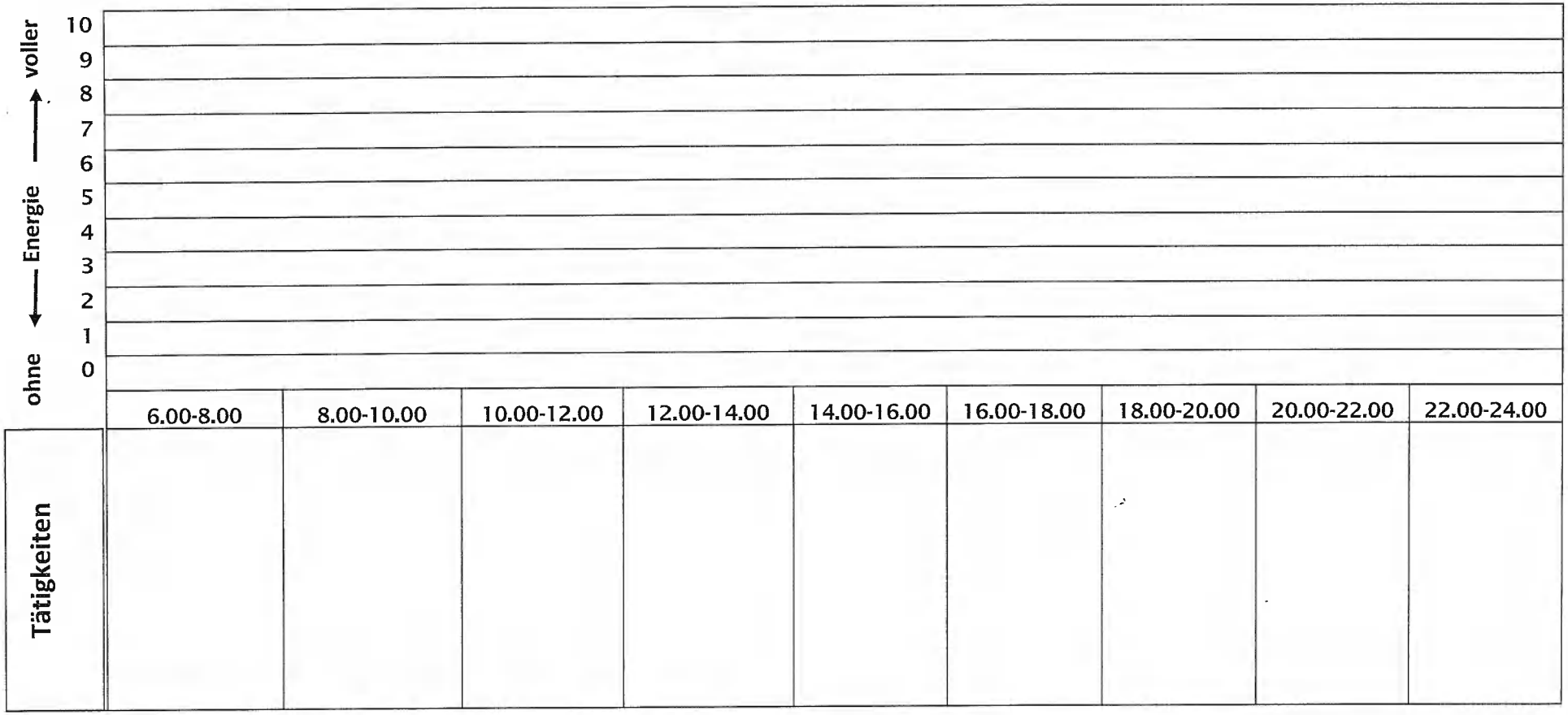
Energieprofil

Wochentag: _____ Datum:_____

Besonderheiten (z. B. Qualität des Nachtschlafs, besondere Ereignisse, Abweichungen von der normalen Routine): _____

_____



nach H. Lorenzen (2010)