

Schlafstagebuch von, geb. am

		Vormittag					Nachmittag					Abend				Nacht											
Uhrzeit:		7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	6		
Datum	Tag																									Std.ges.	
12.08.	Mo	■	■	■	■	■		■	■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	14,50