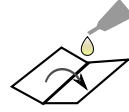
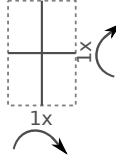
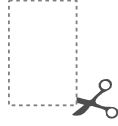
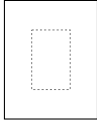


1. A4 drucken
2. ausschneiden
3. 2x knicken
4. kleben



**Menstruationskalender**  
**GOTHIC**

**tyb**

**Blutung**  
stark - normal - schwach - Schmierblutung

**Kontrolliere die Zyklusdauer!**

Zeitspanne vom 1. Tag der Blutung bis zum letzten Tag vor der nächsten Regelblutung (23-35 Tage sind normal).  
Bsp.: Am 5. April beginnt eine Regelblutung und die folgende hätte dieser Zyklus 32 Tage.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
J																															
F																															
M																															
A																															
M																															
J																															
J																															
A																															
S																															
O																															
N																															
D																															

**trainyabrain**  
Blog über Natürliche Familienplanung

**tyb**

Der Menstruationskalender Gothic ist ein Muss für alle Anhänger der schwarzen Szene. Mit seiner dunklen, düsteren Gestaltung läuft bei seinem Anblick so manchen Frauenarzt ein kalter Schauer über den Rücken. Frauen, die den Menstruationskalender Gothic herunterladen, hören gern Heavy Metal, lieben Partys an düsteren Orten wie Friedhöfen und tragen vorwiegend schwarze Kleidung...

**Mehr Menstruationskalender auf:**  
[www.trainyabrain-blog.com/2012/08/menstruationskalender-beauty/](http://www.trainyabrain-blog.com/2012/08/menstruationskalender-beauty/)