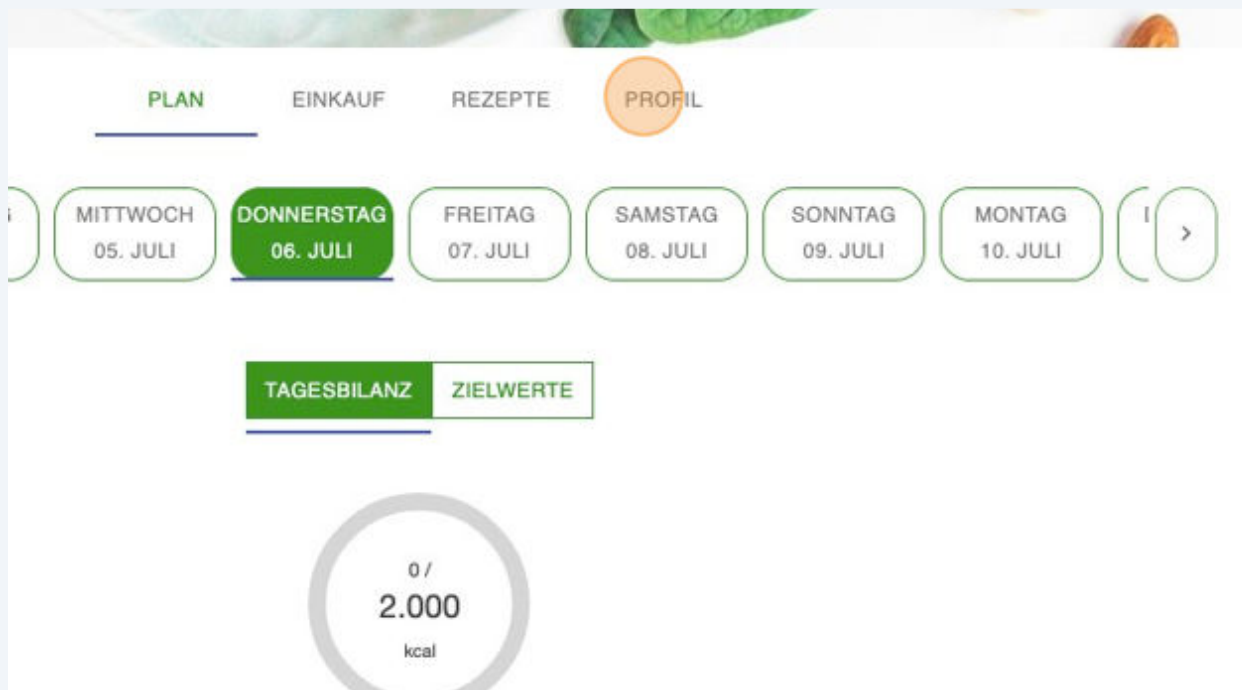


Wochenplanung bei Routinen wiederholen lassen



1 Navigiere zu demo.nattygainscoaching.com/plan

2 Klicke "PROFIL"



3 Gehe zur Zeile "Jede Woche identische Pläne?"

PLAN ALLGEMEINES STATIST

Deine Planeinstellungen

Tracking

Jede Woche identische Pläne?

Anzeige der Lebensmittel-Einheiten

Übergeordnetes Ziel

Präzisiertes Ziel

Kalorienziel

Makronährstoffverteilung

4 Stelle den Toogle auf "Ja"

PLAN ALLGEMEINES STATISTIK

Ja Nein

Ja Nein

Stück g/ml

Gewicht managen

Abnehmen

2.000 kcal

98P 65F 244KH

4 Mahlzeiten