## Monthly Two Person Weight Loss Journal

	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat		Sun	
	Α	В	Α	В	Α	В	Α	В	Α	В	Α	В	Α	В
Weight														
Diet														
Exercise														
	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat		Sun	
	Α	В	A	В	A	В	Α	В	A	В	A	В	A	В
Weight														
Diet														
Exercise														
Excroise														
	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat			un
	Α	В	A	В	A	В	Α	В	A	В	A	В	A	В
Weight														
Diet														
Exercise														
			1		·		·				1			
-	Mon		Tue		Wed		Thu		Fri		Sat		Sun	
	A	В	A	В	A	В	A	В	A	В	A	В	A	В
Weight														
Diet														
Exercise														
	Mon Tue			Wed		The		F <sub>w</sub> ;		Cat		C		
	A B		A B		A B		Thu B		Fri A B		Sat A B		Sun B	
Majakt														
Weight														
Diet														
Exercise														