|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Month - JANUARY 2014 | Month - FEBRUARY 2014 | Month - MARCH 2014 |
|  | Weight | Minutes of Exercise | Total Calories Eaten | 8 Cups Water |  | Weight | Minutes of Exercise | Total Calories Eaten | 8 Cups Water |  | Weight | Minutes of Exercise | Total Calories Eaten | 8 Cups Water |
| 1 |   |   |   |   | 1 |   |   |   |   | 1 |   |   |   |   |
| 2 |   |   |   |   | 2 |   |   |   |   | 2 |   |   |   |   |
| 3 |   |   |   |   | 3 |   |   |   |   | 3 |   |   |   |   |
| 4 |   |   |   |   | 4 |   |   |   |   | 4 |   |   |   |   |
| 5 |   |   |   |   | 5 |   |   |   |   | 5 |   |   |   |   |
| 6 |   |   |   |   | 6 |   |   |   |   | 6 |   |   |   |   |
| 7 |   |   |   |   | 7 |   |   |   |   | 7 |   |   |   |   |
| 8 |   |   |   |   | 8 |   |   |   |   | 8 |   |   |   |   |
| 9 |   |   |   |   | 9 |   |   |   |   | 9 |   |   |   |   |
| 10 |   |   |   |   | 10 |   |   |   |   | 10 |   |   |   |   |
| 11 |   |   |   |   | 11 |   |   |   |   | 11 |   |   |   |   |
| 12 |   |   |   |   | 12 |   |   |   |   | 12 |   |   |   |   |
| 13 |   |   |   |   | 13 |   |   |   |   | 13 |   |   |   |   |
| 14 |   |   |   |   | 14 |   |   |   |   | 14 |   |   |   |   |
| 15 |   |   |   |   | 15 |   |   |   |   | 15 |   |   |   |   |
| 16 |   |   |   |   | 16 |   |   |   |   | 16 |   |   |   |   |
| 17 |   |   |   |   | 17 |   |   |   |   | 17 |   |   |   |   |
| 18 |   |   |   |   | 18 |   |   |   |   | 18 |   |   |   |   |
| 19 |   |   |   |   | 19 |   |   |   |   | 19 |   |   |   |   |
| 20 |   |   |   |   | 20 |   |   |   |   | 20 |   |   |   |   |
| 21 |   |   |   |   | 21 |   |   |   |   | 21 |   |   |   |   |
| 22 |   |   |   |   | 22 |   |   |   |   | 22 |   |   |   |   |
| 23 |   |   |   |   | 23 |   |   |   |   | 23 |   |   |   |   |
| 24 |   |   |   |   | 24 |   |   |   |   | 24 |   |   |   |   |
| 25 |   |   |   |   | 25 |   |   |   |   | 25 |   |   |   |   |
| 26 |   |   |   |   | 26 |   |   |   |   | 26 |   |   |   |   |
| 27 |   |   |   |   | 27 |   |   |   |   | 27 |   |   |   |   |
| 28 |   |   |   |   | 28 |   |   |   |   | 28 |   |   |   |   |
| 29 |   |   |   |   | 29 |   |   |   |   | 29 |   |   |   |   |
| 30 |   |   |   |   | 30 |   |   |   |   | 30 |   |   |   |   |
| 31 |   |   |   |   | 31 |   |   |   |   | 31 |   |   |   |   |