		体重	420	480	480	120	体脂肪率	00	00	000	00
1	WED) - 000 <u>-</u> 0000	700001]0000E	<u> </u>		-00000000	100001]0000[7000-
2	THU		}-000□0000]0000∏]0000E	J000-		-000000000	10000]0000E	3000-
3	FRI		-000⊒0000	□0000[]0000E	J0-0-0-	•	-000000000	100001]0000€] -
4	SAT		-000□0000	□0000[]0000E]000-	•	-000 <u>-</u> 0000	100001]0000[] -
5	SUN		-000⊒0000	□0000[]0000E]0-00-	•	-000 <u>-</u> 0000	100001]0000€] -
6	MON		- -00000000	□0000[]0000E]000-		-000 <u>0</u> 0000E	10000]0000E	<u> </u>
7	TUE		-000⊟0000	□0000[]0000E]000-	•	-000 <u>-</u> 0000	100001]0000E] -
8	WED		_ -000⊟0000	_00000]0000E]000-		-000000000	100001]0000[] 000 -
9	THU		-000□0000	_00000]0000E]000-		-000000000	100001]0000[] -
10	FRI		-000⊒0000	□0000[]00000[<u> </u>	•	-000000000	100001]0000[] - 0-0-
11	SAT		-000□0000	□0000[]0000E]000-	•	-000 <u>-</u> 0000	100001]0000[] -
12	SUN		-000□0000	□0000[]0000E] 	•	-000000000	100001]0000E] - 0-0-
13	MON		-000□0000	□0000[]0000E	<u> </u>	•	-000000000	100001]0000[] -
14	TUE		-000□0000	_0000E]0000E	J0-0-0-	•	-000000000	100001]0000[] -
15	WED		-000⊒0000	□0000[]0000E	J0-0-0-	•	-000000000	100001]0000[] -
16	THU		-000□0000	_0000E]0000E	1000 -	•	-000000000	100001]0000[] -
17	FRI		}-000□0000	□0000[]0000E] 	•	-000000000	100001]0000E] -
18	SAT	•)-000□0000	□0000[]0000E	J000-	•	-000000000	100001]0000€] -
19	SUN		}-000□0000]0000∏]0000E	J-0-0-	•	-000000000	100001]0000E	3000-
20	MON		}-000□0000	100000]0000E	J-0-0-	•	-000000000	100001]0000E	-000E
21	TUE)-000□0000]0000∏]0000E] 000-	•	-000 <u>-</u> 0000	100001]0000E	3000 −
22	WED		}-000□0000	□0000[30000E	-0-0-E	•	-000000000	100001]0000E	3000-
23	THU	•	}-000□0000	100000]0000E]000-		-000 <u>-</u> 0000	10000[]0000€	3000-
24	FRI		}-000□0000]0000∏]0000E	J000-		-000000000	10000]0000E	3000-
25	SAT		}-000□0000	100000]0000E	J-0-0-	•	-000000000	100001]0000E	-000E
26	SUN		-000□0000]0000∏]0000E] 000-	•	-000 <u>-</u> 0000	100001]0000E	3000 −
27	MON		}-000□0000	□0000[]0000E]000-	•	-000000000	10000[]0000E	3000-
28	TUE	•	}-000□0000	100000]0000E]000-		-000 <u>-</u> 0000	10000[]0000€	3000-
29	WED)-000□0000]0000∏]0000[<u> </u>	•	-000000000	10000[]0000€]000-
30	THU	•	}-000□0000	□0000[]0000[]000-	•	-000000000	10000[]0000€	3000-
31	FRI		-000□0000]0000∏]0000[-000		-000000000	100001]0000€	3000-

		体重	120	120	120	120	体脂肪率	00	0/0	00	00
1	SAT		-000-0000	00000				-000-0000	D-0000		D-000-
2	SUN	٠	_ -000⊟0000	D-0-0-C		□0-0-0-		_ -000⊟0000) 		D-0-0-
3	MON		, -000⊟0000	D-0-0-C		□0-0-0-		, -000⊟0000	D-0-0-C		D-0-0-
4	TUE		_ -000⊟0000	00000		□0-0-0-		- -000⊟0000	0000		D_000_
5	WED		_ -000⊟0000) 		□0-0-0-		- -000⊟0000) 		D-0-0-
6	THU		-000 <u>-</u> 000	00000	0000	□0-0-0-		- -000 <u>-</u> 0000	D-000C		D_000_
7	FRI)-000 <u> </u> -000	D-0-0-C		□0-0-0-		-00000000	>□000C		D_0-00-
8	SAT		_ -000⊟0000	0000		□0-0-0-		- -000 <u>-</u> 00000	0000		D_000_
9	SUN		- -000 -000	0000		□0-0-0-		-00000000	0000		D_000_
10	MON		_ -000⊟0000	0000		□0-0-0-		- -00000000	0000		D_000_
11	TUE)-000 <u> </u> -000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	0000	0000	D_000-
12	WED		-00000000	D-0-0-C		□0-0-0-		-00000000	D-0-0-C		D-0-0-0-
13	THU	•	-00000000	00000		□0-0-0-	•	-00000000	00000		D-0-0-
14	FRI	•	-00000000	00000		□0-0-0-		-00000000	D-0-0-C		D-0-0-
15	SAT	•	-000=0000	0-000		□0-0-0-		-00000000) 		D-0-0-
16	SUN	•	-000-000	00000	0000	□0-0-0-		-00000000	0000	0000	D-000-
17	MON	•	-000=0000	D-0-0-C		□0-0-0-		-00000000) 		D-0-0-
18	TUE	•	-00010000	00000		□0-0-0-		-00000000	D-000C		0-0-0
19	WED		-000-000	00000		□0-0-0-		-00000000)) 	D-000-
20	THU	•	-000=0000	00000		□0-0-0-	•	-00000000	00000		D_000_
21	FRI	•	}-000⊟0000	00000		□0-0-0-	•	-00000000	0000		D_000-
22	SAT	•	}-000⊟0000	00000		□0-0-0-		-000□0000) 		D_000-
23	SUN		}-000□0000	00000	0000	□0-0-0-		-000□0000	00000		D_000_
24	MON		}-000□0000	D-0-0-C		□0-0-0-		-000□0000	D-0-0-C		D-0-0-
25	TUE		-000□0000	0-000		□0-0-0-		-000□0000	D-0-0-C		D-0-0-
26	WED		}-000□0000	00000		□0-0-0-		-000□0000	D-000C		D-0-0-
27	THU		-000□0000	0-000		□0-0-0-		-000□0000	D-0-0-C		D-0-0-
28	FRI		-000□0000	00000	0000	□0-0-0-		-000□0000	0000		D-000-
29	SAT)-000 <u>-</u> 000	D-000C		□0-0-0-		-00000000	D-0-0-C		D-000-
			}-000⊟0000	D-000C		□0-0-0-		-00000000	0000		D-000-
			}-000□0000	D-000C		□0-0-0-		-00000000	0000		D_000-
100											
me	mo										

		体重	450	420	120	120	体脂肪率	00	00	00	000
1	SUN) - 000 <u>-</u> 0000	70000	700001	<u> </u>		-0000000	40000	70000	7000-
2	MON		}-000□0000	<u> </u>	□0000[J-0-0-		-00000000	□0000	<u> </u>	>□000-
3	TUE	•	}-000□0000	<u> </u>	□0000[J000-	•	-00000000	□ 0000		>□000—
4	WED)-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> - 000-
5	THU		}-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000			-00-DEC
6	FRI	•)-000□0000	□ 0000	□0000[J000-	•	-00000000	□0000		>□000—
7	SAT		}-000□0000	□0000	□0000[3000-	•	-00000000			-0-0-E
8	SUN	•)-000□0000		□0000[J000-	•	-00000000			> <u></u> -0-0-□
9	MON		-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> <u></u> -0-0-□
10	TUE	•	-000⊒0000		□0000[3000-	•	-00000000		<u> </u>	>□000
11	WED		-000□0000		□0000[J	•	-000 <u>-</u> 0000	□0000		>□000-
12	THU	•	-000□0000		□0000[] -	•	-00000000	□0000		>□000
13	FRI	•)-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> <u></u> -000_c
14	SAT		-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> <u></u> -0-0-□
15	SUN		-000⊒0000		□0000[] -	•	-000 <u>-</u> 0000	□0000	<u> </u>	>□000
16	MON		-000□0000		□0000[J	•	-000 <u>-</u> 0000	□0000		>□000-
17	TUE		-000⊒0000		□0000[] -	•	-000 <u>-</u> 0000			>□000-
18	WED		-000□0000		□0000[J	•	-000 <u>-</u> 0000	□0000		>□000-
19	THU		-000□0000		□0000[J-0-0-	•	-000 <u>-</u> 000	□0000		>□000
20	FRI	•	-000⊒0000		□0000[3000-	•	-00000000			>□000
21	SAT)-000□0000	□ 0000	□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> <u></u> -000
22	SUN	•	-000⊒0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000	<u> </u>	>□000
23	MON	•)-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000		>□000—
24	TUE		}-000□0000	□ 0000	□0000[3000-	•	-00000000			-000Ec
25	WED	•	-000⊒0000		□0000[3000-	•	-00000000			>□000
26	THU		}-000□0000	□ 0000	□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> - 000-
27	FRI	•	-000⊒0000		□0000[3000-	•	-00000000		<u> </u>	>□000
28	SAT	•)-000□0000		□0000[3000-	•	-00000000	□0000		> <u></u> -000_
29	SUN		-000⊒0000		□0000[] 		-000 <u>-</u> 000	□0000		>□000-
30	MON		_ -000⊒0000		□0000[]000-		-000 <u>-</u> 0000			>□000-
31	TUE		-000□0000		□0000[] 		-000 <u>-</u> 0000	□0000		> <u></u> -0-0-□

_		体重	120	120	120	150	体脂肪率	00	00	000	00
1	WED) - 000 <u>-</u> 0000	70000	70000	7000-		-00040000	70000	7000	0-000-
2	THU		}-000□0000	0000	0000	-0-0-0		 -000□0000	D-0-0-C		0-000-
3	FRI	•)-000⊟0000	0000		-0-0-0		-00000000	00000		0-000-
4	SAT)-000□0000	0000	0000	□000-		-00000000	00000		0000-
5	SUN		}-000⊟0000	0000	0000	-0-0-0		-000□000€	00000		0-000-
6	MON		}-000□0000	0000	0000	-0-0-0		}-000□000k	D-000C	000	0-000-
7	TUE		}-000□0000		0-0-0-0	□ 000-		 -000□0000	D-0-0-C		0-0-0-
8	WED		}-000⊟0000	0000	0000	0-0-		 -000□0000	D-000C		0-000-
9	THU		}-000□0000	_0000	0000	□ 000-		-00000000	D-000C		0-000-
10	FRI		}-000⊟0000	0000	0000	□ 000-		}-000□000k	D-0-0-C	000	0-0-0-
11	SAT		}-000□0000	0000	0000	0-0-		}-000□000k	D-000C	000	0-000-
12	SUN		}-000⊟0000	0000	0000			}-000□000k	D-0-0-C		0-0-0-
13	MON		}-000□0000	0000	0000			}-000 <u>□</u> 0000	00000		0-000-
14	TUE		}-000□0000		0000			}-000 <u>□</u> 0000	00000		0-000-
15	WED		}-000⊡0000	0000	0000			 -000⊟0000	0-000		0-000-
16	THU		}-000□0000	0000	0000			-0000000	00000		0-000-
17	FRI		}-000□0000		0000			-0000000	0-000		0-000-
18	SAT		}-000□0000	0000	0000			-00000000	00000		0-000-
19	SUN		}-000□0000		0000			-0000000	00000		0-000-
20	MON		}-000⊟0000	0000	0000			-00000000	0-000		0-000-
21	TUE		}-000□0000		0000			-00000000	00000		0-000-
22	WED		}-000⊟0000	0000	0000			-00000000	00000		0-000-
23	THU		-000□0000	0000	0000			-00000000	00000		0-000-
24	FRI		-00000000		0000⊞			-00000000	D⊟000C		0-000-
25	SAT		-00000000	0000	0000			-00000000	00000		0-000-
26	SUN		-00000000	□0000	0000			-00000000	D□000C		0-000-
27	MON		-00000000	□0000	0000			-00000000	D-000C		0-000-
28	TUE		-000□0000	0000	0000			-00000000	00000		0-000-
29	WED		-00000000		0000	0-0-		-00000000	D-0-0-C		0-000-
30	THU		-00000000	□0000	0000			-00000000	00000		0-000-
			}-000□0000		0000			-00000000	D□000C		0-000-
me	mo										

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

		体重	150	120	480	480	体脂肪率	000 000	00	00
1	MON		-00050000	70000	10000			-0004000040000	70000	7000-
2	TUE		}-000□0000	□0000	<u> </u>	□0-0-0-		-000000000000		>□000
3	WED	•	}-000⊡0000	□0000	<u></u>	□0-0-0-		-00000000000		>□000
4	THU	•)-000□0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-00000000000		>□000-
5	FRI	0	-000□0000	□0000		□0-0-0-		-00000000000)□000-
6	SAT)-000□0000	□0000	_0000	□0-0-0-		-000000000000		>□000-
7	SUN	•	}-000⊡0000	□0000	□0000	□0-0-0-		-0000000000) -0-0-
8	MON	•	}-000⊡0000	□0000	<u></u>	□0-0-0-		-00000000000		>□000
9	TUE	•	}-000□0000	□0000	<u> </u>	□0-0-0-		-000 0000 0000		>□000-
10	WED	•	}-000⊡0000	□0000	_0000	□0-0-0-		-000000000000) <u></u>
11	THU	•	}-000□0000	□0000	<u> </u>	□0-0-0-		-000 0000 0000		>□000-
12	FRI	•	}-000⊡0000	□0000	<u> </u>	□0-0-0-		-000000000000		>□000-
13	SAT		}-000□0000	□0000	<u> </u>	□0-0-0-		-000000000000)□000-
14	SUN)-000□0000	□0000	D0000	□0-0-0-		-000000000000		>□000-
15	MON		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000) -0-0-
16	TUE)-000□0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000)□000-
17	WED		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000)□000-
18	THU		}-000□0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000) 000-
19	FRI		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000-000-000) 000-
20	SAT		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000) -0-0-
21	SUN		}-000□0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000) 000-
22	MON		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000) 000-
23	TUE)-000□0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000		>□000-
24	WED	•	}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-00000000000		>□000-
25	THU		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000 0000 0000		>□000-
26	FRI		}-000□0000	□0000		□0-0-0-		-00000000000000000000000000000000000000		>□000-
27	SAT		}-000⊡0000	□0000		□000-		-00000000000		>□000-
28	SUN		-000□0000	□0000	<u> </u>	□0-0-0-		-000000000000) <u> </u> 000-
29	MON		}-000⊡0000	□0000		□0-0-0-		-000000000000		-000⊞
30	TUE	•	}-000⊟0000	□0000		□0-0-0-		-00000000000		-000⊑
			}-000□0000	□0000		□0-0-0-		-00000000000		-000⊞
mo	mo									
.1116										

-		体重	/\$0 /\$0 /\$0 /\$0	体脂肪率	00 00 00
1	WED		-0001000010000100001000-		-0001000010000100001000-
2	THU		, -00000000000000000000000-		, -000 0000 0000 0000 000-
3	FRI		, -000 <u> </u> 00000000000000000000-		, -0000000000000000000000-
4	SAT		-000 <u>00000000000000000</u>		, -000 <u> </u> 000 0000 0000 0000
5	SUN		-000000000000000000000		- -000=0000=0000=0000=000-
6	MON		-000000000000000000000		- - - - - - -
7	TUE		-000000000000000000000		-000 0000 0000 0000 000-
8	WED		-000000000000000000000	•	-0000000000000000000000
9	THU		-0000000000000000000000		-00000000000000000000000
10	FRI		-00000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
11	SAT	•	-0000000000000000000000	•	-00000000000000000000000
12	SUN		-00000000000000000000000	•	-0000000000000000000000000
13	MON		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000000
14	TUE		-00000000000000000000000		<u>-0000000000000000000000</u>
15	WED		-00000000000000000000000		-00000000000000000000000
16	THU		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
17	FRI		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
18	SAT		-000000000000000000000		-000000000000000000000
19	SUN		-000000000000000000000	•	-000000000000000000000
20	MON		-000000000000000000000		-000000000000000000000
21	TUE		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
22	WED		-0000000000000000000000		-0000000000000000000000
23	THU		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
24	FRI		-0000000000000000000000		-000000000000000000000
25	SAT		-000000000000000000000		-000000000000000000000
26	SUN		-000000000000000000000		-000000000000000000000
27	MON		-000000000000000000000		-000000000000000000000
28	TUE		-000000000000000000000		-000000000000000000000
29	WED		-000000000000000000000		-000000000000000000000
	THU		-000000000000000000000		-000000000000000000000
31	FRI		-000000000000000000000		-000000000000000000000
122.0	mo				

		<i>u</i> =	40 40	120 120	/	00 00 00
		体重			体脂肪率	
1	SAT		-000 <u>-000</u> -000	-□0000□000-		-000 0000 0000 0000 000-
2	SUN		-00000000000000000000000000000000000000			-000000000000000000000
3	MON		-000□0000□0000	-□0000□000-		-000000000000000000000
4	TUE	•	}-000□0000□0000		0	-0000000000000000000000
5	WED		<u> -000 0000 0000</u>			-0000000000000000000000
6	THU	•	-00000000000000000000000000000000000000	-00000000-		-0000000000000000000000
7	FRI		}-000□0000□0000	-000000000-		-0000000000000000000000
8	SAT		}-000□0000□0000			-000000000000000000000
9	SUN		-000□0000□0000	-00000000-		-0000000000000000000000
10	MON		}-000□0000□0000			-000000000000000000000
11	TUE		-000□0000□0000	-00000000-		-000000000000000000000
12	WED		}-000□0000□0000	-000000000-		-0000000000000000000000
13	THU		}-000□0000□0000	-000000000		-000000000000000000000
14	FRI		}-000□0000□0000	-000000000		-0000000000000000000000
15	SAT		-000□0000□0000			-0000000000000000000000
16	SUN		-000□0000□0000	-00000000-		-000000000000000000000
17	MON		}-000□0000□0000	-000000000-		-0000000000000000000000
18	TUE		}-000□0000□0000	-000000000		-000000000000000000000
19	WED		-000□0000□0000	-00000000-		-0000000000000000000000
20	THU		-000□0000□0000			-0000000000000000000000
21	FRI	•	-000□0000□0000			-0000000000000000000000
22	SAT		-000□0000□0000			-000000000000000000000
23	SUN		-000□0000□0000	-00000000-		-000000000000000000000
24	MON		-000□0000□0000			-000000000000000000000
25	TUE		-000□0000□0000			-0000000000000000000000
26	WED		-000□0000□0000	-00000000-		-0000000000000000000000
27	THU		}-000□0000□0000			-0000000000000000000000
28	FRI		-000□0000□0000	-000000000		-000000000000000000000
29	SAT	•	}-000□0000□0000	-00000000-		-0000000000000000000000
30	SUN		-00000000000000000000000000000000000000	-00000000-	•	-00000000000000000000000000
31	MON	•	-00000000000000000000000000000000000000	-00000000-		-000000000000000000000000000
me	mo					

		体 重	180	450	400	126	体脂肪率	olo	000	0/0	0/0
1	TUE		-000-000	00000		-0-0-0		-000-000	00000	0000	0-000-
2	WED		_ -000□000	>□0000	2000⊡			-0000000	00000	0-0-0	0-00-
3	THU		, -000⊒0004	o⊟ooo⊟	2000⊡			-0000000	00000	0⊟000	0-0-0-
4	FRI		_ -000□000	0-000				-0000000	00000	0-00-	0-00-
5	SAT		_ -000⊒0004	>□0000	2000⊡			-0000000	0-000	0-0-0	0-00-
6	SUN		-00000000	0000				-0000000	00000	000	0-00-
7	MON		- - - - - - - -	>□0000	20000	-0-0-		-0000000	0-000	0-0-0	0-00-
8	TUE)-000 <u> </u> 0000	o-000⊟c	>□0000	-0-0-		-0000000	00000	000	0-00-
9	WED		-00000000	00000	0000			-0000000	00000	0000	0-00-0
10	THU		-00000000	00000	2000⊡		•	-0000000	00000	0-0-0	0-0-0-
11	FRI		-000-000	00000	0000			-000⊒000	00000	0000	0-00-
12	SAT		-000-000	>□000C	20000	-0-0-	•	-0000000	00000	0000	0-00-
13	SUN	•	-000-000	0-000	20000			-0000000	00000	0-00-0	0-00-
14	MON) - 000 <u>-</u> 000	o⊟oood	2000□	-0-0-0		-000□000	00000	000	0-00-
15	TUE) - 000 <u>-</u> 000	o⊟oood	>	-0-0-0		-000□000	00000	0000	0-00-
16	WED	•) - 000 <u>-</u> 000	00000	D0000	-0-0-		-000□000	00000	000	0_000-
17	THU) - 000 <u>-</u> 000	o⊟oood	2000□	-0-0-0		-0000000	00000	0-0-0	0-0-0-
18	FRI) - 000 <u>-</u> 000	00000	2000⊡			-000□000	00000	0000	0-00-0
19	SAT) - 000 <u>-</u> 000	o⊟oood	20000	-0-0-0		-0000000	00000	0000	0-0-0-
20	SUN		-0000000	0-000	20000			-0000000	0-000	0-0-0	0-00-
21	MON		-000-000	0000	20000			-0000000	0-000	0000	0-00-
22	TUE		-000-000	00000	>□000C	-0-0-0		-0000000	00000	000	0-00-
23	WED		-0000000	0000	>□0000			-000□000	00000	000⊡€	0-00-
24	THU		-00000000	0-0-0-0	20000			-0000000	00000	0-0-0-0	0-00-0
25	FRI		-00000000	0-0-0-0	2000⊡			-0000000	00000	0-0-0-0	0-0-0-
26	SAT		-00000000	00000	0000			-000000	00000	0000	0-00-
27	SUN		-00000000	0-0-0-0	2000⊡			-0000000	00000	0-0-0-0	0-00-0
28	MON		-0000000	00000	2000□			-0000000	00000	0-00-0	0-00-0
29	TUE)-000 <u>0</u> 0000	>□0-0-0C	2000⊡			-0000000	00000	D⊟0-0-0	0-00-0
30	WED		-0000000	0-000	2000□			-0000000	00000	0-0-0	0-00-0
			-0000000	00000	0000	-000		-0000000	00000	000□	0000-

10 OCTOBER

		体重	120	480	120	120	体脂肪率	(00)	000	000	000
1	THU		-000500005	10000	70000			-000400004	100001	7000	o _ 000−
2	FRI		-000⊡0000E	10000	□0000	□0-0-0-		-00000000]00001	3000	>□000-
3	SAT		-000⊡0000E	0000	□0000	□000-		-00000000	100001	3000	>□000-
4	SUN		-000⊡0000Е	10000	□0000	□000-		-00000000	100001	3000	>□000-
5	MON		-000⊡0000Е	30000	□0000	□000-		-00000000	10000	3000	>□000-
6	TUE		-000⊡0000⊑	10000	□0000	□000-		-000□0000□	100001	3000	>□000-
7	WED		-000⊡0000E	30000	□0000	□0-0-0-		-00000000]00001	3000	>□000-
8	THU		-000⊡0000E]0000	□0000	□000-		-00000000]0000n	3000	>□000-
9	FRI		-000□0000□]0000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0000n	J000	>□000-
10	SAT	•	-000□0000E	10000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0000n	3000	>□000-
11	SUN		-000□0000E]0000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0000 ₁	3000	>□000-
12	MON		-000000000]0000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0-0-0-0	3000	o⊟o-o-
13	TUE		-000000000	10000	0000	□0-0-0-		-00000000]0000	3000	o⊟ooo–
14	WED		-000□0000□	10000	□0000	□000-		-00000000]0000;	3000	o⊟ooo–
15	THU		-000□0000E	10000	□0000	□000-		-00000000	30000	3000	o⊟ooo–
16	FRI		-000⊡0000E	10000	□0000	□000-		-00000000]0000	3000	0-000-
17	SAT		-000⊡0000Е	10000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0000	3000	o⊟ooo–
18	SUN		-000000000	10000	0000	□0-0-0-		-00000000]0000	3000	o⊟ooo–
19	MON		-000□0000□	10000	□0000	□000-		-00000000]0000;	3000	o⊟ooo–
20	TUE		-000□0000E	10000	□0000	□000-		-00000000	30000	3000	o⊟ooo–
21	WED		-000□0000□	10000	□0000	□000-		-00000000]0000;	3000	>□000-
22	THU		-000□0000E		0000	□000-		-00000000]0000;	3000	>□000-
23	FRI		-000□0000E	10000	<u> </u>	□000-		-00000000	30000	3000	>□000-
24	SAT		-000000000	10000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0000	3000	>□000-
25	SUN		-000□0000E]0000	0000	□000-		-00000000]0000;	3000	>□000-
26	MON		-000□0000□]0000	□0000	□000-		-00000000]0000;	3000	>□000-
27	TUE		-000□0000E		0000	□000-		-00000000]0000;	3000	>□000-
28	WED		-000□0000□	10000	□0000	□000-		-00000000]0000;	3000	>□000-
29	THU		-000E000E]0000	□0000	□0-0-0-		-00000000]0000	3000	>□000-
30	FRI		-000⊞0000€	10000	□0000	□000-		-00000000]0000	3000	>□000-
31	SAT		-000□0000□	10000	□0000	□000-		-000000000	30000	J000	>□000-
.me	mo										

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

12 DECEMBER

			/.	/.	/.	/.		,	,	/	,
		体重	150	120	150	150	体脂肪率	000	000	olo	olo
1	TUE		-00040000	р ф 0000	40000	-000		-0004000	2000	04000	0000-
2	WED		}-000□0000	00000	2000⊕	-0-0-0		}-000□000·	>□000	0-00-0	0-000-
3	THU		}-000⊡0000	0000) 	-0-0-0		}-000 <u>□</u> 000	>	00000	0-000-
4	FRI)-000 <u>-</u> 000	00000		-0-0-		-0000000	>	0000	0-000-
5	SAT	•	-00000000	00000) 	-0-0-0		-00000000	>	00000	0-000-
6	SUN		-00000000	00000	>□000C	-0-0-0	0	-0000000	>□000	00000	0-000-
7	MON		-00000000	00000) 	-0-0-0		-0000000	> <u></u>	0-0-0-0	0□000-
8	TUE		-00000000	00000	>□000C	-0-0-0		-0000000	> <u>0</u> 0000	0-0-0-0-0	0-000-
9	WED		-00000000	0000	>□000C	-0-0-□		-00000000	>□000	00000	0-000-
10	THU)-000 <u> </u> 0000	0000) 	-0-0-□		-00000000	0000	0000	0_000-
11	FRI		- -000 -000	0000		-000		-0000000	>=000	0000	0000-
12	SAT		_ -000⊟0000	0000	2000⊡	-0-0-□		- -000 <u>-</u> 000	>	0-00-0	0-000-
13	SUN		- -000 -000	0000) 	-000⊞		-00000000	>□000	0000	0_000-
14	MON		-00000000	0000	>□000C	-0-0-□		-0000000	>□000	00000	0-000-
15	TUE		- -000 -000	0000) 	-0-0-0		-00000000	> <u></u>	00000	0-000-
16	WED		-00000000	0000	D000C	-0-0-□		-00000000	0000	00000	0_000-
17	THU		- - - - - - - - -	0000) 	-0-0-□		-00000000	>□000	00000	0-000-
18	FRI		-00000000	00000	>□000C	-0-0-□	0	-0000000	>□000	00000	0_000-
19	SAT		-000-000	00000	2000⊕	-0-0-0		-0000000	>	0-00-0	0-000-
20	SUN	•	-00010000	00000	20000	-0-0-0		-0000000	>	0-00-0-	0-000-
21	MON		-000-000	00000		-0-0-0		-0000000	>	0000	0-000-
22	TUE	•	-000=0000	0000		-0-0-0		-0000000	>	0000	0-000-
23	WED)-000 <u>-</u> 000	00000		-0-0-0		-0000000	>	0000	0-000-
24	THU)-000 <u> </u> -000	0000	2000⊡	-0-0-0		-0000000	>	0000	0-000-
25	FRI		}-000⊟0000	0000	×□0000	-0-0-0		-0000000	>	00000	0-000-
26	SAT	•	}-000⊟0000	0000	>□000C	-0-0-0		-0000000	> <u></u>	0000	0000-
27	SUN		}-000⊟0000	0000	2000⊡	-0-0-0		-0000000	>	0000	0-000-
28	MON)-000 <u>-</u> 000	00000		-0-0-0		-0000000	>000	0000	0-000-
29	TUE	•	-00000000	0000		-0-0-0		-0000000	>	0000	0-000-
30	WED	•)-000 <u>-</u> 000	0000		-0-0-0		-0000000	2000	0000	0-000-
31	THU	•	-000000000	0000		-0-0-0		-0000000	2000	0000	0000-
, no.											
.me	mo										

30 sat000000000000000000000000	00000000000000000000000000
31 SUN000000000000000000000000000000000	00000000000000000000000000
memo	

		体重	120	150	120	120	体脂肪率	0/0	0/0	000	000
1	MON)-000 <u>1</u> 000	•o oooc	70000	 		 -000 0000	20000	7000	0000-
2	TUE		<u>}-000</u> □000	00000		□000-		-00000000	00000	0000	0□000-
3	WED	•	<u>-</u> 000⊒000	+O□OOOC		□0-0-0-		-00000000	> 	0000	0□000-
4	THU		<u>-</u> 000□000	+O□OOOC	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0000-
5	FRI		<u></u> -000□000	+O□OOOC		□0-0-0-		-00000000	>□000GC	0000	0□000-
6	SAT		-000 <u>-</u> 000	+0 <u>□</u> 0000		□000-		-00000000	0000	0000	0-000
7	SUN		- -000 -000	00000		□0-0-0-		-00000000	0000	0000	0□000-
8	MON		-000 <u>-</u> 000	00000		□000-		-00000000	0000	0000	0-000
9	TUE		- -000 -000	00000		□000-		-00000000	0000	0000	0-000
10	WED		-000 <u>-</u> 000	00000		□0-0-0-		-00000000	0000	0000	0-000
11	THU		- -000⊟00C	00000		□000-		-00000000	0000	0000	0-000
12	FRI		- -000 -000	00000		□0-0-0-		-00000000	0000	0000	0□000-
13	SAT		- -000⊟00C	00000		□0-0-0-		- -000 -000	0000	0000	0-000
14	SUN		-000 <u>-</u> 000	+0 <u>□</u> 0000		□0-0-0-		-00000000	0000	000	o□ooo-
15	MON		<u>-</u> 000□000	+O□OOOC		□0-0-0-		-00000000	>□000GC	0000	o□ooo-
16	TUE		<u>-</u> 000□000	+O□OOOC	0000	□0-0-0-	0	-00000000	00000	0000	0000-
17	WED		<u>-</u> 000⊒000	+O□OOOC		□0-0-0-		 -000□0000	0-000	0000	0□000-
18	THU		<u>-</u> 000⊟000	+O□OOOC		□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0□000-
19	FRI		<u>}-000⊞000</u>	+O□OOO		□0-0-0-		-00000000) 	0000	0□000-
20	SAT		<u>-</u> 000⊟000	00000		□000-		-00000000	>	0000	0-000
21	SUN		<u>-000</u> □000	00000	0000	□000-		-00000000	00000	0000	0-000
22	MON		<u>-</u> 000⊟000	+O□OOO		□0-0-0-		-00000000	>□000C	0000	0□000-
23	TUE		<u>-</u> 000⊟000	00000		□000-		-00000000	00000	0000	0000-
24	WED		<u>}-000⊞000</u>	+O□OOO		□0-0-0-		-00000000)	0000	0□000-
25	THU	•	<u>-</u> 000⊟000	+O□000C		□0-0-0-		-00000000	>□000C	0000	o <u>□</u> 000-
26	FRI		<u>-</u> 000⊟000	00000		□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0000-
27	SAT		<u>-</u> 000⊟000	+O□OOO		□0-0-0-		-00000000	>□000C	0000	0□000-
28	SUN		<u>-</u> 000□000	+O□OOOC		□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0000-
			<u>}-000⊟000</u>	+O□OOO		□0-0-0-		-00000000	>⊟000C	0000	0□000-
			_000 <u></u> _000	+O□OOOC		□0-0-0-		-00000000	>⊟000	0000	0□000-
			<u>-</u> 000⊟000	+O□OOOC		□0-0-0-		-0000000	>⊟000	0000	0-000
me	mo										

		体重	120	120	150	120	体脂肪率	00	00	00	0/0
1	MON) - 000 - 10000	70000	40000	<u> </u>		-000-000	70000	0000	0
2	TUE		}-000□0000	>	D0000	□000-		-00000000	0000	000	0-00-
3	WED		-00000000	0000	10000H	□0-0-0-		-00000000	0000	000	0-00-
4	THU		-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	000	0-00-
5	FRI		-00000000) 	D-0-0-0H	□000-	•	-00000000	00000	000	0-00-
6	SAT)-000⊟0000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	000	0-00-
7	SUN		}-000⊟0000	2000⊡	 	□000-		-00000000	0000	000	0-00-
8	MON		}-000⊟0000	>	 	□000-		-00000000	0000	000	0-000-
9	TUE		}-000□0000	0000	0000	□000-		-00000000	00000	000	0-00-
10	WED		-00000000) 	10000H	□000-	•	-00000000	00000	000	0-00-
11	THU)-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-00000000	00000	000	0-00-
12	FRI		}-000⊒0000	>□0000	 	□000-		-00000000	0000	0000	0□000-
13	SAT	•	}-000⊟0000	0000	10000H	□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
14	SUN		}-000□0000) 	D0000	□000-		-00000000	0000	000	0-00-
15	MON		}-000⊒0000	>□0000	HOOOO□	□000-		-00000000	0000	0000	0□000-
16	TUE		}-000□0000	0000	0000	□000-		-00000000	0000	000	0-00-
17	WED		}-000⊒0000	>□0000	 	□000-		-00000000	0000	0000	0□000-
18	THU	•	}-000⊟0000	0000	10000H	□000-		-00000000	0000	0000	0-00-
19	FRI		}-000□0000	>□0000	D0000	□000-		-00000000	0000	000	0-00-
20	SAT	•	}-000□0000	>□0000	 	□000-		-00000000	>0000	0000	0□000-
21	SUN		}-000□0000	0000	D0000	□0-0-0-		-00000000	00000	000	0-000
22	MON) - 00000000	>□0000	10000E	□-0-0-		-00000000	00000	0-0-0	0□000-
23	TUE		}-000□0000	0000	10000 H	□0-0-0-		-0000000	00000	0000	0-00-
24	WED		}-000□0000	0000	 	□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0-000-
25	THU		}-000⊟000€) 	10000H	□0-0-0-		-00000000	0000	0000	0-000-
26	FRI		}-000□0000	0000	00000	□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0-00-
27	SAT		-000□0000	0000	10000H	□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0-00-0
28	SUN		}-000□0000	0000	0000	□0-0-0-		-0000000	00000	0000	0-00-
29	MON		}-000□0000) 	P-0-0-0H	□0-0-0-		-00000000	00000	0000	0□000-
30	TUE		}-000□0000		H0000H	□000-		-00000000	0-000	0000	0-00-0
31	WED)-000□0000		10000H	□000-		-00000000	0000	D-000	0-00-0
memo											