

Zyklus kalender 2020

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Jan	•	•	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
J/Feb	27 Jan	28	29	30	31	1 Feb	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
F/März	24 Feb	25	26	27	28	29	1 März	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
M/Apr	23 März	24	25	26	27	28	29	30	31	1 Apr	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
A/Mai	20 Apr	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1 Mai	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
M/Juni	18 Mai	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1 Juni	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
J/Juli	15 Jun	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1 Juli	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Juli/A	13 Jul	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1 Aug	2	3	4	5	6	7	8	9
Aug/S	10 Aug	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1 Sep	2	3	4	5	6
Sep/O	7 Sep	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1 Okt	2	3	4
Okt/N	5 Okt	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	1 Nov
Nov	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
Nov/D	30 Nov	1 Dez	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
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So

Sie können den Zyklustag 1 (das ist jeweils der erste Tag Menstruationsblutung) mit einem Punkt eintragen

Tage mit **Vollmond** sind fett gedruckt

Kalender für das laufende Jahr finden Sie auf www.maldoner.jimdofree.com

© Diplom-Sexualpädagoge Peter Maldoner

P.S.: Die Erfahrung zeigt, dass oft Aufzeichnungen zum Zyklus diesen regelmäßiger machen