

## Bewegungstagebuch

[patientenname]		<b>MEIN BEWEGUNGS-TAGEBUCH</b>				
Woche vom .....		bis .....		Mein Ziel in dieser Woche:		
	<b>Art der Bewegung</b>	<b>Dauer (in Minuten)</b>	<b>Anzahl der Übungseinheiten</b>	<b>Einfluss auf meine Schmerzen</b>	<b>Und so habe ich mich heute insgesamt gefühlt</b>	
				positiv negativ keinen	besser schlechter unverändert	
Montag						
Dienstag						
Mittwoch						
Donnerstag						
Freitag						
Samstag						
Sonntag						