 	0000	>□000-
6	TUE		}-000□0000	00000				}-000□000¢	0000	0000	0-00-
7	WED		}-000□0000	00000				}-000□000k	>□000	>	o⊟000-
8	THU		}-000⊟0000	0000		-0-0-0		-00000000	D□000(	0000	0□000-
9	FRI		}-000 <u>□</u> 0000	0000		□000-		}-000□000¢	>□000(	0000	0-00-
10	SAT		}-000⊟0000	0000		-0-0-0		-000□0000	>□000(	0000	>□000-
11	SUN		}-000□0000	0000		□000-		}-000□000¢	>□000(	0000	0-000
12	MON		}-000⊟0000	0000		-0-0-0		-00000000	) 	0000	>□000-
13	TUE		}-000⊟0000	0000		<del>-000</del>		}-000 <u>□</u> 0000	>□000(	0000	0-000
14	WED		)-000 <u> </u> 0000	0000				-0000000	0000	0000	0□000-
15	THU		}-000⊟0000	D-0-0-0		-0-0-0		<del> </del> -000□0000	D⊟0000	D=000	0⊟000-
16	FRI		}-000□0000	0000				}-000□000k	0000	0000	0000-
17	SAT		}-000□0000	00000				}-000□000k	D-000	0000	o⊟ooo–
18	SUN		}-000⊟0000	0000		-0-0-0		<del> </del> -000□0000	00000	0000	0□000-
19	MON		)-000 <u> </u> 0000	0000				-00000000	D□000(	0000	0□000-
20	TUE		}-000□0000	00000				}-000 <u>□</u> 0000	D-000	0-000	o⊟ooo–
21	WED		}-000□0000	0000				}-000□000k	0000	0000	0000
22	THU		}-000⊟0000	0000		-0-0-0		<del> </del> -000□0000	>□000(	0000	>□000-
23	FRI		}-000⊟0000	0000				<del> </del> -000□0000	0000	0000	0□000-
24	SAT		)-000 <u> </u> 0000	0000		<del>□</del> 000-		<del> </del> -000□0000	>□000(	0000	>□000-
25	SUN		-000=0000	00000		-0-0-0		-00000000	>	0-000	>-000
26	MON		)-000⊟0000	0000		-0-0-0		-00000000	>□000	0000	>□000-
27	TUE		-000=0000	00000		-0-0-0		-00000000	>□000	0-00-0-	>-000
28	WED		)-000⊟0000	0000		-0-0-0		-00000000	>	0000	0000
29	THU	•	-00000000	00000		-0-0-0		-00000000	)	0000	> <u></u>
30	FRI		-00000000	00000		-0-0-0		-00000000	>⊟000	0000	>
			)-000⊟0000	00000		-0-0-0		-00000000	>⊟000	0000	o⊟000-
me	mo										

		体重	450	420	480	120	体脂肪率	6/0	00	000	000
1	SAT		-0000000	<del> </del> 0000	700001	7000-		-00040000	70000	7000	07000-
2	SUN		}-000□0000	□0000	□0000l	<b>0-0-</b>		-000□0000	2000⊡		0-000-
3	MON	•	}-000□0000	□0000	□0000l	<b>_000</b>	•	-000⊒0000	2000⊡		0-000
4	TUE		)-000□0000	□0000	□0000l	<b>3000</b> -		-000□0000			0-000-
5	WED		<u>-00000000</u>	□0000	_0000d	<b>0-0-</b>		-000⊒0000	2000⊡		0-00-0
6	THU	•	)-000□0000	□0000	_0000d	<b>3000</b> -		-00000000			0-00-
7	FRI		<u>}-000□0000</u>	□0000	_0000d	<b>-000</b>		-000□0000	2000⊡		0-0-0-
8	SAT	•	-000⊒0000	□0000	_00000	<b>0-0-</b>	•	-00000000	2000⊡		0-0-0-
9	SUN		-000□0000	□0000	□0000	<b>0-0-</b>	•	-00000000	0000		0000-
10	MON	•	<u>}-000⊟0000</u>	□0000	   	<b>3000</b> -	•	-00000000	2000⊡	-0-0-0	0-0-0-
11	TUE	•	-000□0000	□0000	□0000l	<b>_000</b>	•	-00000000	0000		0000-
12	WED		<u>}-000□0000</u>	□0000	_00000l	<b>3000</b> -		-00000000	2000⊡	-0-0-0	0□0-0-
13	THU	•	)-000□0000	□0000	_0000d	<b>_000</b>	•	-00000000	2000⊡		0-0-0-
14	FRI		<u>}-000□0000</u>	□0000	_00000l	<b>0-0-</b>		-00000000	2000⊡		0□000-
15	SAT	•	<u>}-000⊟0000</u>	□0000	   	<b>3000</b> -	•	-00000000	2000⊡	-0-0-0	0-0-0-
16	SUN		-000□0000	□0000	□0000l	<b>_000</b>	•	-00000000	0000		0000-
17	MON		<u>}-000□0000</u>	□0000	_0000d	<b>0-0-</b>		-000□0000	2000⊡		0-0-0-
18	TUE	•	)-000□0000	□0000	_0000d	<b>0-0-</b>		-000□0000			0-00-
19	WED		}-000□0000	□0000	_0000d	<b>000</b>	•	-000□0000	2000⊡		0-000-
20	THU	•	}-000□0000	□0000	□00001	<b>_000</b>	•	-000⊟0000	2000⊡		0-000
21	FRI		}-000□0000	□0000	□0000l	<b>1000</b> -		-000□0000	2000⊡		0000-
22	SAT		}-000□0000	□0000	□00001	<b>0-0-</b>	•	-000⊟0000	2000⊡		0-000-
23	SUN	•	}-000□0000	□0000	_0000d	<b>_000</b>		-000□0000	2000⊡		0000-
24	MON		}-000□0000	□0000	D0000	<b>0-0-</b>	•	-000□0000	2000⊡		0-000-
25	TUE	•	<u>}-000⊟0000</u>	□0000	_00000	<b>0-0-</b>	•	-00000000	2000⊡		0-0-0-
26	WED		)-000□0000	□0000	_0000d	<b>3000</b> -		-00000000			0-00-
27	THU	•	<u>}-000⊟0000</u>	□0000	   	<b>3000</b> -	•	-00000000	2000⊡	-0-0-0	0□0-0-
28	FRI	•	)-000□0000	□0000	_0000d	<b>3000</b> -		-000□0000			0-000-
29	SAT		-0000000		_0000d	J-0-0-		-00000000	2000⊡	-0-0-0	0□0-0-
30	SUN		_ - - - - - - - - - - - - - - - - - - -	□0000	_00000	<b>0-0-</b>		-00000000	D000C		0-0-0-
31	MON		_ - - - - - - - - - - - - - - - - - - -	□0000	0000l	J000-		-00000000	D000C		0000-

		体重		120	150	120	150	体脂肪率	<u>K</u>	00	00	00	00
1	TUE		<u> </u>	10000	40000	40000	<del> </del>		)-000 <u>F</u>	0000	<del>-</del>	4000	0000-
2	WED		-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	0000	<u> </u>	-0-0-0	0□000-
3	THU		)-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
4	FRI		)-000E	]000C		0000	□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
5	SAT		-000E	3000C	D000C		□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-000	0-000-
6	SUN	•	-000E	10000	0000	0000	□0-0-0-	•	)-000E	10000	0000	-000	0-000-
7	MON		)-000E	3000C			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
8	TUE		)-000E	] <del>000</del> 0	D000C		□0-0-0-	•	)-000E	10000	0000	-000	0-000-
9	WED (	•	-000E	10000			□0-0-0-	•	)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
10	THU		-000E	3000C	D000C		□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-000	0-000-
11	FRI		)-000E	3000C		0000	□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-000	0000-
12	SAT		)-000E	3000C	D000C		□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
13	SUN		)-000E	] <del>000</del> 0			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-	0-000-
14	MON	•	)-000E	]000C			□0-0-0-	•	)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
15	TUE		)-000E	] <del>000</del> 0			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
16	WED (		)-000E	]000C		0000	□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-000	0000-
17	THU		)-000E	] <del>000</del> 0			□0-0-0-		)-000E	0000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
18	FRI		)-000E	] <del>000</del> 0		<b>□</b> 0000	□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-	0000-
19	SAT		)-000E	10000			□0-0-0-		)-0-0-E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
20	SUN		) <del>-</del> 000E	10000			□0-0-0-		)-0-0-E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
21	MON		)-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
22	TUE		)-000E	10000			□0-0-0-		)-0-0-E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
23	WED		)-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
24	THU		-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
25	FRI		)-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
26	SAT		-000E	1000C	0000		□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
27	SUN		-000E	10000			□0-0-0-		-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
28	MON		)-000E	10000			□0-0-0-		)-000E	10000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
29	TUE		-000E	10000			□0-0-0-		-000E	10000	<u> </u>		0-000-
30	WED		-000E	10000	0000		□000-		}-0-0-⊏	0000	<u> </u>	-0-0-0	0-000-
			)-000E	10000	0000		□000-		)-000E	10000	<u> </u>		0-000-
me	mo												

-		体重	150 150	100 10	6	体脂肪率	00	00	00	00
1	THU	FF =	-000 <u>-000</u> -000	60000	)-O-		-0000000	0000		o <u>l</u> ooo-
2	FRI		,  -000 <u> </u>  0000  0000		)-O-		-000  0000	0000	o⊟000	0-0-0-
3	SAT		,  -000 <u> </u>  0000  0000		)-O-		-000  0000	0000	o⊕o-	0-00-0
4	SUN		,  -000=0000=000		)-O-		-000  0000	0000	0□000	0-00-
5	MON		- -000=0000=0000		)-O-		-00000000	0000	>□000	0-0-0-
6	TUE		- -000 <u>000000</u> 0000		)-O-		-00000000	0000	>□000	0-00-
7	WED		- -000=0000=0000		)-O-		-00000000	000⊡	>□000	0-00-
8	THU		-00000000000000000000000000000000000000		)-O-		-000  0000	0⊟000	>□000	0-000
9	FRI		-000□0000□0000	0000000	)-O-		-00000000	0000	0000	0-00-
10	SAT		-00000000000000000000000000000000000000		)-O-	•	-00000000	0000	0-0-0	0□000-
11	SUN		-000□0000□0000		)-O-	•	-00000000	0000	>□000	0-00-
12	MON		-00000000000000000000000000000000000000		)-O-		-00000000	0000	>□000	0-0-0-
13	TUE	•	-00000000000000000000000000000000000000		-0-		-00000000	0000	>□000	0-00-
14	WED		-000□0000□0000		<del>-</del>		-000  0000	0000	>□000	0-000
15	THU	•	-00000000000000000000000000000000000000		)-O-		-00000000	0000	o-0-0-	0-00-0
16	FRI		-00000000000000000000000000000000000000		)-O-		-000  0000	0000	0000	0-000
<b>17</b>	SAT		-000□0000□0000		)-O-		-000  0000	0000	>□000	0-00-0
18	SUN	•	-00000000000000000000000000000000000000		)-O-		-000  0000	0000	o⊕oo	0-000
19	MON		-000□0000□0000		) <del>-</del> O-		-000  0000	0000	>□0-0-0	0-00-0
20	TUE	•	-000□0000□0000		)-O-		-000  0000	000⊡	>□000	0-000
21	WED		-00000000000000000000000000000000000000		D-O-		-000  0000	0000	0000	0-00-
22	THU		-00000000000000000000000000000000000000		) <del>-</del> O-		-00000000	0000	o⊕oo⊕	0-0-0-
23	FRI		-000□0000□0000		)-O-		-00000000	000	0000	0-00-
24	SAT		-000□0000□0000		<del>-</del>		-000  0000	000⊡€	>□000	0-0-0-
25	SUN		-000□0000□0000	D0000⊞00	D-O-		-000  0000	0000	000	0-000
26	MON		-00000000000000000000000000000000000000		) <del>-</del> O-		-00000000	0000	0-000	0-000
27	TUE		-00000000000000000000000000000000000000	DO-000-0	) <del>-</del> O-		-00000000	000	0-00-0	0-000
28	WED		-00000000000000000000000000000000000000	>□0000□0C	-0-		-000  0000	0000	>□000	0-00-
29	THU		-00000000000000000000000000000000000000		) <del>-</del> O-		-000  000	000⊡c	>□000	0-00-0
30	FRI		-00000000000000000000000000000000000000		) <del>-</del> O-		-000  000	000	>□000	0-00-0
31	SAT		-00000000000000000000000000000000000000		) <del>-</del> O-		-000  000	000	>□000	0-00-0
me	mo									

		体重	(	120	480	120	120	体脂肪率	000	000	000	000
1	SUN		-000	0000	70000	<del> </del> 00001	7000-		-0004000	20000	9000	2000-
2	MON		)-000¤	0000	<u> </u>	10000E	⊒000-		-0000000	>□000C	0000	>□000-
3	TUE		)-000 <del>-</del>	0000	<u> </u>	10000E	-0-0-C		-0000000	>□000C	0000	>□000-
4	WED	•	)-000¤	0000	<u> </u>	10000E	3000-		-0000000	0000	0000	>□000-
5	THU	•	<del>-000</del>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oooc	>	>□000-
6	FRI	•	<del> </del> -0000	0000	<u>_0000</u>	10000□	3000-		-0000000	0000	0000	>□000-
7	SAT		) <del>-</del> 0000	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	>□000C	) 	>□000-
8	SUN		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟ooo	) 	>□000-
9	MON		<del>-000</del>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟ooo	) 	>□000-
10	TUE	•	)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oooc	>	>□000-
11	WED		<del> </del> -0000	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	00000	0000	>□000-
12	THU	•	)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oood	>	>□000-
13	FRI		<del> </del> -0000	0000	<u>_0000</u>	10000□	3000-		-0000000	00000	0000	>□000-
14	SAT		<del> </del> -0000	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oood	) 	>□000-
15	SUN		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oooc	)	>□000-
16	MON		<del> </del> -0000	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	00000	0000	>□000-
17	TUE	•	<del>-000</del>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oood	>	>□000-
18	WED		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	10000□	3000-		-0000000	o⊟oood	) 	>□000-
19	THU		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	]0000	]000-		-0000000	o⊟oood	) 	>□000-
20	FRI		)-000 <b></b>	0000	<u>□</u> 00000	]0000	<u> </u>		-0000000	o⊟oood	) 	>□000-
21	SAT		}-o-o-o□	0000	□000C	]0000[	3000-		-0000000	00000	) 	>□000-
22	SUN		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	]0000	J-0-0-		-0000000	o⊟oood	) 	>□000-
23	MON		<del>-</del> 000□	0000	<u> </u>	]0000□	3000-		-0000000	0000	) 	>□000-
24	TUE		)-000¤	0000	<u> </u>	]0000□	-0-0-C		-0000000	>□0000	) <del> </del>   000	>□000-
25	WED		<del>-</del> 000□	0000	<u> </u>	]0000□	-0-0-E		-0000000	o⊟0000	)	>□000-
26	THU		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	     	<u> </u>		-0000000	00000	) 	>□000-
27	FRI		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	]0000□	-0-0-E		-0000000	o⊟0000	)	>□000-
28	SAT		}-o-o-□	0000	□000C	]0000[	<u> </u>		-0000000	00000	) 	>□000-
29	SUN		)-000 <b></b>	0000	<u> </u>	]0000□	-0-0-E		-0000000	> <u></u>	) 	>□000-
30	MON		<del>-</del> 000□	0000	□000C	]0000	<u> </u>		-0000000	00000	) 	⊃⊟0-0-0-
31	TUE		)-000 <b></b>	0000	□000C	]0000[	3000-		-0000000	00000	) 	>□000-
me	mo											

		体重	160 160 160 160	体脂肪率	00 00 00
1	WED		-0004000040000400004000-		-0004000040000400004000-
2	THU		-0000000000000000000000000		-0000000000000000000000
3	FRI		-000000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
4	SAT		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
5	SUN		-00000000000000000000000	0	-0000000000000000000000000
6	MON		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
7	TUE		-00000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
8	WED		-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
9	THU		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
10	FRI		-0000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
11	SAT		-000000000000000000000000		-0000000000000000000000000
12	SUN		-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
13	MON		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
14	TUE		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
15	WED	•	-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
16	THU		-0000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
17	FRI		-00000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
18	SAT	•	-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
19	SUN		-000000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
20	MON	•	-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
21	TUE		-00000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
22	WED		-00000000000000000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
23	THU		-00000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
24	FRI		-000000000000000000000000000	•	-000000000000000000000000000
25	SAT		-00000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
26	SUN		-00000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
27	MON	•	-00000000000000000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
28	TUE		-00000000000000000000000000	•	-000000000000000000000000
29	WED	•	-000000000000000000000000000		-0000000000000000000000000000
30	THU	•	-00000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
			-0000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000

10 OCTOBER

		体重	480	(& /&	480	体脂肪率	96 96 96
1	FRI		-0004000040	00000000	4000		-000400004000040004000-
2	SAT	•	}-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
3	SUN		-000□0000□0	>0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
4	MON		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
5	TUE		-000□0000□0	>000000000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
6	WED		-000□0000□0	00000000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
7	THU	•	-000□0000□0	>0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
8	FRI		-000□0000□0	) 0000 000 000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
9	SAT		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
10	SUN		-0000000000	>000000000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
11	MON		-000□0000□0	00000000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
12	TUE		-000□0000□0	>0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
13	WED		-000□0000□0	0000	-0-0-0		-00000000000000000000000000
14	THU		}-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
15	FRI	•	-000000000	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
16	SAT		-000000000	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-00000000000000000000000
17	SUN	•	-000□0000□0	>000000000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
18	MON		-000□0000□0	0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
19	TUE		}-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000000
20	WED		-0000000000	>000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
21	THU		}-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
22	FRI		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
23	SAT		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
24	SUN		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
25	MON		}-000□0000□0	>0000 <u></u> 0000	-0-0-0		-000000000000000000000
26	TUE		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-000000000000000000000
27	WED		}-000□0000□0	>0000 <u></u> 00000	-0-0-0		-000000000000000000000
28	THU		-000□0000□0	>0000 <u></u> 0000	-0-0-0		-000000000000000000000
29	FRI		-000□0000□0	>0000 <u>0</u> 0000	-0-0-0⊞		-000000000000000000000
30	SAT		-0000000000	000000000	-0-0-0		-000000000000000000000
31	SUN		-000□0000□0	)000 <u>0</u> 0000	-0-0-0		-0000000000000000000000
me	mo						

		体重	/\$0 /\$0 /\$0 /\$0	体脂肪率	00 00 00 00
1	MON		-0004000040000400004000-		-000400004000040004000-
2	TUE		-0000000000000000000000000		-0000000000000000000000000
3	WED		-00000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
4	THU		-00000000000000000000000		-0000000000000000000000000
5	FRI		-0000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
6	SAT		-0000000000000000000000000		-0000000000000000000000000
7	SUN		-00000000000000000000000000		-0000000000000000000000000
8	MON	•	-00000000000000000000000000	•	-00000000000000000000000000
9	TUE		-000000000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
10	WED		-00000000000000000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
11	THU		-00000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
12	FRI		-0000000000000000000000000000		-00000000000000000000000000000000000000
13	SAT		-00000000000000000000000000		-00000000000000000000000000
14	SUN		-000000000000000000000000000		-000000000000000000000000000
15	MON		-000000000000000000000000000		-000000000000000000000000000
16	TUE		-0000000000000000000000000		-00000000000000000000000
17	WED		-000000000000000000000000		-0000000000000000000000
18	THU		-00000000000000000000000		-0000000000000000000000
19	FRI		-000000000000000000000		-000000000000000000000
20	SAT		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
21	SUN		-000000000000000000000		-000000000000000000000
22	MON		-00000000000000000000000000		-0000000000000000000000
23	TUE		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
24	WED		-00000000000000000000000000		-0000000000000000000000
25	THU		-00000000000000000000000000000000000000		-0000000000000000000000
26	FRI		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
27	SAT		-000000000000000000000000000		-0000000000000000000000
28	SUN		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000
29	MON		-000000000000000000000000000		-0000000000000000000000
30	TUE		-00000000000000000000000		-0000000000000000000000
			-000000000000000000000000000	•	-000  0000  0000  0000  000-

## 12 DECEMBER

		体重	120	120	150	120	体脂肪率	00	00	00	Olo
1	WED		-00040000	4000	70000	<del></del>		-00000000	100001	70000	D-000-
2	THU	•	-000⊟0000	>	0000	□0-0-0-		-000 <u>-</u> 0000	100001	30000	0-000
3	FRI		-000⊟000€	>	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	0-000
4	SAT	•	-000□0000	2000⊡	0000	□000-		-000 <u>-</u> 0000	100001	30000	0-000
5	SUN	•	-000⊟0000	>0000	0000	□0-0-0-		-000 <u>-</u> 0000	100001	30000	0-0-0-
6	MON		-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	0-0-0-
7	TUE		}-000⊟0000	0000⊟	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	>□-0-0-
8	WED		}-000⊟0000	0000	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	0-0-0-
9	THU		}-000□0000	2000⊡	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-000-
10	FRI		}-000⊟0000	0000⊟	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	0-0-0-
11	SAT		}-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	D-000-
12	SUN		}-000⊟000€	2000⊡(	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
13	MON		}-000⊟0000	0000⊞	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-000-
14	TUE		}-000⊟0000	>	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	0-000
15	WED		}-000⊟0000	0000⊞	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
16	THU		}-000□0000	>	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-000-
17	FRI		}-000⊟0000	0000	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
18	SAT		}-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
19	SUN		}-000□0000	2000⊡	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
20	MON		}-000⊟0000	0000⊞	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
21	TUE		}-000□0000		0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-000-
22	WED		}-000⊟0000	0000⊞	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
23	THU		}-000□0000	0000⊞	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-000-
24	FRI		}-000⊟000€	>	0000	□0-0-0-		-00000000	100001	30000	0-000
25	SAT		-00000000	>	0000	□000-		-000 <u>-</u> 0000	100001	30000	0-000
26	SUN		}-000⊟0000		0000	□000-		-0000000E	100001	30000	0-000
27	MON		-00000000	>	0000	□000-		-000 <u>-</u> 0000	100001	30000	0-000-
28	TUE		}-000⊟0000	>	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	0-000
29	WED		-00000000		0000	□000-		-000 <u>-</u> 0000	100001	30000	0-000-
30	THU		}-000⊟0000	0000⊞	0000	□000-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
31	FRI		}-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-000□0000□	100001	30000	D-0-0-
me	mo										

		体重	48	120	120	120	体脂肪率	000	00	000	000
1	SAT		) <del>-</del> 000400001	700001	700001	7000-		-000-000	70000	<del>-</del>	4000
2	SUN		)-000ID000I	10000E	30000E	J-0-0-		)-000 <u>0</u> 0000	□0000	<u></u>	-0-0-0
3	MON		)-000 <u>-</u> 0000	]00000[	]00000[	<u> </u>	•	-000-000	□0000	<u></u>	-0-0-0
4	TUE		)-000⊡0000l	]00000[	]00000[	<b></b>	•	-000000000	□0000	<u> </u>	
5	WED		-00000000	]00000[	]00000[	<u> </u>		-00000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0-
6	THU		)-000⊡0000l	]00000[	]00000[	<b></b>	•	-000000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
7	FRI		)-000 <u>0</u> 0000	]00000[	]0000l	<u> </u>	0	-00000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
8	SAT		_000⊡0000l	]00000[	]00000[	<u> </u>	•	-000000000	□0000	_000C	-0-0-0
9	SUN		)-000 <u>0</u> 0000	]0000d	]0000l	J		-00000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
10	MON		)-000 <u>-</u> 0000	]00000[	]00000[	<u> </u>	•	-000-000	□0000	<u></u>	-0-0-0
11	TUE		)-000 <u>0</u> 0000	]0000€	]0000d	<b></b>	•	-00000000	□0000	000C	
12	WED		-00000000	30000E	]0000E	J-0-0-		-000-000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
13	THU		)-000 <u>-</u> 0000	]00000[	]00000[	<u> </u>	•	-000000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
14	FRI		)-000 <u>0</u> 0000	]0000E	]0000l	J-0-0-		-00000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
15	SAT		-00000000	]00000[	]00000[	<u> </u>	•	-000000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0-
16	SUN		)-000 <u>0</u> 0000	]0000€	]0000l	<b>3000</b> -	•	-00000000	□0000	000C	
17	MON		_ -000⊟0000l	]00000[	]00000[	<u> </u>		-000000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0-
18	TUE		)-000⊡0000l	]00000[	]00000[	<b>0-0-0-</b>	•	-000000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
19	WED		)-000 <u>0</u> 0000	]00000[	]00000[	<u> </u>	0	-000000000	□0000	<u> </u>	
20	THU		)-000 <u>-</u> 0000	]00000€	]0000E	J-0-0-		-000-000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
21	FRI		)-000 <u>0</u> 0000	]0000d	]0000l	J	•	-00000000	□0000	<b>□</b> 000C	
22	SAT		-00000000	30000E	]0000E	J-0-0-		-000-000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
23	SUN		)-000 <u> </u> -0000	]0000€	10000E	J000-		)-000 <u>-</u> 0000	□0000	0000	-0-0-0
24	MON		)-000 <u>0</u> 0000	10000E	10000E	J-0-0-	•	)-000 <u>-</u> 0000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
25	TUE		)-000 <u>0</u> 0000	]0000€	30000E	J000-		-00000000	□0000	<u></u>	-0-0-0
26	WED		)-000 <u>0</u> 0000	30000E	30000E	J-0-0-		)-000 <u>0</u> 0000	□0000	<u></u>	-0-0-0
27	THU		-00000000	]00000[	]00000[	<u> </u>	•	-00000000	□0000	<u></u>	-0-0-0
28	FRI		)-000 <u>0</u> 0000	]00000[	]0000d	<b></b>	•	-00000000	□0000	000C	
29	SAT		-00000000	10000E	]0000E	J-0-0-		-00000000	□0000	<u> </u>	-0-0-0
30	SUN		_ -000□0000l	]00000[	]00000[	<u> </u>		-000000000	□0000	_000C	-0-0-0
31	MON		)-000□0000l	]0000€	]00000[	] <del></del>		-00000000	□0000	<b>□</b> 000C	-0-0-0

		体重		420	120	120	420	体脂肪率	000	00	00	000
1	TUE		)-000 <u>h</u>	9000C	70000	10000	7000-		-00040000	<del></del>	70000	7000-
2	WED		<del>-000</del>	000c	_0000	       	<b>3000</b> -		}-000□000¢	D-0-0-C	_0000	<u> </u>
3	THU	•	-000-	0000	_0000	10000E	3000-		-00000000	00000	_0000	<u></u>
4	FRI		-000	0000		10000L	<b>3000</b> -		-00000000	00000	_0000	<u></u>
5	SAT		-000	9000	_0000	     	3000-		-000□000€	00000	_0000	<u> </u>
6	SUN		)-000H	0000	0000	       	<b>3000</b> -		-000□0000	D_000C	_0000	<u> </u>
7	MON		<del>-000</del>	9000	D0000	       	<b>3000</b> -		<del> </del> -000□0000	D-0-0-C	_0000	<u> </u>
8	TUE		-000	9000	_0000	       	3000-		-000□0000	D-000C	_0000	<u> </u>
9	WED		)-000H	0000	_0000C	       	3000-		-00000000	D-000C	□0000	<u></u>
10	THU		-000	9000	_0000	       	3000-		-000□000€	00000	_0000	<u> </u>
11	FRI		)-000H	0000	_0000	     	<b>3000</b> -		-000□0000	D-000C	_0000	<u> </u>
12	SAT		-000	) )	_0000	       	3000-		-000□000€	D-0-0-C	_0000	<u> </u>
13	SUN		<del>-000</del>	0000	_0000	       	<b>3000</b> -		}-000 <u>□</u> 0000	D-000C	_0000	<u> </u>
14	MON		<del>-000</del>	0000	_0000	       	<b>3000</b> -		}-ooo□ooo	D-0-0-C	_0000	<u> </u>
15	TUE		-000	9000	_0000	       	3000-		-000□000€	00000	_0000	<u> </u>
16	WED		)-000H	0000	_0000	     	<b>3000</b> -		}-000□000¢	D_000C	_0000	<u> </u>
17	THU		-000	9000	_0000	       	3000-		-000□000€	00000	_0000	<u> </u>
18	FRI		-0000	9000	_0000	       	3000-		-000□0000	D-000C	_0000	<u> </u>
19	SAT	•	-000	) )	_0000	       	3000-		}-000□000¢	D-000C	_0000	<u></u>
20	SUN		-000	9000C	_0000	       	3000-		-000□000€	00000	_0000	<u> </u>
21	MON		-0000	0000	_0000	       	3000-		-0000000	D-000C	□0000	<u> </u>
22	TUE		)-000H	)-0-0-0	<u> </u>	       	<u> </u>		-00000000	D-0-0-C	<u> </u>	
23	WED		-0000	0000	<b>_0000</b>	10000E	<b>3000</b> -		}-000□000k	D-000C	□0000	-000
24	THU		-000		<u> </u>	       	J0-0-0-		}-000□000k	D-000C	_0000	<u></u>
25	FRI	•	-000	9000	<u> </u>	10000E	<u> </u>		}-000 <u>□</u> 0000	D-000C	_0000	-0-0-0
26	SAT		-0000	0000	<u> </u>	10000E	3000-		}-000□000k	D-000C	□0000	<u>0-0-</u>
27	SUN	•	)-000H	)-0-0-0	<u> </u>	       	<u> </u>		-00000000	D-0-0-C	<u> </u>	
28	MON		)-000 <u>I</u> -	9000	<u> </u>	10000E	<b>3000</b> -		<del> </del> -000□0000	D-000C	□0000	-000
			) <del>-</del> 000=	9000	_0000	       	<u> </u>		-00000000	D-0-0-C		<u> </u>
			-000	0000	_0000C	       	3000-		-00000000	D-000C		<u> </u>
			-000	0000	_0000	     	3000-		-00000000	D-000C	□0000	<u> </u>
me	mo											

		体重	120	120	120	120	体脂肪率	00	000	00	00
1	TUE		) <del>-</del> 000 <del>-</del> 10000	70000	40000	7000-		-000-000	20000	0000	0
2	WED		}-000□0000	>	     	<b>000</b> _		-00000000	>0000	000	0-00-
3	THU		-00000000	0000	     	<b></b>		-00000000	) 	000	0-00-0
4	FRI		-000□0000	0000		<b>3000</b> -		-00000000	0000	000	0-00-
5	SAT		-00000000	) 	     	<b></b>	•	-00000000	)   	000	0-00-0
6	SUN	•	}-000□0000	0000	     	<b>_000</b>		-00000000	0000	0000	0-000
7	MON		}-000⊒0000	>	     	<b>0-0-</b>		-00000000	>□000	0000	0-00-0
8	TUE		}-000⊟0000	>	     	<b>_000</b>		-00000000	>□000C	000	0-000
9	WED		}-000□0000	0000	0000	<b>1000-</b>		-00000000	0000	000	0-00-
10	THU		-00000000	) 	     	<b>_000</b>	•	-00000000	0000	000	0-00-0
11	FRI		)-000□0000	0000	0000	<b>1000</b> -		-00000000	0000	000	0-00-
<b>12</b>	SAT		}-000⊒0000	>□0000	     	<b>_000</b>		-00000000	>□000C	0000	0-00-0
13	SUN	•	}-000⊟0000	0000	     	<b>_0000</b>		-00000000	20000	0000	0-00-
14	MON		}-000□0000	>□0000	     	<b>_000</b>		-00000000	>0000	000	0-000
15	TUE	•	}-000⊒0000	>□0000	HOOOO□	<b>_000</b>		-00000000	>□000C	0000	0-000
16	WED		}-000□0000	0000	D0000	<b>_000</b>		-00000000	0000	000	0-000
17	THU		}-000⊒0000	>□0000	HOOOO□	<b>_000</b>		-00000000	>□0000	0000	0-00-0
18	FRI		}-000□0000	) 	     	<b>_000</b>		-00000000	0000	000	0-000
19	SAT		}-000□0000	>□0000	     	<b>_000</b>		-00000000	>	0000	0-00-0
20	SUN	•	}-000□0000	>□0000	     	<b>_000</b>		-00000000	>□000C	0000	0-000
21	MON		}-000□0000	0000	     	⊒000-		-0000000	0000	000	0-000
22	TUE		) <del>-</del> 00000000	>□0000	     	<b>-0-0-0</b>		-00000000	0000	D-0-0-0	0-0-0-
23	WED		}-000□0000	0000	10000	<b>0-0-</b>		-0000000	00000	0000	0-00-
24	THU		}-000□0000	0000	10000E	<b>0-0-</b>		-00000000	00000	0000	0-0-0-
25	FRI		-000□0000	0000	10000H	<b>0-0-</b>		-00000000	>	0000	0-0-0-
26	SAT		}-000□0000	0000		<b>3000</b> -		-00000000	0000	0000	0-00-0
27	SUN		-000□0000	0000	     	<b>3000</b> -		-00000000	00000	0000	0-0-0-
28	MON		}-000□0000	0000	10000	<b>0-0-</b>		-0000000	00000	0000	0-00-
29	TUE		}-000□0000	) 	   	<b>3000</b> -		-00000000	00000	0000	0-0-0-
30	WED		}-000□0000		10000H	J-0-0-		-00000000	0000	0000	0-0-0-
31	THU		)-000□0000		10000E	J-0-0-		-00000000	0000	D-000	0-0-0-
me	mo										