Zykluskalender **Natürliche Familienplanung**

© Dr. E. Becherer, Titisee-Neustadt, www.dr-becherer.de

Datum																																				
Zyklustag	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.	32.	33.	34.	35.
Blutung	stark																																			
	mittel																																			
	schwach																																			
Geschlechtsverkehr																																				
Mittelschmerz																																				
Temperatur Meßzeit																																				
Basaltemperatur	37,5 °																																			
	37,4 °																																			
	37,3 °																																			
	37,2 °																																			
	37,1 °																																			
	37,0 °																																			
	36,9 °																																			
	36,8 °																																			
	36,7 °																																			
	36,6 °																																			
	36,5 °																																			
	36,4 °																																			
	36,3 °																																			
	36,2 °																																			
	36,1 °																																			
	36,0 °																																			
Zervixschleim Fühlen																																				
Zervixschleim Aussehen																																				
Gebärmutterhals Lage und Öffnung																																				
Gebärmutterhals Festigkeit																																				
Besonderheiten																																				