

Montag



Dienstag



Mittwoch



Donnerstag



Freitag



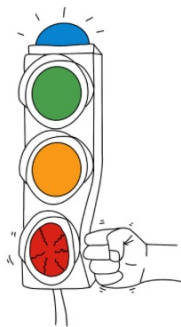
Samstag



Sonntag



Trinke jeden Tag 6 Gläser  
Wasser oder Tee! Wenn du  
ein Glas leer getrunken  
hast, darfst du ein Glas  
ausmalen.



**ampelfit**

Kinder stärken - Grenzen wahren